

30. Los padres hablan

de: Peter Bourquin y Carmen Cortés

Tal como hemos visto en el capítulo anterior, los niños pequeños a veces expresan recuerdos en forma de sensaciones o imágenes que tienen que ver con su primera etapa de vida, la etapa intrauterina. Una fuerte experiencia como es el haber perdido a uno o varios hermanos en el vientre materno, está presente de forma bastante consciente en los niños durante sus primeros años. Quizá no tengan la misma capacidad o facilidad para expresar lo que les está ocurriendo como tendríamos los adultos, pero sus vivencias son igualmente intensas y claras.

¿Cómo pueden acompañar los padres a un hijo cuando saben o sospechan que puede ser un gemelo solitario? Esta es una pregunta que a veces nos hacen padres o madres al afrontar este tema. La primera respuesta que nos surge es ¡escucharlos! Y darles espacio para sentir y expresarse, acompañándole en lo que le esté ocurriendo y tomándole en serio. Probablemente necesitan expresar la tristeza, la rabia o la confusión por no entenderse bien, y para un niño pequeño es mucho más fácil hacer esto si tiene un adulto al lado que le acompañe. Para los niños, (como para los mayores) algo muy importante es ser tomados en serio.

Un adulto que no tenga conocimiento de que su hijo puede haber perdido a un hermano en el útero quizá no tome en serio expresiones de su hijo que pueden referirse a sus recuerdos de la etapa intrauterina, o a su sensación de que le falta un hermanito o hermanita, y lo escuche como fantasías, cuando en realidad está hablando de sus experiencias.

En los relatos que siguen ahora vamos a escuchar a dos madres compartir su experiencia y sabiduría al encontrar formas de responder a la pregunta anterior.

En el primero podemos escuchar a una madre que acompaña a su hija, Maria, en el descubrimiento de ser gemela solitaria y como integrar esa vivencia; el segundo es un impresionante relato de unas madres que sabiendo que esperan gemelas pierden a una de ellas durante el parto.

La muerte de un gemelo en el parto o posparto sigue ocurriendo de vez en cuando, aunque con menos frecuencia que en otras épocas, ya que un parto gemelar siempre conlleva un mayor riesgo. La historia de Kala y Uma ilustra lo

que significa para los padres vivir simultáneamente el nacimiento de una hija y la muerte de la otra. Isabel, una de las dos madres, encuentra palabras para ilustrar con todo un abanico de matices este proceso tan complejo entre los polos del duelo y la alegría, y describe maneras que han encontrado para asentar poco a poco a esta realidad y ayudar a su hija viva en ello. Es, con diferencia, el testimonio más largo en nuestro libro, pero lo hemos incluido casi íntegramente ya que nos parece que leerlo puede ayudar en gran medida a otros padres que pasen o hayan pasado por una experiencia similar.

La historia de María

Durante el embarazo de María yo tuve que descansar durante varias semanas debido a una hemorragia en el primer trimestre. Al parecer tenía un desprendimiento de la placenta. Su parto fue complicado, María nació inconsciente por cesárea de emergencia, y durante los primeros días desarrolló una meningitis viral.

De pequeña era una niña muy tranquila, suave, tolerante, y muy pronto comenzó a interesarse por la muerte, hablaba mucho de ella. Ya en esa etapa de dos, tres y cuatro años ella tuvo algunos momentos de desesperación compulsiva en la que sin justificación aparente estallaba en un llanto inconsolable y llamaba a su mamá con todas sus fuerzas, incluso cuando se encontraba en el regazo de su madre.

Yo no tenía ninguna información sobre los gemelos solitarios entonces; sin embargo, algún tiempo más tarde, cuando supe de ello recordé algunas características tuyas que podían estar relacionadas. Una de ellas es que, desde pequeña, María dijo que no quería crecer, quería quedarse bebé para siempre, y se molestaba mucho cuando le decían que estaba muy grande. A los cuatro años, cuando entró en el jardín de infancia, empezó a hablar de una amiga imaginaria, Catalina, y tenía la esperanza de encontrarla allí en el jardín de infantes. Después de cuatro semanas de esperarla todos los días, un día llegó a casa de la escuela quejándose y llorando, diciendo: "Parece que Catalina no existe, no va a venir nunca...". Otra manifestación, que más tarde comprendí mejor, era que ella estaba aterrorizada de ganar en los juegos infantiles; lloraba desesperada y decía "Yo no quiero que otros pierdan...".

