



EL DOLOR QUE NO SE VE

TESINA

QUE PARA OBTENER EL
DIPLOMADO EN TANATOLOGÍA

PRESENTA:

MARÍA TERESA CUEVAS RENNER

México, D.F., a 16 de julio de 2014.

DR. FELIPE MARTÍNEZ ARRONTE
PRESIDENTE DE LA ASOCIACIÓN
MEXICANA DE TANATOLOGÍA, A.C.
PRESENTE

Muy apreciable doctor Martínez:

Por medio de la presente le informo que revisé y aprobé la tesina que presentó:

MARÍA TERESA CUEVAS RENNER

integrante de la Generación 2013-2014 del Diplomado en Tanatología.

El nombre de la Tesina es:

EL DOLOR QUE NO SE VE

Atentamente,

(Firma)

Lic. Óscar Tovar Zambrano
Director de la Tesina

Dedico estas líneas a las personas que las inspiraron, con un profundo agradecimiento por compartir con todos nosotros algunas de las heridas que marcaron sus vidas para siempre.

El dolor que no se ve es a veces el que más se siente.

También dedico esta pequeña obra a todos aquellos que lloran a solas, para que sepan que no están solos. Todavía hay gente de buena voluntad en este mundo, que busca ayudar al prójimo con un sincero deseo de aliviar su dolor.

Y sobre todo, cuando todos los demás nos fallan, recordemos siempre que ahí está Dios, que nos escucha cuando callamos, que enjuga nuestras lágrimas cuando lloramos, que nos abraza cuando más solos nos sentimos, que nos consuela cuando nada parece ofrecernos consuelo, y que nos promete la vida eterna, cuando dejemos este cuerpo y esta vida corruptibles.

*María Teresa Cuevas Renner
16 de julio de 2014*

Justificación, objetivos y alcance

Esta tesina se escribe con la intención de hacer visible el dolor que no se ve en cinco diferentes rostros, con nombres de personas reales: Ana, Luis, Tina, Dora y Juan. Cinco hermanos, cinco vidas, cinco sueños empañados por el dolor, por la pérdida, por la enfermedad, por el desamor y por la muerte. Porque en el concierto de la vida, que es muy hermoso, también se escuchan acordes en tonos menores. Todo el conjunto de estas notas, aún con sus bemoles, forma la melodía que va dando sentido a nuestro existir.

Así son las cosas, todo el que nace tiene que morir, todo el que ama tiene que sufrir, todo el que ríe tiene que llorar... Pero, ¿cómo conoceríamos la luz, si no brillara en la oscuridad? ¿Cómo podríamos ser felices, si no hubiésemos sentido nunca una profunda tristeza? ¿Cómo podríamos apreciar la vida, si no pudiéramos experimentar el dolor de la muerte de un ser querido?

Anita, la madre de los cinco hermanos cuyas vidas se narran aquí decía que, así como la mano tiene cinco dedos y no se puede prescindir de ninguno de ellos, porque cada uno es especial, así era cada uno de sus hijos. Las cinco vidas que vamos a leer a continuación están unidas, como los cinco dedos de una misma mano. Cada una es especial y está entrelazada con las otras cuatro.

Al hacer visible el dolor de estas cinco almas se busca crear conciencia para que más personas sepan que su dolor no es único, sino que hay otras muchas personas en el mundo que han caminado ya por ese camino escabroso y lleno de espinas.

Como es lógico, la gente suele ser más compasiva con aquellos que presentan signos de dolor físico que con los que muestran un buen semblante. Por ejemplo, si vemos que una persona resulta herida en un accidente, y está sangrando, acudimos a auxiliarla de inmediato, llamamos una ambulancia y hacemos todo lo

posible por aminorar su dolor físico y moral mientras llegan los expertos. Pero cuando el dolor es invisible, la persona que sufre con frecuencia se siente abandonada, impotente, aislada, y no encuentra nadie a quién recurrir, porque el mundo parece estar demasiado ocupado como para entender o interesarse en un dolor que no se ve, y que por ende no se conoce ni se comprende.

Espero que la lectura de estas líneas abra los ojos a algunas de las penas que miles de personas comparten o han compartido en todo el mundo, no sólo en el momento actual en el que estamos viviendo, sino a lo largo de la historia de la humanidad, porque el alma humana está hecha de una misma esencia y es capaz de albergar los mismos sentimientos, aun cuando las personas hayan vivido en diferentes épocas y en lugares distantes unas de otras.

Es mi deseo que el saber que se puede aprender a vivir y a ser feliz, aun después de sufrir pérdidas como las que se narran en cada una de las vidas que conforman esta obra, también sirva de bálsamo para aquellos que se sienten atormentados por el dolor de cualquier tipo, ya sea visible o invisible a los ojos de los demás.

Índice

	Página
1 – Ana: Los juegos de la mente	5
2 – Luis: El sueño americano	11
3 – Tina: La belleza y el amor.	18
4 – Dora: El desamor.	26
5 – Juan: La vida y la muerte.	33
Conclusión.	40
Bibliografía.	42

Ana

Los juegos de la mente

La mayor de los cinco hermanos, Ana, siempre fue una niña muy responsable, aplicada y solitaria. Mientras sus hermanos jugaban, peleaban o salían a la calle, ella siempre estaba haciendo sus tareas escolares, oyendo sus clases de inglés y de francés por radio, estudiando el piano, leyendo algún artículo científico en una revista o algún libro de Julio Verne o de algún otro autor de la literatura universal.

Luego de estudiar en un colegio de monjas hasta el segundo año de bachillerato, Ana entró a un colegio americano para estudiar el último año de su educación media superior. Las clases se impartían en inglés y casi todos los alumnos eran extranjeros. El buen padre de Ana, que también se llamaba Luis, le compró con mucho esfuerzo todos los libros, pero luego de un mes de asistir a clases Ana no pudo resistir la presión de estudiar en un idioma extranjero y abandonó la escuela. Sus nervios no podían soportarlo; sentía que le estallaba la cabeza.

Volvió a su antigua escuela y logró obtener su certificado de bachillerato.

Pasaron los años y en su adolescencia Ana entró a un instituto a estudiar alemán. Siempre brilló por sus buenas calificaciones. Pasaba poco tiempo conviviendo con sus hermanos y no tenía amigos, aunque llevaba una relación cordial con todos sus compañeros. Era muy seria, pero soñaba en casarse algún día con un “príncipe azul”, bueno, alto y guapo, como lo había hecho su abuela, que se casó con un alemán a quien Ana nunca conoció porque murió de 39 años de edad, cuando la madre de Ana tenía sólo 15 años. Ana amaba la naturaleza y también soñaba con la idea de vivir algún día en un país lleno de bosques, como la tierra natal de su abuelo, donde todavía se ven vestigios de castillos de la Edad Media a lo largo del Río Rin.

En una ocasión vinieron a México los astronautas estadounidenses que habían sido los primeros en llegar a la luna: Neil Armstrong, Edwin Aldrin y Michael Collins, por lo que hubo un evento para recibirlos en un renombrado hotel nuevo de la ciudad de México. Ana y sus hermanos acudieron esa tarde al evento. Ahí Ana conoció a dos alemanes, Arne y Heinz. Arne era alto, rubio, de ojos azules y muy simpático: ¡justo “el príncipe azul” con el que había soñado toda su vida!

Arne la invitó a salir, pero como ella era una chica muy seria y muy cuidada, iba siempre acompañada de su hermano Luis. Ana se sentía feliz con Arne, pues era culto, educado, alegre, y era todo un caballero que la respetaba. Arne fue el primer amor de Ana. Con frecuencia caminaban tomados de la mano, y en algunas ocasiones se llegaron a dar un breve beso inocente de amor sincero. Ana estaba muy ilusionada, soñando con casarse con Arne, formar un hogar, vivir en Alemania, tener hijos, y, en fin, ser feliz.

Pero después de un tiempo Arne tuvo que partir para volver a Alemania y seguir su camino por la vida. Esto le destrozó el corazón a Ana. No se sabe qué pasó, pero Ana comenzó a actuar de manera extraña, a llorar con frecuencia. Subió mucho de peso, no quería salir... A veces tenía sueños demasiado extraños y se imaginaba cosas que la asustaban; en fin, hubo que llevarla con un psiquiatra, quien le diagnosticó una enfermedad mental, que en aquel entonces se llamaba “trastorno maniaco-depresivo”, conocida hoy como “trastorno afectivo bipolar” o TAB. Esta enfermedad afectó a toda la familia. Sus hermanos no sabían qué hacer. A veces Ana presentaba ataques de cólera, en los que aventaba objetos y gritaba furiosa. Fueron años muy difíciles, tanto para ella como para todos los que la querían y convivían con ella.

Finalmente Ana tuvo que ser internada temporalmente en un hospital psiquiátrico; había sufrido un colapso nervioso. Le dieron shocks eléctricos y varios medicamentos, y al poco tiempo volvió a la casa paterna. Pero la vida de Ana había cambiado para siempre.

Pasó el tiempo y Ana siguió estudiando alemán. En una ocasión, acudió con su grupo a una fiesta en el Club Alemán, donde conoció a Klaus, otro alemán que estaba de visita con un grupo de turistas en México. Él no hablaba nada de español, ni inglés, sólo alemán, así que Ana podía practicar este idioma con él. Dicen que la soledad es mala consejera, y como ambos se encontraban muy solos, empezaron a salir: a Xochimilco, a las pirámides, a comer y a otros lugares donde suelen ir los turistas extranjeros.

Cuando Klaus regresó a Alemania, Ana y él se empezaron a escribir. A veces él la llamaba por teléfono. Ana estaba contenta de tener un “pretendiente”, pues nunca salía y no conocía más muchachos de su edad.