Fue cuando María tenía unos seis años que descubrí que yo misma era gemela solitaria. Por supuesto yo compartí este descubrimiento con mi familia, y poco a poco también fui entendiendo las señales de mi hija María.

En ese momento María entró en la escuela primaria y unió unas hojas blancas con un hilo para escribir un libro. En él hizo un dibujo de dos niñas gemelas, cada una con burbujas de pensamiento, una pensaba en los padres y la otra pensaba en una

imagen de santos o ángeles que ella coloreó. Dijo que iba a escribir un libro y ese sería el tema.



La prueba más clara que tuve sobre su experiencia con su hermana gemela fue cuando un día, después de haber ido a misa, en un momento en que estábamos las dos solas en el coche, me preguntó:

"¿Tu hermana gemela estaba en tu vientre?" Le dije que no, que estaba en el vientre de mi madre, a lo que ella respondió. "Así, era mi hermana gemela la que estaba en tu vientre conmigo." Me sorprendió y le pregunté a ella qué había sucedido, y ella dijo: "Ella estaba allí conmigo y jugábamos los dos. Después crecí mucho y ella se fue haciendo pequeña, hasta ser solo un puntito." Le pregunté cómo se había sentido, y María contestó: "Mal, por supuesto, yo estaba muy triste". Después de relatar esta historia se sintió enferma, débil, mareada, pero también enojada. Yo dejé que ella expresara todo lo que quiso, aceptando su malestar. Más importante aún, demostré creer en su relato; poco después le di un abrazo y le hice una taza de té, y después ella se encontró mejor y se fue a jugar.

También ocurrió una vez, que María lloró porque le conté un sueño que tuve de haber perdido a una hija en el mar: "...de repente ya no estaba allí..." Ella necesitó varias horas para calmarse. Ahí fue cuando le dije que su reacción podría estar relacionada con que ella hubiera perdido una gemela, y al decírselo algo se iluminó en ella.

Otra situación que recuerdo fue cuando María, en un periodo en que se encontraba más triste, espontáneamente dijo que iba a volver a encontrar a su hermana gemela. Le expliqué que no, que su hermana ya no podría volver a vivir, que ella se había ido para siempre. Ella hizo un silencio y con una sonrisa dijo: "Cuando yo me muera voy a volver a encontrarla".

Lo que veo con María es que ella era una niña contenida, su calma y tranquilidad fueron más el resultado de la tristeza que llevaba dentro de sí misma que de su carácter. Tenía poca energía vital, no se soltaba... la vida para ella era confusa.

Ella necesitaba mucho ser reconocida en su historia. Necesitó que yo, su madre, le dejara sentir esa tristeza. Fue así que poco a poco, sin darse cuenta y a su propio ritmo, ella fue capaz de respetarse a sí misma y también al dolor, y descubrió el placer de vivir.

Hoy María tiene 13 años, es una niña integrada, muy empática, sensible al ambiente y a las personas que la rodean, pero ya no es tan contenida, se permite vibrar de alegría, enojo o de todo aquello que la vida contiene. María ya no quiere hablar de su historia de gemela solitaria con todo el mundo. Es un asunto muy íntimo que sólo comparte con algunos en circunstancias especiales.

Claudia Pinheiro

Sobre Kala y Uma

Nunca olvidaremos el momento en que nos dijeron que esperábamos gemelos, la emoción fue tan fuerte, el agradecimiento a la vida, al universo, a la providencia, a dios, era tan grande! Nos sentíamos tocadas por algo mágico que solo la vida te puede regalar.

Mariona cuenta que el embarazo fue el mejor momento de su vida, el estado de plenitud más largo que ha experimentado. Las niñas crecían y con ellas nuestra ilusión y nerviosismo por el momento del parto y nuestro encuentro con ellas. Y el momento llevo, se rompieron las aguas, estuvimos en casa los primeros momentos de la dilatación y nos fuimos hacia la clínica cuando notamos que ya llegaba el momento final... era tan emocionante!