Entró a estudiar psicología en la universidad y después de un semestre se salió. La presión de tener que levantarse tan temprano todos los días, de trasladarse sola y en transportes públicos para llegar a sus clases y de cumplir con tantas tareas fue demasiado para ella. Sentía que los nervios le estallaban y no quería que esto le sucediera otra vez. Además no soportaba el humo de los cigarrillos de sus compañeros de clase en el salón, ya que en aquel entonces se permitía fumar en espacios públicos. Luego entró a estudiar árabe y después de dos semestres se salió, por las mismas razones. No sabía qué rumbo tomar ni qué hacer con su vida.

Al cabo de varios años de visitas breves y esporádicas a México, finalmente Klaus vino de Alemania y le propuso matrimonio a Ana. Esto sorprendió mucho a su familia, pues la relación entre ellos no era buena. Cada vez que venía al país se peleaban y se gritaban muy feo en alemán, y nadie entendía qué estaban diciendo. La última vez habían cortado su relación definitivamente e incluso se habían dejado de escribir un par de años, pero en fin, Ana ya tenía 30 años y aceptó casarse con Klaus. Celebraron su compromiso en un restaurant típico mexicano, llenos de alegría y luego se casaron, aunque su boda sólo fue una ceremonia religiosa porque Klaus no traía los papeles necesarios para la boda civil, pues había venido sólo de vacaciones. Pero le prometió a Ana que en Alemania se casarían por lo civil.

Parecía que finalmente todos los sueños de Ana se harían realidad. Se fueron a vivir a Alemania y al poco tiempo Ana quedó embarazada. Pero Klaus se enteró de que Ana tenía problemas psiquiátricos y nunca quiso casarse con ella por lo civil. La relación entre ambos fue de mal en peor. Llegó un momento en el que él mismo le dijo que ya no quería vivir con ella, y la despachó. Humillada al sentirse rechazada por su esposo, a pesar de estar recién casada y embarazada, Ana no quiso regresar a la casa paterna en México y se fue a Canadá, a vivir con su hermana Dora, que en aquel entonces estaba casada con un canadiense. Ahí nació su bebé, una hermosa y sana niña de gran tamaño, como su papá. Pero Ana no la pudo amamantar porque nuevamente sufrió un colapso nervioso, por tantas penas y presiones, y tuvo que ser internada en el ala psiquiátrica de un hospital canadiense. Cuando se recuperó, Ana volvió con su bebé a México, a vivir otra vez a la casa paterna, con sus padres y hermanos.

La vida de Ana con su hijita fue relativamente feliz durante los años de la infancia de ésta, pues Ana ya tenía por quién vivir y a quién cuidar. Todas sus actividades giraban en torno a su niña: la llevaba a la escuela, le hacía de comer, iban a los columpios en el parque, visitaban a una vecina para que jugara con su hijita de la misma edad, y así pasaban sus días, acompañadas y contentas. Tristemente, en el transcurso de los años hubo otras ocasiones en las que Ana tuvo que ser internada nuevamente por problemas psiquiátricos. Gracias a Dios, contaba con el cariño y el apoyo de sus padres y de toda su familia, que cuidaba a la niña cada vez que Ana iba a dar al hospital.

A pesar de su separación definitiva de Klaus a los pocos meses de su matrimonio, luego de algunos años Ana y Klaus volvieron a ser amigos, y él venía a México de vez en cuando a visitar a su hija, con la que fue estrechando lazos. Cuando murió el padre de Ana, que las mantenía a las dos, Klaus las invitó a ambas a vivir a su casa en Alemania, cuando su hija tenía once años de edad. Ana estuvo ahí dos años, pero dormía con la niña en la planta baja de la casa, y Klaus en su recámara, en la planta alta. Poco a poco los problemas fueron aumentando

nuevamente entre los dos, y Ana nuevamente tuvo que ser internada, esta vez en un hospital psiquiátrico alemán. Afortunadamente para ella, podía comunicarse con los buenos médicos y enfermeras que la atendieron, por haber estudiado el alemán durante tantos años.

Han pasado más de veinte años desde entonces y, por cosas de la vida, Ana hoy vive sola en México, en la enorme casa paterna donde un día vivía con toda su familia. Su madre vive aún, pero en una casa de reposo para ancianas. Ana cuidó de ella durante mucho tiempo, pero su debilidad física y mental le impide continuar haciéndose cargo de ella. Cada uno de sus hermanos tomó su rumbo. Ana sigue tomando medicamentos psiquiátricos y de vez en cuando visita a su médico, quien la ha mantenido estable y fuera del hospital psiquiátrico desde que volvió sola de Alemania.

Ana ha sufrido toda su vida en silencio. Actualmente su hija se encuentra a 9,500 km de distancia, en Alemania, donde vive, casada también con un alemán, con su hijito de cuatro años, en una ciudad cerca de su papá, Klaus, el ex esposo de Ana. Ana sueña con ver a su nieto y muy de vez en cuando recibe alguna llamada o carta de su hija, o fotos de su nieto. Éstas son sus pequeñas alegrías que le dan sentido a su existencia.

Sin embargo, no tiene miedo del futuro, pues siempre ha tenido alguien que la apoye. Actualmente, su hermano menor, Juan, le manda dinero cada mes para sus gastos, pues por sus achaques físicos y sobre todo por sus problemas de salud mental Ana nunca pudo trabajar por mucho tiempo en un empleo remunerado, por lo que no cuenta con ningún tipo de pensión, a pesar de haber cumplido ya 63 años de edad.

De vez en cuando Ana piensa en Arne y se le nublan los ojos. Aún recuerda sus rizos dorados y su sonrisa, aunque hace ya más de cuarenta años que no lo ve, y no mantiene ningún contacto con él. La enfermedad mental cambió el rumbo de su

vida; vive sólo de sus recuerdos y sueños frustrados, estigmatizada y marginada por la sociedad. Es muy triste que en nuestra sociedad haya tantos prejuicios, que se catalogue a las personas que padecen alguna enfermedad mental como “locas”, en vez de tratar de ayudarlas, ofreciéndoles cariño y apoyo moral, integrándolas en los círculos de amigos y proporcionándoles la ayuda médica especializada que necesitan. Sin duda Ana está más cuerda que la gente que la margina.

Se ha acostumbrado a vivir sola y conforme con su suerte. Todos los días pasa mucho tiempo regando su jardín y cuidando de sus flores, siempre en espera de noticias de su hija y de su nieto desde Alemania. Su gato gris es su único compañero, y pasa largas horas acariciándolo y atendiéndolo.

La enfermedad mental para Ana ha sido el dolor que no se ve, y que atormenta a miles de personas en el mundo. Pero Ana ha aprendido a disfrutar de las pequeñas cosas de la vida. Se levanta temprano cada mañana, pues siempre tiene muchas cosas que hacer en la enorme casa donde un día vivía con sus padres, sus hermanos, su abuela y su bebé y le da gracias a Dios por un nuevo día.

2

Luis

El sueño americano

Luis fue siempre un niño travieso y jovial, aunque muy flojo en la escuela, como lo son muchos niños. Con trabajos pasaba de año al final de cada ciclo escolar y frecuentemente su madre tenía que ir al colegio, a hablar con algún maestro que la mandaba llamar, para tratar de que hiciera a su hijo poner los pies en la tierra y cumplir con sus tareas.

–¿Cómo que se le olvida hacerlas? ¿Acaso también se le olvida comer? – Preguntó una vez el maestro de matemáticas.

–¡Pues sí! –respondió la buena madre– ¡Luisito siempre está soñando!

Así como Ana hizo amistad con Arne, el día en que se conocieron cuando fueron a ver a los astronautas del Apolo 11, Luis hizo amistad con el otro muchacho alemán, Heinz, que llevaba dos años viajando por el mundo ¡en bicicleta! Como Luis era un soñador, le fascinaba escuchar las historias que contaba Heinz sobre sus aventuras en otros países. Tantos relatos despertaron en Luis el deseo de viajar, de explorar el mundo y de conocer chicas extranjeras, pues le gustaban mucho las mujeres desde temprana edad.

Heinz invitó a Luis a visitar con él una familia amiga en Alabama, EUA. Luis fácilmente convenció a su mamá de que le diera permiso de irse, y ella con muchos trabajos convenció a su prudente esposo de que le permitiera a su hijo de diecisiete años viajar al extranjero con un “guardián” de veintidós años, que no encajaba en la idea de modelo a seguir que tenían ellos, sus padres, pues eran muy tradicionales en su forma de pensar y de vivir.

Los sueños de Luis se empezaban a concretar. Empacó su ropa y otras pertenencias en una vieja maleta y voló hasta Atlanta con Heinz, quien en esta ocasión iba en avión, con todo y su inseparable compañera, su bicicleta. Ahí Luis conoció y entabló amistad con la familia de Harry y Myrtle y sus dos hijos, Steven y Chris. Esta buena familia invitó a Luis a quedarse a vivir en su casa para que pudiera estudiar en EUA, y Luis aceptó. En la *High School* Luis se llenó de amigos y de amigas, y al cabo de un tiempo su madre y sus hermanos menores, Dora y Juan, acudieron a su graduación. Luis estaba hecho todo un “hippie”, sin rasurar, con el cabello largo, pantalón de mezclilla deslavado y roto, cinturón de macramé, en fin, se había adaptado muy bien a la cultura estadounidense.

Luis se quedó en Estados Unidos y tuvo diferentes trabajos: como repartidor de pizzas, como niñero, y finalmente como camillero en un hospital. Pero al no tener permiso de trabajo, luego de un tiempo lo descubrieron y tuvo que regresar a México. Luis volvió a la casa paterna con su familia.

Ingresó a una universidad particular, donde terminó el primer año, pero su padre ya no pudo pagarle los estudios. Entonces Luis encontró una oportunidad de trabajo en un College en Ohio, así que tramitó su permiso y otra vez se marchó feliz a Estados Unidos. Ya se había hecho muy “a la americana” y quería a toda costa regresar a vivir al vecino país del norte. Ahí dio clases de español y estuvo muy contento, siempre muy sociable, rodeado de amigos y de amigas. Pero se terminó su contrato y nuevamente se vio obligado a volver a su país, a la casa paterna.

Entonces se dedicó a dar clases particulares de inglés y se inscribió en la Facultad de Leyes de la universidad pública. Tuvo muchas novias: güeras, morenas, blancas, castañas, bonitas y no tan bonitas. La vida de Luis se había vuelto muy inestable. Nunca estaba conforme con nada ni con nadie; buscaba siempre el cambio.

Pero logró perseverar en sus estudios y al cabo de varios años casi terminó su carrera. Un día que andaba por el Zócalo, en el centro de la ciudad de México, entre la multitud notó la presencia de una chica muy alta, rubia, más blanca que la nieve, y como halcón se dirigió inmediatamente a ella y la abordó, mostrándole su cara más simpática, como hacemos todos cuando conocemos por primera vez a alguien que nos interesa.

La chica dijo llamarse Denise y ser americana; estaba desconcertada pues en su país no se acostumbra que un hombre sea tan insistente con una mujer; se dejó presionar y le dijo en qué hotel estaba hospedada. Él la invitó a salir pero ella no aceptó; después de todo no era más que un extraño, y todos sabemos que es peligroso hablar con los extraños.

Pero Luis tenía su plan bien trazado, y al día siguiente se presentó en el hotel donde estaba hospedada Denise y tocó a la puerta de su habitación. Cuando ella abrió, casi se muere del susto, pensando que Luis representaba un verdadero peligro para ella, pues era un extraño y ya estaba ahí, ¡tocando en su habitación!

Pero Luis sólo quería coquetear con ella e invitarla a salir, por lo que finalmente ella accedió a ir a comer con él y ahí empezó su romance. Denise pudo ver las grandes cualidades de Luis y durante toda su estancia en México dejó que él la acompañara y la cortejara. Denise volvió a su hogar en California y se siguieron escribiendo y hablando por teléfono. Al poco tiempo Luis decidió irse en pos de ella y abandonó sus estudios de Leyes, a sólo un mes de concluirlos.

Llegó a California y ella le ayudó a encontrar un cuarto donde vivir, en la misma ciudad en la que vivía ella con su madre divorciada y sus hermanas. Luis quería casarse con Denise, pero ella no tenía intenciones de casarse, ni con él ni con nadie. Quería irse a vivir un par de años a Centroamérica, pues había estudiado Periodismo; es por eso que se encontraba en medio de una manifestación en el Zócalo de la ciudad de México cuando Luis la conoció.

Denise paseaba con Luis y cada día le encontraba más cualidades... Nunca nadie se había interesado en ella tanto como Luis, que estaba tratando de convencerla de casarse con él. Pasaron algunos meses y finalmente Denise dio su brazo a torcer, literalmente, pues Luis le hizo “manita de puerco” por la espalda y le dijo que no la soltaría hasta que le diera el “sí”.

Al revés que Ana, se casaron sólo por lo civil y únicamente ellos estuvieron presentes en su boda. No hubo fiesta ni invitados, sólo una breve ceremonia ante un juez, en una casita blanca que funcionaba como el registro civil del poblado donde vivían.

Al poco tiempo Luis tramitó su residencia, y al cabo de unos años se hizo ciudadano estadounidense. Luis había alcanzado el sueño americano. Vivía en un bonito departamento, en un área verde y tranquila; tenía una hermosa esposa rubia, que trabajaba en una de las mejores universidades de los Estados Unidos y ganaba muy buen sueldo; él mismo tuvo varios trabajos –siempre inestable, pasando de uno a otro–, y en fin, todo parecía andar sobre ruedas; sobre las grandes ruedas de su flamante camioneta pickup nueva, de color plateado.

Luis siempre fue muy listo y se dedicó sobre todo a la construcción, ya que en EUA estos trabajos pagan muy bien. Se hizo contratista y así daba empleo a muchos paisanos ilegales, siempre dispuestos a trabajar por poco dinero para enviarlo a sus necesitados familiares en México.

Tanto Luis como Denise anhelaban tener un bebé, pero tristemente cuando Denise se embarazó tuvo un aborto espontáneo. Esto les rompió el corazón a ambos, y se obsesionaron con la idea de tener un hijo. Pasó el tiempo y después de casi diez años de matrimonio, finalmente Luis y Denise se convirtieron en los orgullosos padres de una hermosa nenita, a la que llamaron Lena Mae.

Al principio todo era felicidad con el nuevo bebé, y capturaron muchos momentos felices en fotografías de cada uno de ellos conviviendo con su nenita. Pero en la vida siempre hay cambios, y a veces uno no se explica cómo las cosas toman un giro de 360 grados.

Denise vivía con Luis y cada día le encontraba más defectos... Las diferencias culturales y sobre todo la educación tan diferente que cada uno había recibido en su infancia fueron abriendo una brecha cada vez más profunda entre ellos. Luis quería educar a la niña de una manera y Denise de otra; Luis le quería inculcar ciertos principios y Denise otros; Luis quería darle ciertos alimentos y Denise otros, y así sucesivamente, hasta que cuando Lena tenía tres años de edad, la convivencia entre sus padres se hizo insostenible para ambos. Se divorciaron y todo se acabó. Se desintegró su bonita familia.

Denise le prohibió a Luis ver a su hija y acercarse a su casa. Él se quedó sin hogar, sin trabajo, sin dinero, sin esposa y sin hija. El sueño americano se había convertido en una pesadilla...

En el transcurso de los años Luis intentó varias veces recuperar los derechos de convivencia con su hija. Por un tiempo se le permitió verla, pero sólo con previa cita y siempre acompañado de una trabajadora social. Cada vez que veía a Lena, Luis tenía que pagarle \$80 dólares a la trabajadora social. Ver a su hija le salía muy caro, y él no tenía un trabajo estable que le permitiera hacer estos gastos con regularidad. Empezó a ver a Lena cada vez más esporádicamente, pero ella lo interpretó como falta de interés de su papá por verla.

–Me tratan como a un criminal–, decía Luis, con lágrimas en los ojos. ¿Cómo es posible que separen a un padre de su hija de esta manera? ¡Algo anda muy mal en este país! ¿Qué clase de leyes son éstas, que le dan la razón a la madre sólo por ser mujer y americana, y discriminan al padre mexicano que siempre vio por su hija y cuidó de ella con todo su amor desde que ella nació?

Éstas y muchas otras preguntas en la mente de Luis se quedarían por siempre sin respuesta.

Al cabo de un tiempo, varios juicios en los tribunales y muchos problemas con Denise, Luis se vio obligado a dejar de ver a Lena, con la esperanza de recuperarla cuando ella cumpliera 18 años. Ya como adulto, pensaba él, buscaría a su papá, sin los múltiples obstáculos que le representaban su madre y el sistema legal de EUA.

Pasaron los años y Luis cada vez esperaba con más ansias el glorioso 19 de marzo en el que Lena llegaría a la mayoría de edad. Entonces podrían volver a verse y a convivir como el padre e hija que habían sido una vez, cuando se adoraban y no podían vivir el uno sin el otro. Después de todo, eso es lo que eran, antes de que empezaran todos los problemas con Denise.

En la mañana del cumpleaños número dieciocho de Lena, Luis despertó muy temprano, ilusionadísimo, y desde su casa en Texas acomodó armoniosamente sobre una mesita de madera los alimentos naturales que acostumbraba comer, a manera de arreglo floral, y le puso un letrero en el centro que decía “Feliz cumpleaños, Lena Mae”, con un corazón en medio. También escribió un mensaje que leía así, en inglés, ya que su hija no hablaba español:

“Feliz cumpleaños Lena Mae. Espero que siempre recuerdes que te amo más que a nada en el mundo. Espero que vengas a Texas pronto. Sólo llámame y te mandaré un boleto de avión para que vengas a ver a tu papá.”

Luis puso esta foto en la página de su red social y pidió a su hermana Dora que le enviara este mensaje a su hija. Dora accedió, pero la llamada de Lena nunca llegó, ni llegará jamás. Lena no quiere hablar con su papá. Ha pasado demasiados años lejos de él y casi todos los comentarios que ha escuchado sobre él han sido

negativos. Lena no tiene ningún interés en buscar a un extraño que un día la engendró.

Así ha transcurrido el tiempo; ahora Luis es un hombre viejo y cansado, sin familia, sin más esperanzas de recuperar el cariño de su hija. El tiempo y la distancia los han separado para siempre.

Pero Luis se rodea todos los días de unos amigos que nunca le fallan; son las pequeñas aves y las ardillas que llegan a su jardín a comer las semillas que él les echa todas las mañanas. Éstos son sus compañeros en la vida, a ellos les toma fotos, con ellos convive y a ellos les compra su alimento. Su vieja guitarra y su piano le ayudan a pasar las largas horas del día recordando los buenos tiempos en los que era joven y vivía en su país, rodeado de sus padres y hermanos, lleno de vida y de ilusiones de conocer un mundo que lo estaba esperando. Ahora es sólo un inmigrante flaco y enfermo que se encuentra solo, sin dinero y lleno de deudas, y cuando llega a su casa no hay nadie que lo reciba. Se acabaron todas sus ilusiones de la juventud. Lleva en el alma las penas del sueño americano, del que despertó hace varios años, con un dolor que no se ve...

3

Tina

La belleza y el amor

Tina, Tina... ¿Qué se puede decir de Tina? Se le podría comparar con una delicada flor, con una ninfa, con una mariposa... Quien haya visto a Tina nunca la podrá olvidar.