La primera que nació fue Uma, costó de salir, parecía que no terminaba de hacer la fuerza suficiente para salir, cuando finalmente salió con fórceps y la pusieron en el pecho de Mariona, enseguida notamos que algo no iba nada bien, cortaron el cordón y se la llevaron a la salita de al lado para reanimarla, nosotras podíamos ver como hacían muchas maniobras para reanimarla, mientras Mariona daba a luz a Kala.

Bajaron las cortinas de la sala de reanimación, algo no iba nada bien, se llevaron enseguida a Kala, la segunda en nacer y al poco de expulsar la placenta, la ginecóloga nos informó de que la primera niña que había nacido, había muerto.

Nunca, nunca olvidaremos ese momento, la frase “la primera niña está muerta”, la otra está en neonatos para prevenir posibles peligros. Fue tan grande el dolor!

¿Cómo podía ser que al mismo tiempo la vida y la muerta se apoderaran de nuestra familia, de nuestras ilusiones, de nuestro futuro?

Es doloroso, es devastador.

¡La muerte es fría!

Después de la desolación, pedimos poder ver a Kala, el bebé que sobrevivió, estaba bien, en su incubadora, congestionada de tanto llorar, ¡nos sabia tan mal!, ¡no había consuelo para Kala!, se nos ocurrió cantarle suave... Llego algo de calma, pero la verdadera calma fue cuando pudo ser abrazada por el pecho de su madre.

También pedimos poder ver a Uma. En la clínica nos lo concedieron y nos dejaron una salita con su cuerpecito envuelto en una tela verde, pudimos abrazarla, estuvimos un tiempo las tres solas. Sin saber aún muy bien porque, quisimos hacerle fotos, (que gran bendición es ahora tenerlas), quisimos retenerla, la abrazamos, la besamos, le dijimos muchas cosas bonitas, lo doloroso de su perdida, lloramos, nos despedimos de su cuerpecito ya frio de recién nacido.

Aquí empezó nuestro duelo, cada una lo vivió como pudo, ahora podemos decir que para sobrevivir a ese dolor, cada una encontró su forma, una entrando en una honda y profunda tristeza, la otra en un intenso y violento enfado con el mundo. Solo pudimos encontrarnos en el dolor cuando logramos llorar juntas y darnos calor por el frio de una muerte tan inesperada.

Fuimos a un grupo de padres que habían pasado por la misma experiencia, ¡la muerte de un hijo antes del primer año de vida, le pasa a tanta gente! Fue reconfortante compartir, es necesario, es sanador, porque en ese lugar nadie intenta consolarte, nadie pretende sacarte de tu proceso; se escucha y se deja espacio al dolor con respeto.

La culpa es un sentimiento que estuvo muy presente, al principio era enorme, pensábamos la cantidad de cosas que si hubiéramos hecho de otra manera, igual tendríamos a nuestra hija con nosotros, por ejemplo llegar antes al hospital, pedir una cesárea, quejarnos más... la culpa es voraz con la mente; sentíamos que no habíamos sido capaces de cuidar de nuestra hija, que no lo habíamos hecho bien, que nosotras como adultas teníamos recursos para evitarlo...

Además la culpa es un sentimiento que no desaparece fácilmente, ha estado instalada en nuestras mentes durante mucho tiempo.

Una de las cosas más difíciles de llevar es ver como el entorno reacciona a la muerte de un bebe, diciendo cosas tan poco meditadas, como “ bueno no os quejéis que al menos tenéis una, hay gente a la que se les mueren las dos”, “bueno ya está bien no lloréis más” (a los 3 meses de la perdida), personas que conocíamos pero que no nos saludaban, porque más tarde nos dijeron que no sabían qué tenían que decirnos por la muerte de nuestro bebe, personas que cuestionaban si hubiéramos hecho tal cosa o tal otra igual estaría viva... la verdad muy desafortunado.

Al morir en el parto no le pudimos poner a nuestra hija su nombre, sino que queda registrada como “feto de...” porque no ha sobrevivido a las 24h, eso nos resultó doloroso. Para nosotras ya era una persona desde el momento en que crecía en el vientre de su madre. Pero así es la ley en España.