Tina era la tercera hija de la familia; desde niña impresionantemente bonita, dulce, sensible. A los cinco años compuso su primer poema, que admiró a todos por su musicalidad. A los doce años escribió en un cuaderno rayado una novela ilustrada con lápices de colores por ella misma, sobre las aventuras de unos niños y sus caballos. Dibujaba muy bien, bailaba por toda la casa, brincaba, reía; estaba llena de vida y de sueños. Quería ser bailarina cuando creciera, pero sus padres nunca tuvieron dinero ni tiempo para llevarla a clases de baile. Creo que nunca se enteraron de su deseo. Entonces jugaba con su mancuerna, Dora, y sus juegos no tenían fin. Dejaba volar su imaginación y creaba mundos de fantasía a los que invitaba a participar no sólo a Dora sino también a Juan, su hermano menor, y hasta a los niños vecinos de la cuadra, que entraban en estos mundos como si se adentraran en las páginas de un libro. Más que nada Tina tenía un espíritu libre; como las aves que vuelan felices de un lugar a otro.

Cuando tenía quince años, un día que su hermano Luis quiso coquetear con una muchacha bonita en Cuernavaca, Morelos, Tina se hizo su cómplice y le habló a la chica. Después de charlar unos minutos, ésta los invitó a una fiesta. Con trabajos convencieron a su papá de que les diera permiso de ir. Ana por supuesto no quiso acompañarlos. En esa fiesta Tina conoció a un muchacho canadiense, Ken, que se parecía a los personajes de sus cuentos. Era más o menos alto y bien proporcionado, su cabello era rizado, castaño dorado, algo largo. Usaba una chamarra de gamuza, como los indios pieles rojas que tanto fascinaban e intrigaban

a Tina. Ella nunca había tenido un amigo de su edad ni mucho menos un novio. De vuelta en la ciudad de México, Ken la invitó a salir. La dejaban ir sólo con su hermana Dora, a manera de chaperón.

Ken volvió al país de los árboles de maple y hermosos otoños y desde ahí le escribía a Tina, fiel y frecuentemente, cartas llenas de sueños realizables y planes futuros de volver a México, a visitarla. Al igual que su hijo Ken, los padres del joven canadiense quedaron prendados de esa niña inocente, tan excepcionalmente bonita, y después de algunas visitas de Ken a México la invitaron a vivir a su casa en Canadá. Dado que ellos serían sus guardianes, Tina se fue con la bendición de sus padres. Allá compartía la recámara con la hermana de Ken, y él siempre la respetó. Al cabo de tres años, cuando Tina tenía 20 años y Ken 24, se casaron cerca de Cuernavaca, puesto que ahí se habían conocido.

Fue una boda de ensueño, en un magnífico jardín que les prestó la familia que inicialmente invitó a Ken a México. Tina lucía extraordinariamente hermosa en su sencillez: ella misma diseñó su vestido blanco, largo, modesto, de línea recta, con mangas estilo medieval. Parecía Julieta, en sus desposorios con Romeo. Varias personas hicieron ese comentario. Su hermoso cabello negro caía sobre sus hombros; llevaba un tocado discreto que semejava perlas finas y abrazaba suavemente su cabeza.

Después de la boda, Ken la llevó de luna de miel a Europa. ¡Qué más se le podía pedir a la vida! Pero Tina luego le confió a su mancuerna, Dora, que fue una luna de miel muy triste. A pesar de que Tina vivió en la casa de la familia de Ken en Canadá durante más de tres años, habían vivido como hermanos y se habían esperado para iniciar su vida sexual hasta después del matrimonio, respetando los principios morales que le habían enseñado a Tina sus padres en México. Entonces ella soñaba con el día en que pudiera consumir su amor con Ken y formar una familia. Pero Ken resultó bastante indiferente en el aspecto amoroso, por lo que Tina lloró en silencio por toda Europa, sintiéndose más sola que nunca a la orilla del Río

Támesis en Londres, escuchando las campanadas del Big Ben dar la hora; en la ciudad de Toledo; frente a la Torre Eiffel en París; en los trenes de Suiza; en las agitadas calles de Amsterdam; en la góndola de Venecia...

Volvieron de su luna de miel a México y luego de un tiempo partieron a Canadá, donde iban a establecerse. Esta vez Tina se llevó consigo a su antiguo chaperón, su hermanita Dora. Los tres viajaron en autobús, y las dos hermanas disfrutaron cada metro de la carretera con su amena plática, mirando hacia adelante, ambas llenas de sueños y esperanzas para un futuro feliz.

Ken consiguió un puesto muy alto en la universidad, por lo que llegaba a casa exhausto y se dormía al oscurecer, es decir, a las cinco de la tarde durante los ocho meses que duraba el invierno (de septiembre a abril).

Tina se sentía cada vez más sola e ignorada, siempre atormentada, como un ave cautiva en una jaula de oro. Deseaba volar, ser libre y sentirse verdaderamente amada. Tina disfrutaba de la naturaleza y de todas las cosas bellas. Era además muy idealista, por lo que discurrió que su lema sería: "Todo por la belleza y el amor".

Pasó el tiempo y la situación se volvió cada vez más insoportable para Tina, que finalmente decidió dejar a Ken. Tramitó su divorcio y se fue a vivir a otra ciudad, con su hermana Dora. Ahí Tina tuvo que trabajar mucho para sobrevivir. Ahora estaba sola y libre, pero tenía que ganarse el pan, por lo que llegó a tener tres empleos de tiempo completo. Su salud empezó a decaer y pronto le diagnosticaron asma, entre otros males. Comenzó a tomar muchos medicamentos que los médicos le recetaban, pero el clima lluvioso, húmedo y frío sólo empeoraba su condición.

Finalmente, después de unos años, Tina decidió volver a México, a la casa paterna. Al vivir de nuevo en un lugar con un clima tan benigno, desaparecieron el asma y los demás males. Dado que había aprendido bien el inglés y sabía también algo de francés, logró conseguir el empleo con el que siempre había soñado: volar.

La contrataron como sobrecargo en una aerolínea nacional, a pesar de que ya tenía 27 años de edad. Pero su belleza era impactante, su trato exquisito y no representaba la edad que tenía. ¡Al fin podría volar como una gaviota!

Pasaron varios años, en los que, como era de esperarse, Tina tuvo muchos pretendientes y novios. Pero sabemos que las cosas no son tan sencillas como en los cuentos de hadas; siempre sus relaciones terminaban mal. Tina era demasiado ingenua y no podía concebir el engaño, la mentira, la manipulación y todas las razones egoístas que tienen muchas personas para buscar una relación de pareja. Ella sólo buscaba el amor sincero de un hombre bueno, fiel, inteligente. Seguía soñando con rehacer su vida y tener hijos.

–Cuatro–, decía ella, –voy a tener cuatro hijos. ¡Este año me caso!

–Pero... ¿cómo puedes decir eso, si ni siquiera tienes novio? La cuestionaba su hermana Dora.

Mas Tina seguía siempre en pos de la belleza y el amor. Con el dinero que ganaba trabajando como sobrecargo se compraba ropa muy fina y muy exótica, maquillajes, en fin, era muy sofisticada. Por donde quiera que pasaba, las cabezas de los varones volteaban a verla, asombrados de ver una mujer tan hermosa. A menudo le preguntaban en el aeropuerto si era artista, y constantemente los muchachos más jóvenes la invitaban a salir, pensando que era diez o quince años más joven.

Con el tiempo su padre enfermó de cáncer de colon. Él, que había sido el sostén de su familia toda su vida, el patriarca al que todos los parientes, vecinos y amigos respetaban y recurrían en sus problemas. En su juventud había conquistado las cimas del Popocatepetl, el Iztaccíhuatl, el Pico de Orizaba, el Ajusco, el Nevado de Toluca y muchas montañas más; había explorado bosques, cuevas, ríos subterráneos, playas desiertas... Pero el roble más fuerte, tarde o temprano, tiene que caer. Entonces, al poco tiempo murió en una clínica particular. Esto fue

devastador para toda la familia, especialmente para Tina, que desde niña se había identificado con su padre y se sentía muy unida a él. Lloró como una Magdalena y durante muchos meses no hubo nada ni nadie que la pudiera consolar. Sólo Dios le pudo devolver el deseo y la alegría de vivir.

En una ocasión a Dora se le presentó la oportunidad de irse a trabajar a Alemania, para cuidar allá de una ancianita, con todos los gastos pagados. Pero por situaciones personales que más adelante se relatan, Dora no pudo ir, por lo que le preguntó a Tina si le interesaba el trabajo. Tina se ilusionó con este empleo, renunció a la aerolínea y se fue a Alemania. Ahí, pensaba ella, conocería al hombre ideal, se casaría en segundas nupcias y finalmente tendría sus hijos y sería feliz. Además aprendería alemán y así podría estudiar una carrera, que era otro de sus sueños.

Tina cumplió admirablemente bien su trabajo de cuidadora de la ancianita alemana, que resultó ser más bien como un bebé, ya que había que alimentarla varias veces al día. La casa estaba hecha un muladar; Tina juntó más de ocho bolsas grandes de basura, por todo el tiempo en el que nadie había hecho el quehacer en esa casa. En fin, luego de varios meses, la ancianita se cayó, y el gobierno alemán dispuso que tenía que ir a vivir a un asilo, donde recibiría atención especializada 24 horas al día. Con esto, Tina se quedó sin trabajo y sin vivienda.

En aquel entonces estaba Ana (su hermana mayor) con su hija en Alemania, por lo que Tina recurrió a ellas, y Klaus, el esposo de Ana, la hospedó en su casa un mes. Tina era muy luchadora y pronto pudo conseguir un trabajo como *Au pair*, cuidando niños en una casa, donde le proporcionaban sueldo, alimento y vivienda. Era una familia muy acomodada, por lo que la casa tenía veintitrés recámaras. Tina platicaba que ella misma limpiaba toda la casa y como era de esperarse, se cansaba y se desgastaba demasiado. La familia estaba feliz de tener una niñera tan buena, que además de cuidar a los niños les hacía todo el quehacer y mantenía la casa impecablemente limpia.

En esa época Dora estuvo una semana en Londres, por motivos de Trabajo, y Tina la alcanzó ahí. Las dos mancuernas gozaron mucho de este viaje y luego volvieron juntas a Alemania, donde Dora permaneció sólo tres días. Después de este merecido descanso, Tina volvió a trabajar. Ahora daba clases de español y además se había inscrito en una universidad alemana, pues ya tenía un dominio del idioma que le permitía tratar de concretar su sueño de obtener un título universitario. Vivía en un pequeño cuartito, en la residencia de estudiantes de la universidad. Comía lo que podía y pasaba largas horas estudiando el idioma y preparando sus clases.

Tantos sufrimientos y tanto trabajo durante todos esos años empezaron a afectar la salud de Tina nuevamente. Suele suceder que los inmigrantes, al cambiar de clima, de altura, de agua y de alimentación, se ven afectados por enfermedades que en su país no tenían. Quizás se deba sobre todo a que su sistema inmunológico se ve disminuido, por la nostalgia de encontrarse lejos de sus seres queridos y de su mundo. En fin, luego de unos meses, Tina empezó a notar que tenía unas bolitas duras en el seno izquierdo. Fue al médico, le realizaron estudios y le detectaron cáncer de mama. Ella no le dijo nada a nadie de su familia en México, para no preocuparlos. Ni siquiera a su mancuerna Dora. Sólo Ana, Klaus y su hija en Alemania supieron de sus penas, y la fueron a visitar al hospital, luego de que le extirparan el seno izquierdo completo y nueve nódulos linfáticos del brazo del mismo lado.

Después los médicos mandaron a Tina un mes a un hospital de rehabilitación en medio de un bosque. Ahí fue muy feliz, dentro de su gran tristeza, pues para ella el estar en contacto con la naturaleza, que la hacía sentirse tan cerca de Dios, era su máxima alegría. Ella y los otros enfermos caminaban diario por el bosque con alguna enfermera y veían venados, ardillas, aves, pinos, riachuelos, flores.

Tina tuvo que volver a México, nuevamente a la casa paterna. Pero esta vez su padre ya no estaba ahí para apoyarla, y Tina no tenía ya ni la juventud, ni la energía, ni la salud física para trabajar como lo había hecho toda su vida.

Conservaba su fuerza interior y las ganas de vivir, de aliviarse y de luchar, pero no tenía empleo, ni nadie que la ayudara en términos económicos.

Todos los días ideaba nuevas formas de ganarse la vida honradamente, pero su salud iba decayendo cada vez más, y muchas veces se veía obligada a pasar el día en cama, atendida por su hermana Ana o por su buena madre, con las que vivía. Como no tenía dinero, sólo podía acudir al Hospital General. Del departamento de oncología la refirieron a la clínica del dolor, pues sus dolores se intensificaban cada vez más. Ahí encontró varios ángeles de la guarda, como la doctora Tony, que era de su misma edad y habían ido a la misma escuela cuando eran niñas.

Fueron varios años de calvario para Tina. Tenía unas heridas abiertas que le supuraban, en la delgada capa de piel o más bien pellejo que le cubría las costillas del lado izquierdo, donde antes había tenido un seno sano y firme.

–Qué vanidosa fui en mi juventud– se lamentaba Tina; –he cambiado mi lema de “Todo por la belleza y el amor” a “Todo por la belleza espiritual y el amor de Dios”, le dijo a Dora un día.

Luchó varios años como una valiente guerrera contra el cáncer, modificando radicalmente su dieta, leyendo, informándose, sometiéndose a diferentes tipos de tratamientos, incluyendo la medicina alternativa. Conoció a varios médicos admirables que lograron prolongarle la vida durante más de diez años. Más tarde aceptó las ocho quimioterapias que le prescribieron los médicos del Hospital General. A medida que seguía con este tratamiento se le empezó a caer el cabello, por lo que le pidió a su mancuerna, Dora, que la acompañara a un salón de belleza, donde con valentía solicitó que la raparan.

A partir de esto, cuando Tina se asomaba al espejo veía una mujer sola, débil, enferma, cansada, sin cabello, herida y mutilada... La belleza y el amor se habían esfumado como el humo cuando sale de una chimenea.

Con el tiempo el cáncer le invadió los huesos, el hígado y todo el cuerpo. Cuando ya no podía más, pocos días antes de su muerte, Dora la llevó a internar a una clínica particular donde trabajaba un joven médico muy bueno, el doctor Raúl. Ahí Tina y Dora pasaron unos días llenos de paz, conversando sobre sus experiencias juntas en Canadá, en Londres, en Alemania, en Estados Unidos y en México. Los sueños de Tina, la belleza y el amor, habían llegado a su fin. La enfermedad se los había arrebatado y la tenía finalmente tullida, en su lecho de muerte.

–Pero si tienes muy buen semblante–, le dijo Pedro, el mejor amigo de su padre, que fue a visitarla al hospital. Con frecuencia le hacían este comentario, a lo que ella respondía: –Pues es que no estoy enferma del semblante...

Una enfermedad como el cáncer es el dolor que no se ve. Pero a pesar de todas estas circunstancias adversas, Tina había crecido tanto espiritualmente que en sus últimos días de vida se encontraba más feliz que nunca.

–¡Finalmente Dios oyó mis oraciones! Dijo feliz cuando el buen doctor Raúl le comunicó las malas noticias sobre los resultados de todos sus análisis clínicos y era evidente que iba a morir. Y todavía Tina volteó a ver a Dora y le dijo:

–¡Me voy a ahorrar las arrugas y las canas! Las dos hermanas se abrazaron, lloraron de tristeza y rieron de alegría como habían vivido, juntas como mancuernas.

A Tina ya no le interesaban la belleza física ni el amor de un hombre: lo único que quería ahora era reunirse con su Creador, ir al Cielo, volar a Él, como una gaviota, ¡realmente libre al fin! Y así fue. Una mañana soleada, luego de recibir la Extremaunción la víspera por la noche, Tina dejó de respirar. Bella, como vivió, murió, en santa paz. Encontró la verdadera belleza y el amor en Dios, que se la llevó a donde ella siempre soñó vivir: un lugar maravilloso, sin frío, sin calor, sin muerte ni enfermedad, sin dolor, sin preocupaciones, sin angustias, sin traiciones, sin lágrimas, sin soledad. Dios la curó de su enfermedad y le quitó todas sus penas y dolores.

4

Dora

El desamor

Dora fue la cuarta hija, hermana menor de Tina –como ya se mencionó–, a quien admiraba y seguía desde niña. Dora siempre fue muy responsable. Su mamá les decía que Tina parecía la cigarra, siempre cantando y bailando, y Dora la hormiga, siempre muy aplicada en la escuela y muy laboriosa.

Cuando Dora empezó a crecer, vio la película de Romeo y Julieta de Franco Zeffirelli. Como era la época en la que su hermana y mancuerna Tina había conocido a Ken, y su romance se estaba cuajando, Dora también albergaba en su corazón el sueño de encontrar un amor, casarse y formar una familia.

Cuando Tina contrajo matrimonio con Ken, Dora tenía muchos problemas con sus papás, que no estaban preparados para lidiar con hijos adolescentes. Entonces Tina y Ken invitaron a Dora a irse con ellos a Canadá. Así aprendería bien el inglés y conocería otras personas. Dora decidió aceptar su invitación y así partieron los tres en autobús. El viaje les tomó tres días y tres noches.

Pero llegar al centro de Canadá en marzo fue terrible; la temperatura aún estaba alrededor de los 25 grados centígrados bajo cero. Dora lloró los primeros tres meses de su estancia allá, sintiéndose más que sola, sin dinero, sin amigos, sin sol, sin luz, sin una razón aparente para estar allá. Tina la consolaba cuando se sentía deprimida, y Dora consolaba a Tina cuando ésta se sentía deprimida, por su relación tan fría con Ken. Cada una se volvió como la mamá de la otra.

Transcurrieron los meses y Dora siguió siendo muy aplicada, ahora en un país extranjero. Pasaba las tardes haciendo sus tareas y consultando su diccionario bilingüe, pues al llegar allá se dio cuenta de que su inglés aún no era muy bueno.

Al cabo de unos meses de vivir con Tina y Ken Dora conoció un vecino, quince años mayor que ella, que había sido miembro de un famosísimo grupo de música. Ken estaba muy emocionado de conocer también a su héroe. Dora vio en este vecino, Allan, un alma buena, y empezó a frecuentarlo. Le encantaba platicar con él, pues la escuchaba; era muy maduro y respetuoso con ella. Al cabo de unos meses se fue dando un romance espontáneo entre ellos, y tiempo después vinieron a México. De regreso, Allan le informó a Dora que le había pedido permiso a su papá de casarse con ella, cosa que sorprendió y molestó mucho a Dora.

—¿Cómo que le dijiste a mi papá, antes de preguntarme a mí? Lo cuestionó. Pero estas preguntas se responden solas.

En fin, meses después volvieron a México y se casaron. Fue un acontecimiento feliz y al mismo tiempo triste. Tina, que estaba muy bien enterada de lo que acontecía en Canadá, le había dicho a Dora que Allan había sido casado y que no podía tener hijos. Pero Dora era aún tímida y no se atrevió a preguntarle. Con los años le molestó mucho esto. ¿Por qué nunca se lo dijo? Era una falta total de honestidad.