Teníamos claro que nosotras teníamos que dar un lugar a nuestra hija, nos entregaron sus cenizas y con un grupo muy íntimo de amigos y familiares, realizamos un funeral, un rito de despedida. Compramos un árbol centenario de 400 años, un olivo, con una raíz común muy grande y dos ramas muy gruesas que luego se separaban, una subía hacia el cielo, la otra se mantenía en horizontal, ese árbol iba a ser el símbolo de Uma en la tierra, nos reunimos en círculo, todo estaba preparado para plantar el árbol, un agujero inmenso en la tierra donde pondríamos las cenizas de Uma, su placenta, unas botitas que nos habían regalado, una ofrenda representada en un trozo de tela; dejamos que los que participaron de la despedida pudieran expresar los deseos que tenían para Uma en su tránsito, todos hablamos, todos participamos en que el olivo quedara bien plantado en la tierra, todos le hablamos a Uma, todos deseamos lo mejor para su alma....

Al principio nos era muy difícil encontrar gemelos por la calle, nos provocaba bastante rabia, todo el tiempo veíamos cochecitos de gemelos por la calle, nosotras habíamos tenido que vaciar la casa de todos los objetos dobles que habíamos adquirido.

La profunda tristeza, el enfado, el sentido de injusticia, el rechazo, la rabia, la desolación... la alegría por la vida de Kala - era una niña muy sana; todo se daba en el mismo momento. Entre la alegría y la tristeza, entre la muerte y la vida, entre la rabia y la vulnerabilidad, ¡entre el vacío y la presencia!

Kala lloraba mucho al principio, nosotras teníamos claro que estaba triste, que estaba desolada y se sentía sola, solo su madre le daba alivio. Aprendimos a distinguir el llanto de hambre, sueño, cambio de pañal, del llanto de tristeza, que normalmente era más nocturno y desconsolado, ¿cómo podíamos acompañar a nuestro bebe en su duelo?, con presencia; teníamos tan claro que lloraba a su hermana ausente.

Este llanto se fue convirtiendo en dificultad para quedarse sola a la hora de dormir, en el momento de coger el sueño. Kala tiene siete años y en ocasiones le sigue costando quedarse sola, le cuesta mucho el momento de la separación, se agarra a los brazos y

busca excusas para tenerte a su lado diez minutos más, nosotras a veces pensamos que no sea una pequeña rememoración de la separación con su hermana que ella acusa algunas noches...

Y desde el principio, siempre Uma ha estado presente en la vida de Kala, le contábamos que tenía una hermana y que murió y que estaba bien donde estaba... poco a poco fue creciendo y Uma estaba muy presente en nuestra vida cotidiana, al principio desde un lugar muy triste, desde su falta, desde la ausencia... no podía ser de otra manera en ese momento, todo era muy reciente y el duelo es largo, cada avance que Kala hacía, como aprender a gatear, andar, hablar, jugar... siempre había un agujero a su lado, la ausencia ocupa espacio.

En la escuelita donde Kala iba, estaban al corriente de Uma, y nos contaban que en ocasiones durante la comida Kala cogía dos boles, dos cucharas y dos vasos...

Sus relaciones en la escuelita eran íntimas, cada vez que intimaba con una amiga, la relación era fuerte. La existencia de su hermana solo se la comunicaba a los amigos íntimos, era como compartir algo muy especial, a veces no sabía cómo expresarlo y sus educadoras la ayudaban, nos entendieron tanto y nos hizo tanto bien esa escuelita!

En todo este proceso, que sigue, sabíamos que la forma de salir adelante era aceptar la muerte de Uma, pero no era nada fácil, cuando veíamos gemelos en la calle, cuando Kala lloraba por que la echaba de menos, cuando celebrábamos cumpleaños siempre había la ausencia. Más adelante hacia los tres años pudimos llegar a experimentar la aceptación que nosotras llamamos corporal o más profunda, que es la de recordar a Uma o hablar de ella sin tristeza, con cierta paz en nuestros corazones, en nuestra mente y en nuestras emociones.