Su relación con él fue parecida a la de Tina y Ken. Allan también era indiferente hacia Dora y se encerraba siempre en el cuarto de música, a componer sus canciones. Pasaron los años y Dora se dedicó a estudiar en la universidad. Obtuvo su título y luego entró a trabajar. Se mantenía siempre muy ocupada, por lo que no tenía tiempo de pensar en su matrimonio. Ella volvía a la casa alrededor de las 6:00 p.m., y a esa hora o un poco más tarde Allan se iba a cantar a los mejores clubes de la ciudad, cuando tenía trabajo. Volvía como a la 1:00 ó 2:00 a.m., por lo que casi no se veían. Pasó el tiempo y Dora empezó a añorar su patria cada vez más, hasta que al llegar un invierno más se dio cuenta de que su estancia en un lugar tan gris y tan frío era igual que su matrimonio, gris y frío. Entonces decidió volver a su país y vivir para siempre en la tierra del sol.

Fue una decisión difícil que ella tomó y que Allan nunca entendió. A él le gustaba saber que Dora estaba ahí, cerca de él, pero no pensaba en cómo se sentía ella, siempre sola y abandonada. Mientras Allan componía, Dora se descomponía.

Después de catorce años de ausencia de su país, Dora volvió a México y se sintió feliz, como pez en el agua. Se dedicó a dar clases de inglés y de francés en una universidad en Acapulco, pues no quería volver a saber nada de temperaturas bajo cero.

Venía a la ciudad de México a ver a su familia, y estuvo muy cerca de su padre cuando él murió. Dora y su hermano menor, Juan, hicieron todos los arreglos para el funeral y el entierro. Ana consolaba a su mamá como podía, Luis no vino de Estados Unidos y Tina sólo lloraba, desconsolada.

Con el tiempo Dora conoció un chico alegre, bromista, encantador. Le decían Lasso. Dora había sufrido mucho con la indiferencia y la frialdad de Allan y se sintió fascinada con el temperamento latino de su nuevo amigo. Al igual que Tina, Dora siempre soñó con rehacer su vida al lado de un buen hombre, y con tener hijos. Esto es lo que más anhelaba, tener hijos, cosa que con Allan nunca fue posible.

Pero Lasso era todo un experto en el arte de la seducción. Para él las mujeres no eran más que un hobby, un entretenimiento, un reto a su personalidad machista; cada conquista era como un trofeo más para su colección. Era un verdadero *womanizer*, un *mujerizador*. Dora, ingenua e idealista, no se dio cuenta de esto; pensó que él la amaba y muy pronto cayó en sus redes. Al poco tiempo descubrió, con gran asombro y alegría para ella, que estaba embarazada. Se lo comunicó a Lasso, pensando que él también se sentiría feliz con la noticia y se casaría con ella, pero él le dijo, en voz sombría y distante:

–¿Y qué piensas hacer?

A esta pregunta, que para Dora era obvia, ella respondió:

–Pues tratar de ser una buena madre...

Desde entonces Lasso se alejó, y evitó hablar con Dora. Esto fue devastador para ella, que ya se había encariñado mucho con él y había soñado con formar un hogar en el que la llegada de un bebé fuera esperada con anhelo por ambos futuros padres. Pero no fue así. Ella estaba sola, despreciada por un hombre que nunca se haría cargo de su hijo. Le habían ofrecido un empleo en Alemania, pero debido a su embarazo inesperado tuvo que renunciar a él, y se lo pasó a su hermana Tina.

—¿Qué voy a hacer?... ¿De qué voy a vivir?... ¿Con qué voy a mantener a mi hijo?... ¿Cómo va a crecer, sin el cariño de su papá?... ¿Cómo se va a sentir toda su vida, cuando todos los niños convivan día a día con su papá, menos él?

Éstas y muchas otras preguntas más la atormentaban, de día y de noche. Dora se dio cuenta de la crueldad del ser humano. ¿Cómo puede la gente despreciar a sus propios hijos? ¿A la sangre de su sangre? ¿A la carne de su carne?... Simplemente no hay respuestas a éstas y muchas otras preguntas.

Dora se quedó sin empleo. Se fue a vivir con su mamá a la casa paterna, donde ya sólo quedaban ellas dos, pues Ana y Tina estaban en Alemania, y Luis y Juan en Estados Unidos. La abuela también había muerto. Con frecuencia Dora caminaba por el rumbo para hacer ejercicio. Pasaba frente a la casa de Lasso, donde él vivía con su mamá, unas cuantas cuadras más arriba, sobre la misma calle. Era terrible verlo de la mano de alguna otra chica, o llevando en su motocicleta a alguna rubia o morena, siempre riendo, feliz y despreocupado. Para él era lo mismo andar con una muchacha que con otra. Era obvio que Dora no le importaba en lo más mínimo, ni mucho menos el hijo que él había engendrado, sin amor, en su seno.

Finalmente el bebé nació, fue una hermosa niña a la que Dora puso el nombre que le gustaba a Lasso: Ximena. Dora crio a Ximena sola, pasando indecibles penas y trabajos. Durante los primeros cinco años lloró todas las noches, a solas y en silencio, por el desamor de Lasso, a quien muy a su pesar nunca pudo dejar de querer. La alegre y encantadora sonrisa de Dora hacía pensar a todo el

mundo que era plenamente feliz con su hijita, pero también traía, en lo profundo del alma, el dolor que no se ve, el dolor que sienten las madres solteras, que además de haber sido engañadas y abandonadas son señaladas con el dedo por la sociedad, y con demasiada frecuencia se vuelven el blanco del desprecio de algunos familiares, vecinos, conocidos y desconocidos. Dora leyó las primeras líneas del poema “Las abandonadas”, de Julio Sesto, y quedaron clavadas por siempre en su corazón, como una daga:

*“¡Cómo me dan pena las abandonadas,
que amaron creyendo ser también amadas,
y van por la vida llorando un cariño,
recordando un hombre y arrastrando un niño!...”*

Pero Dora siempre tenía presente que cuando es de noche, y la oscuridad lo invade todo, el sol brilla del otro lado de la Tierra. Pensaba: “No hay mal que dure cien años, ni cuerpo que lo resista”. Consiguió un empleo de tiempo completo y se hizo una lista de pensamientos positivos, la cual leía cuando la tristeza la invadía, durante las largas horas que pasaba en su oficina, para encontrar fuerzas y no romper en llanto en el trabajo. Su gran fe en Dios la ayudó a sobreponerse al abandono del que fue objeto.

Dora quedó marcada para siempre con la etiqueta de “madre soltera”. Aunque en realidad, pensaba ella, no era soltera, porque ya había sido casada; razón de más para ser criticada y condenada por mucha gente. Dora había perdido la esperanza de rehacer su vida y también su reputación.

El dolor que no se ve con el tiempo empezó a hacerse visible en el rostro de Dora, en las líneas de expresión que se le fueron formando alrededor de los ojos y en toda la cara, de tanto llorar y sufrir por el desamor, que le dejó un gran vacío en el alma. Pero un día, después de algunos años, Dora finalmente comprendió que la felicidad propia no debe depender del comportamiento de ninguna otra persona. No

podemos cambiar a los demás, ni hacerlos comportarse como deben. Cada uno de nosotros puede y debe luchar por sus ideales y cumplir con su deber, independientemente de si los demás hacen lo mismo o no. Todos tenemos derecho a ser felices; la felicidad es una decisión que se toma, con la que en medio de la adversidad podemos seguir adelante, buscando siempre las cosas bellas de la vida.

Dicen que cuando Dios cierra una puerta, siempre abre una ventanita, y la vida nos compensa las penas con grandes alegrías, que nunca le faltaron a Dora, con ese pequeño duendecillo que alegraba su humilde casita con sus risas, con sus juegos, con sus ocurrencias infantiles. Todos los días Dora se levantaba lista para llevar a su angelito a la escuela, prepararle sus alimentos y trabajar muy duro para proporcionarle todo lo que iba necesitando, dándole siempre, sobre todo, mucho cariño. Así Dora le encontró sentido a su vida.

Han pasado ya más de veinte años, e irónicamente Ximena se ha ido a vivir a Canadá, siguiendo los pasos de su madre y de su difunta tía Tina. Pero la felicidad de Dora ya no depende de lo que nadie haga o deje de hacer; ella ha encontrado un camino que día a día la hace darle gracias a Dios por la vida, por la salud y por todo.

El secreto de la felicidad está en la entrega a los demás; trabajar por una buena causa y no perder nunca de vista la estrella que queremos alcanzar, para caminar siempre en la dirección correcta, iluminados por ella.

Dora trabaja ahora como maestra en una escuela, por lo que ya no tiene sólo una hija, como antes, sino muchos niños y niñas que la necesitan y la quieren. Vive para ellos y vive feliz. Ama a su hija y la extraña mucho, y también siente nostalgia todavía cuando recuerda a Lasso, y a Allan... Pero se da cuenta de que cada amanecer trae consigo un sinfín de retos que la vida nos va presentando y que debemos aceptar; no nos podemos quedar como ahogados en las amarguras del pasado y del dolor propio; hay todavía mucho que hacer por los demás...

Dora visita a su madre anciana en una casa de reposo a la que fue necesario llevarla hace tiempo, pues vivía con Ana, su hermana mayor, que a pesar de sufrir de tantos achaques físicos y de padecer TAB, la cuidó fielmente hasta que la madre necesitó cuidados intensivos de día y de noche, pues tuvo una fuerte neumonía y a consecuencia de ella casi muere también de deshidratación. Dora se da cuenta de que su madre, Anita, que en su juventud recorría toda la ciudad en bicicleta, que subió al Popocatepetl con su esposo, que gozó de la naturaleza y les enseñó a sus hijos a amarla y a apreciarla, ahora está confinada a las paredes de una casa ajena, rodeada de extraños, en la que cada inquilino quisiera poder volver a su hogar, pero es imposible porque ya no se pueden valer por sí mismos. Algunos ya no pueden ni siquiera hablar, o recordar...

Dora ve que la vejez también trae consigo el dolor que no se ve: es la pérdida de la juventud, de la belleza, de la salud, de la independencia, de la agilidad, del empleo, de la familia, de los amigos, del hogar, de los sueños... Su madre pasa ahora sus días en una silla de ruedas, que a pesar de haberla rechazado durante mucho tiempo se ha convertido en su mejor aliada, porque le permite tener algo de movilidad. Pero la gran fuerza interior que tiene Anita la impulsa a pasar el tiempo leyendo, escribiendo poemas, como siempre lo hizo, conversando, escuchando buena música, rezando...

–Dios te puso aquí por algo-, le dice Dora a su madre. –Quizás para que ayudes a las otras personas a tener una existencia más amena, hablando con ellas y alegrándoles el día con tantas anécdotas tan bonitas que tienes que contar.

Dora no visita sólo a su madre, sino también a los otros ancianitos del asilo. Cuántas cosas habrá vivido cada uno. Cuántos sueños desvanecidos, cuántos recuerdos. El dolor que no se ve en sus almas se hace patente en sus rostros, viejos y arrugados, y en sus cuerpos tan deteriorados. Pero Dora les recuerda que cada amanecer es una bendición, que hay que dar gracias a Dios por cada alimento y en la noche, antes de dormir, darle gracias también por un día más de vida. Cuando la muerte se acerca, se aprecia más la vida.

5

Juan

La vida y la muerte

El más pequeño de los cinco hermanos, Juan, siempre fue un niño muy especial, y muy querido por todos en la casa. Era ingenioso, chistoso, travieso, pero muy noble. Disfrutaba mucho de la compañía de su hermano y de sus hermanas, aunque con Ana casi no jugaba porque ella era la más grande y siempre estaba estudiando. Pero Luis, Tina y Dora fueron sus compañeros de la infancia.

Iba a los Scouts y con ellos a muchos campamentos y excursiones. Amaba a los animales, jugaba con su perro Bóxer y siempre estaba haciendo inventos, que curiosamente muchas veces funcionaban, a pesar de su corta edad. Estaba “siempre listo”.

En una ocasión, un compañero de los Scouts llamado Jorge, hijo del mejor amigo de su papá, invitó a Juan a Brasil, junto con otro amigo llamado Eduardo. Iban a zarpar desde el Puerto de Tampico y el viaje no les costaría nada, pues el barco pertenecía al acaudalado padre de Jorge. Dadas las circunstancias, Juan obtuvo sin dificultad el permiso de sus padres, y a los diecinueve años partió en autobús con sus dos buenos amigos hacia Tampico, donde pasarían un par de semanas. Ahí se hospedaron con la familia de Eduardo, que vivía en una zona muy agradable.

A los pocos días Juan conoció a una vecina muy guapa, llamada Edilia. Era también alegre y su sonrisa era cautivadora. Edilia vivía con sus padres y con sus hermanos; era una chica de familia que estudiaba Arquitectura, la misma carrera que había escogido Juan. Convivieron un poco esos días y finalmente llegó el momento tan esperado por los tres mosqueteros, que se hicieron a la mar.

Viajar en barco a Brasil fue toda una experiencia, y estando allá Juan y sus compañeros visitaron las Cataratas de Iguazú y muchos otros lugares. Desde niño Juan había aprendido a amar la naturaleza, y estaba feliz de disfrutar de una de las siete maravillas naturales del mundo. Pero no podía dejar de pensar en Edilia. Conocía algunas chicas y tenía amigas, pero ninguna le había impactado antes como Edilia. Esa sonrisa irresistible, esos grandes ojos tan intensos...

Después de un mes, Juan y sus dos compañeros de aventuras volvieron a su patria natal. Era tiempo de entrar a la universidad. Cada vez que podía, Juan iba a Tampico, a visitar a Edilia. Se hospedaba con "El Tocayo", novio de una de las hermanas de Edilia. Juan se costeara sus viajes arreglando planchas, estufas, radios, refrigeradores, lo que fuera. Tocaba de puerta en puerta ofreciendo sus servicios de *todólogo*. Era tenaz, y lograba sus metas.

Después de varios años de esfuerzos, Juan terminó su carrera. Entonces, finalmente el papá de Edilia dio su autorización para que su hija se casara con este muchacho, pues ya llevaban algunos años de noviazgo. Edilia había dejado de estudiar y ayudaba a su mamá a hacer y vender manualidades. Juan y Edilia contrajeron nupcias en Tampico. La boda en ese clima tropical fue muy bonita, y la fiesta inolvidable. Todo era alegría, como deben ser las bodas.

Juan y Edilia se instalaron en la ciudad de México, donde el padre de Juan le ayudó a encontrar un trabajo, en la misma empresa donde él trabajaba. Pasó el tiempo y después de casi un año, Edilia dio a luz a una hermosísima niña, a quien llamaron Lila.

Los días pasaban y ni Juan ni Edilia querían ya vivir en la ciudad más grande del mundo, por lo que después de unos meses Juan renunció a su trabajo, que consideraba mediocre, y se fueron a vivir a Tampico. Luego de un par de años les nació un varoncito, Andrés.

Pasaron muchos trabajos económicos, pero tanto Juan como Edilia eran muy trabajadores y siempre encontraban la forma de ganarse la vida honradamente. Juan abrió un taller de carpintería y su esposa seguía haciendo y vendiendo sus manualidades.

Pero Edilia siempre había anhelado vivir en los Estados Unidos. Ahí vivían dos de sus hermanos, ambos casados y muy adinerados. Ella se sentía atraída, como por un imán, a esa forma de vida, sobre todo porque ahí, pensaba ella, todos sus esfuerzos se verían recompensados y podrían darles a sus hijos un nivel de vida superior, sin las carencias que tenían en Tampico, que ya estaban afectando su relación de pareja.

Mientras tanto los niños asistían a una escuela local. Lila era realmente excepcional; brillaba como una joya única entre las otras niñas. No sólo era preciosa a los ojos de quien la veía, sino que irradiaba dulzura, bondad y simpatía. Era además muy inteligente; todos los años obtenía promedio de diez en todas sus materias. Parecía un hada dotada de todas las cualidades que pueda tener una niña. A pesar de esto, era muy sencilla, y la alegría era el sello que más la caracterizaba.

Su hermano Andrés también era un niño muy bueno, inteligente, ingenioso, travieso, guapo y muy alegre. Juan y Edilia hacían lo indecible por darles una vida plena y feliz a sus hijos, proporcionándoles incontables paseos, llevándolos a la playa con sus primos, celebrándoles sus cumpleaños con bonitas fiestas familiares en las que el mismo Juan hacía grandes piñatas cuadradas transparentes llenas de globos multicolores. Edilia también estaba siempre pendiente de sus hijos; era muy buena mamá. Les hacía de comer sus platillos favoritos, llevaba a Lila a clases de ballet y a Andrés a clases de karate y promovía la fraternidad entre ellos. Era la familia ideal.

Después de pensarlo un tiempo, Juan y Edilia decidieron irse a los Estados Unidos; ahí los hermanos de Edilia y sus esposas los ayudarían a instalarse, y los

niños tendrían ya algunos primos que les ayudarían a adaptarse al cambio de país y de cultura. Mudarse de país nunca fue fácil, pero estaban decididos y después de muchos obstáculos lograron su meta.

Al poco tiempo rentaron una linda casita con techo de dos aguas en una zona muy tranquila cerca de Dallas, Texas, donde vivían los cuñados con sus respectivas familias, y poco a poco fueron echando raíces en estas nuevas tierras. Edilia empezó a trabajar cuidando niños y Juan abrió un taller de carpintería, igual que había hecho en Tampico.

Pasaron los años y con el esfuerzo constante de sus padres, los niños crecieron y se transformaron en dos jóvenes excepcionales. Gracias a la educación y el buen ejemplo que recibieron, nunca cayeron en drogas ni en muchas de las otras trampas que constantemente acechan a la juventud en todo el mundo.

Lila se transformó en una joven brillante; cuando cumplió 18 años, su tío le regaló un auto convertible rojo, igual al que le había dado de niña, cuando le prometió que algún día le daría uno de verdad. Lila se iba a la universidad en su coche deportivo y sus cabellos dorados volaban al viento. Parecía una muñeca. Terminó su carrera de Relaciones Internacionales y luego entró a estudiar Leyes. Tenía 24 años y un futuro prometedor. Era muy popular y siempre estaba rodeada de amigas y de amigos, pero su mejor amigo siempre fue su hermano Andrés; eran muy unidos.

Juan y Edilia se habían distanciado, como suele suceder entre muchos matrimonios con el paso del tiempo, pero todos vivían juntos y relativamente felices en su linda casita con techo de dos aguas.

Una noche, después de que todos habían merendado y se habían ido a dormir a sus respectivas recámaras, como lo hacían siempre, como a la 1:30 a.m. Lila irrumpió en la recámara de sus papás agitada y asustada, gritando:

–¡Me duele la cabeza! ¡Por favor llévenme al hospital!

Juan estaba dormido y pensó que su hija estaba siendo muy exagerada; sólo quería que lo dejaran descansar, pero Lila insistía, por lo que muy pronto Edilia y Juan se levantaron y al tratar de hablar con Lila ella comenzó a decir incoherencias.

–¿Qué pasa? ¿Dónde te duele?– Le preguntaban, y respondía desorientada:

–Ley 124...

La llevaron de inmediato al hospital, donde ella misma pudo todavía subirse sola a la camilla, en la que la condujeron al tomógrafo. Juan, Edilia y Andrés esperaban el veredicto en la sala de espera, sobresaltados y muy desconcertados. Los médicos la sedaron para hacerle la tomografía, y ya nunca más despertó...

Los especialistas no supieron lo que le había ocurrido exactamente; quizá fue un derrame cerebral, quizá un aneurisma; pero sin duda fue algún tipo de accidente cerebrovascular. Tuvieron que operar a Lila de emergencia; le cortaron un pedazo grande del cráneo, para poder drenar por ahí el cerebro, pues estaba todo lleno de sangre.