A ello nos ayudó una compañera que nos dijo que cada vez que habláramos de Uma lo hiciéramos con cierta alegría, como diciendo lo que a ella le gustaría estar en tal o cual sitio, si le gustaría estar en esta celebración, esta comida...etc... como hablando de una participación positiva de ella en nuestras vida. Esa fue una gran clave para entrar en ese nivel de aceptación más sanadora.

Para los momentos en que Kala lloraba porque decía que añoraba a su hermana, y preguntaba por qué había tenido que morir ... ella decía que la quería aquí, no allí, ya lo podía especificar muy bien... para esos momentos aprendimos a gestionarlo de diferentes formas, al principio le decíamos a Kala que le dijera lo que quisiera decirle a Uma o bien hablando o a través de pensamientos y que luego tocara un "gong" que tenemos en casa, así a través del sonido y de la vibración Uma podía percibir lo que Kala le quisiera decir. Más adelante compramos un cuaderno muy especial, muy bonito que era "la libreta de Kala para Uma" y es el lugar donde Kala expresa lo que siente cada vez que dice que quiere a Uma aquí con nosotros, o también cuando ha

habido un acontecimiento importante para ella o para la familia, es como que se lo hace saber a través de un dibujo o de unas frases escritas.

Kala empezó a hablar de Uma, montando todo un mundo acerca de lo que hacían cuando estaban en el vientre de Marion, de cómo jugaban, si subían a toboganes, colchonetas, saltaban, etc... todo un mundo... hablaba de cómo viajaban por el mundo y lo grande que era el mundo, nos contaba incluso que habían construido el mundo ellas dos, está claro que hablaba de su propio mundo, de su relación, era muy bonito escucharlo.

Buscamos una muñeca que era un regalo que le hacíamos nosotras a Uma, pero que estaba aquí, a Kala le encantó la idea y esa muñeca la acompaña en su cama muchas noches.

Lo que si podemos decir es que Kala es una persona que siempre necesita mucho contacto, es muy corporal y le gusta estar cerca de las personas a las que considera íntimas en contacto corporal con ellas, sobre todo con Marion, la madre biológica, siempre que está cerca necesita que alguna parte de su cuerpo este en contacto.

También vemos que crea relaciones muy íntimas y que le cuesta soltarlas, pero parece que la vida se lo pone delante constantemente y parece también que ella sabe que debe aprender esto, porque aunque le cause mucho dolor, acaba por soltar, nos referimos a amigas íntimas que cambian de escuela, profesores con los que tiene un buen vínculo que se trasladan, etc...

Kala vive la muerte como algo muy familiar, incluso durante un tiempo a los tres años, empezó a decir que su padre, al que no conoce, porque somos dos madres, estaba muerto, igual que su hermana, fue un tiempo en que ella relaciono ausencia con estar muerto. Nos costó sacarla de esta idea, pero no forzamos, con paciencia le decíamos que no era así y le explicábamos la forma en que habían sido concebidas; ahora está totalmente superado, cada uno ocupa su lugar.

'El tiempo lo cura todo' es una frase muy popular y que al principio de la muerte no la queríamos ni escuchar, no nos proporcionaba ningún alivio, y escucharla nos parecía muy irrespetuoso hacia nuestro duelo, pero ciertamente es así, sentimos que el dolor de la pérdida siempre estará en nuestro corazón, pero también podemos ver que nos ha hecho crecer como personas, como pareja, como familia... atravesar todo este proceso, es tan importante darle un lugar!

Tenemos una nueva hija, Lua, tenemos tres hijas, y así nos lo recuerda Kala, cuando alguien no muy cercano nos pregunta cuantas hijas tenemos y le respondemos dos, siempre sale Kala y dice, "NO...!! Somos tres" con una naturalidad impresionante.

Siempre que hay una celebración con pastel, le cortamos un trozo y lo dejamos en el agujero de un árbol... nunca hemos ido a ver si se lo ha comido...

Isabel Montero y Mariona Canadell

© Peter Bourquin y Carmen Cortés

(Nota de los autores: Este artículo es un nuevo capítulo de nuestro libro EL GEMELO SOLITARIO, que ya está incluido en la versión inglesa y alemana que se publican en 2016. Lo publicamos aquí para hacerlo disponible para las personas que tienen la versión española de nuestro libro.)