Juan y Edilia estaban devastados. Igual Andrés, y todos. ¿Qué había pasado? ¿Cómo le podía haber sucedido esto precisamente a Lila, entre toda la gente?

Los días pasaban y la condición de Lila iba empeorando.

– Si se alivia, ya no podrá mover los brazos, les decían un día.

– Si se alivia, ya no podrá caminar, les decían otro, y así sucesivamente.

Pasaron como diez días, así, de mal en peor, hasta que finalmente el temido momento llegó. Los médicos informaron a Juan y Edilia que su hija ya había sufrido muerte cerebral. Ellos lloraron amargamente. Se había ido de su lado, para siempre, su ángel, su niña, su Lilita...

Han pasado tres años y Edilia sigue llorando la muerte de su adorada hija. Casi no sale de su casa, no ha movido nada de la recámara de Lila; todo sigue igual que como ella lo dejó la noche en que la llevaron al hospital. Durante las largas horas del día mira los videos e incontables álbumes de fotografías de la infancia de sus hijos, y llora. En la noche, se acuesta a dormir pensando en su hija, y llora. Sólo la fe y la confianza en que Dios se la llevó a un lugar mejor la mantienen viva, pero no ha podido superar su pena.

Juan sigue trabajando como siempre, pues a lo largo de los años fue contrayendo y acumulando deudas, para poder darle lo mejor a su familia. La pena que siente por la muerte de su preciada Lilita supera todas las penas de su vida. Antes del accidente de Lila, Juan había perdido la fe, pero el dolor que no se ve lo hizo volverse nuevamente hacia Dios. Cuenta que, en el momento en el que Edilia y él estaban llorando amargamente, en un pasillo frío del hospital, abrazados y desconsolados, luego de recibir la noticia de la muerte de Lilita, sintió una mano fuerte y reconfortante que con suavidad se posaba sobre su espalda. Desde ese momento sintió la presencia de Jesucristo en su vida y gracias a eso ha podido seguir adelante.

Los días y las noches pasan y en todo momento Juan tiene presente a su inolvidable hijita, a quien cuidó como un verdadero padre amoroso desde el día en el que ella nació. Jamás la olvidará, pero sabe que ella, desde el Cielo, quiere verlo alegre, feliz, sonriente, como ella fue siempre...

Andrés se casó con la novia que Lila conoció, pero también lleva por siempre en el alma ese gran dolor que no se ve, por la muerte prematura de su querida hermana y amiga, su compañera desde la infancia.

Juan escribió un libro, describiendo la belleza espiritual de su hija Lilita, narrando su vida y los extraordinarios sucesos que le han ocurrido a partir de que Dios se la llevó al Cielo. Todos los días se levanta y le da gracias por un día más de

vida, por su salud, por sus hijos y ahora también por haberse llevado a Lilita a vivir a un lugar tan inimaginablemente maravilloso, junto a Él. Paradójicamente, Juan encontró, en la muerte de su hija, el sentido de su propia vida, pues ahora camina más seguro que nunca en la misma dirección que ella caminó, lleno de fe, hacia el lugar donde espera reunirse con ella un día, para no volver a separarse jamás.

Conclusión

Hay circunstancias en la vida de cada persona que nunca se imaginó que llegarían; no todo lo que nos pasa lo podemos planear. Cuando experimentamos una pérdida, de cualquier tipo, tenemos que hacerle frente y aprender a vivir con ella.

Hemos leído un breve resumen de las vidas de Ana, Luis, Tina, Dora y Juan. En cada una de ellas la adversidad se hizo presente en diferentes facetas. La enfermedad mental y física, el alejamiento de la patria y de la familia, los sueños frustrados y desvanecidos, la separación definitiva de un ser querido, la soledad, el desamor, la pérdida de las ilusiones, la falta de recursos económicos, la vejez, la muerte... Todo esto trae consigo el dolor que no se ve, pero que es real; es un dolor que hiere el alma y a veces parece que la partiera por la mitad.

La manera como hacemos frente a este dolor es determinante en nuestras vidas; sólo hay dos caminos a seguir, el de la felicidad y el de la infelicidad. Sin importar las circunstancias, en cada caso se puede elegir seguir adelante. La vida es un don precioso que debemos valorar antes que cualquier otro, y cuando hay circunstancias adversas cada quien decide si se va a quedar derrumbado, o se va a levantar, con la ayuda de Dios y con el optimismo que siempre debemos conservar.

No hay nadie que esté exento de las penas de esta vida, pero aun en medio de ellas debemos buscar la luz que conduce al jardín donde las sombras se transforman en luminosidad, donde el dolor queda atrás para siempre.

Sufrir nos hace compasivos; cuando hemos experimentado una profunda tristeza queremos hacer el mundo a nuestro alrededor más agradable para los que van a caminar por el mismo camino por vez primera.

El dolor que no se ve se puede transformar en una profunda alegría, por más contradictorio que esto parezca, como sucedió en el caso particular de Tina. Una

torpe oruga negra y lenta se transforma, poco a poco, en una espléndida y ágil mariposa multicolor. Antes de poder abrir sus alas y emprender el vuelo que la conducirá hacia el cielo, dejando atrás la tierra sobre la que con tantos trabajos se arrastró, cada mariposa debe pasar por una metamorfosis completa. Lo mismo sucede con nosotros. Si nos quedamos inertes ante los problemas nunca lograremos salir de ellos y superarlos. Pero si levantamos la vista al Cielo y tenemos fe, experimentaremos ese cambio que nos devolverá la esperanza, y con un poco de paciencia y entrega a los demás, al curar las heridas del prójimo nos olvidaremos de las propias, o nos daremos cuenta de que son mucho más pequeñas que las de otras personas.

El dolor que no se ve es un gusanillo que va royendo el alma atormentada hasta que ésta muere devastada o decide poner fin a su tristeza y ser feliz. “Fe en Dios y adelante”, decía mi padre. Nada es imposible; todo se puede lograr si luchamos por salir del hoyo negro en el que a veces sentimos que hemos caído, al andar por el espacio de la vida, sobre todo cuando hemos experimentado una pérdida que ha dejado en nuestra alma un vacío que nada puede llenar.

Confío en que las personas que hayan leído las cinco vidas aquí narradas encuentren consuelo al saber que no son las únicas en sentir el dolor que no se ve. Confío también en que elegirán seguir viviendo con fe y alegría, a pesar de las penas que encuentren a lo largo de la vida, que es como una carrera de obstáculos. Al final, el que haya logrado franquearlos todos, llegará victorioso y feliz a la meta.

Bibliografía

- ALIZADE, A. M., *Clínica con la muerte*. Amorrortu Editores, Buenos Aires, 1996.
- ARMENDÁRIZ RAMÍREZ, Rubén, *Sanando heridas emocionales*. Editorial Pax México, 2007.
- BARRETO MARTÍN, Pilar y SOLER SAIZ, María del Carmen, *Muerte y Duelo*. Ed. Síntesis, 2007.
- BAYÉS, R., *Psicología del sufrimiento y de la muerte*, Editorial Martínez Roca, Barcelona, 2001.
- BEATTY, Melodie, *El lenguaje del adiós*, Grupo Editorial Patria, México, 2004.
- BUCKAY, Jorge, *El camino de las lágrimas*. Ed. Océano, Tercera edición, 2008.
- CARUSO, Igor, *La separación de los amantes. Una fenomenología de la muerte*, México, Siglo XXI, 1969.
- CASTELLANOS, M.D., *Tanatología y depresión*. Mc Gragil, España, 2005.
- CASTRO GONZÁLEZ, María del Carmen, *La inteligencia emocional y el proceso de duelo*, Editorial MAD, S.L., Primera edición, 2007.
- CLERICO MEDINA, Carlo, *Morir en sábado ¿tiene sentido la muerte de un niño?* Editorial Desclée De Brouwer, España. Segunda edición, 2010.
- FLORES MUÑOZ, María Antonieta, *Ahí duele*. Editorial Terracota, México, 2010.
- GÓMEZ SANCHO, Marcos, *La pérdida de un ser querido. El duelo y el luto*. Madrid: Arán ediciones, 2004.

KÜBLER-ROSS, Elisabeth, *La Rueda de la Vida*. Editorial Pax México, 2005.

KÜBLER-ROSS, Elisabeth, *Sobre la muerte y los moribundos*. Editorial DEBOLSILLO, 2010.

KÜBLER-ROSS, Elisabeth, *Una Luz que se apaga*. Editorial Pax México, 2005.

LEE, Carol, *La muerte de los seres queridos*, Barcelona, Ed. Plaza & Janes, 1995.

LUKAS, Elisabeth. *En la tristeza pervive el amor*. Editorial Paidós. Edición 2002.

NASIO, Juan David. *El libro del dolor de amar*. Editorial Gedisa. Primera edición, 2007.

NEIMEYER, Robert A., *Aprender de la pérdida*. Ed. Paidós Ibérica, Primera edición, 2007.

O'CONNOR, Nancy, *Déjalos ir con amor. La aceptación del duelo*. Segunda edición, Editorial Trillas, México, 2007.

PANGRAZZI, Arnaldo. *El Duelo*. Editorial Selare, cuarta edición, 2005.

RIMPONCHÉ, Sogyal, *El libro tibetano de la vida y la muerte*. Editorial Urano, 2006.

RITTNER, Marcelo. *Aprendiendo a decir adiós*. Editorial Planeta, 2008.

SENTÍES CASTELLÁ, Héctor, *Psiquiatría para médicos no psiquiatras*, Editorial Panamericana, 2011.

WORDEN, William J., *El tratamiento del duelo*, Editorial PlanetadeLibros, España, 2013.