

Por el color del trigo



Bertha Alicia Martínez González

POR EL COLOR DEL TRIGO

*Una historia de amor de una madre por su hijo
que no llegó a nacer*

Bertha Alicia Martínez González

A Fernando,
cuya vida hizo posible estas páginas, y cuya muerte las hizo necesarias

A Emiliano, Eric, Trechel, Valentina, Rebeca, Lautaro, Emiliano, Sofía, Juan
Pablo, Tomás, Sara Camila, Daniel Karul y a aquellos bebés que no llegaron a
tener nombre

A sus padres, en cuyos corazones siguen viviendo por siempre

En su viaje por la Tierra, el Principito se encuentra con un zorro. Cuando el Principito lo invita a jugar, el zorro se niega puesto que no está domesticado... “¿Qué es domesticar?” pregunta el Principito.

“Domesticar es crear lazos” responde el zorro. “si me domesticas, entonces tendremos necesidad el uno del otro. Tú serás para mí único en el mundo, yo seré para ti único en el mundo...”

El zorro pide al Principito lo domestique, y entre las razones para que lo haga, le explica que el trigo no significa nada para él, pero como los cabellos del Principito son dorados como el trigo, si lo domestica, el trigo será un recuerdo de él, y el zorro amará el ruido del viento en el trigo...

El Principito domesticó al zorro, con paciencia, día a día... Cuando era el momento de partir, el zorro anunció: “lloveré”. El Principito dijo “Es tu culpa, tu querías que te domesticara, no ganas nada”. “Gano -dijo el zorro- he ganado a causa del color del trigo”.

EL PRINCIPITO
ANTOINE SAINT EXUPÉRY

Introducción

Estas páginas son una historia de amor. La historia del amor de una madre por un hijo que no llegó a nacer. Es la historia de la corta vida de mi pequeño Fernando, desde el momento que confirmé que estaba embarazada, hasta el día de hoy, un año después de que muriera en mi vientre. Y estas páginas no podía sino empezarlas con ese texto del Principito, que tanto ha marcado mi vida estos meses y del que se extrae la frase que les da título.

¿Por qué o para quién las escribo? Primeramente, para mí, como parte de mi proceso de duelo. Cuando creía que ya había llorado mucho, he llorado más todavía al escribir... pero también he esbozado algunas sonrisas, y he recordado y reflexionado mucho. Las escribo también para mi familia y mis amigos, para que puedan conocer a través de mis palabras a mi Fer, y tal vez para que entiendan un poco más a la persona que soy hoy, que definitivamente no es la misma que hace un año. Las escribo para honrar la memoria de la corta (que no pequeña) vida de Fer, y por mi necesidad de hablar de mi hijo y de mantener vivo su recuerdo.

Asimismo, las escribo con la esperanza de que estas páginas puedan servir de algo para los que han tenido la desgracia de perder un hijo, y para los que están cerca de ellos y no saben como ayudarlos. Las escribo sin ninguna pretensión: no creo que mi camino sea ejemplo de nada, ni que mis reflexiones me hayan llevado a conclusiones válidas para el resto del mundo. Yo sólo sé que a mí me ayudaron las historias de otras mujeres, y si logro ayudar a alguien más me ayudará a mí a saber que la vida y la muerte de mi hijo no han sido en vano.

Diciembre 1 (4 semanas)

Hola pequeñito o pequeñita:

Hoy, mediante prueba, confirmamos lo que tu papá y yo sospechábamos y deseábamos: vienes en camino, primero Dios para agosto...

Estamos felices y emocionados. Yo no puedo esperar a contarle a todo el mundo, pero papi está de viaje así que esperaremos a que llegue.

Eres un bebé planeado, deseado y amado ya desde ahora. Crece grande y fuerte dentro de tu mami, pequeño bebé. Te amamos

Cómo lo había hecho con mi primer hijo, Alex, empecé un diario para Fer en el momento que supe que estaba embarazada. Mi objetivo con estos diarios era registrar detalles importantes de mi embarazo, ideas, sentimientos, anécdotas... y continuarlo después para que en algún momento de la adolescencia, cuando mis hijos llegaran a la etapa del “nadie me quiere”, poder mostrárselos y que supieran cuán amados fueron desde el principio. Poder contestar a sus preguntas sobre que hacían de pequeños, atesorar los recuerdos y que después ellos pudieran leerlo.

Ni en mis peores pesadillas imaginé que 7 meses después, ese bebé que esperábamos con tanto amor moriría en mi vientre, y este diario se transformaría para registrar mi dolor y mi vacío, en lugar de narrar la historia de una nueva vida. Hoy, un año después, ese diario sufre otra transformación, para empezar a contar nuestra historia, una historia ante todo de amor, sí, también de dolor, pero de fe y de esperanza.

El viernes 4 de julio, recién cumplidas 35 semanas de gestación, y ya con contracciones que nunca llegaron a ser regulares ni tan dolorosas, de repente caí en la cuenta de que Fernando no se movía. Había sido el último día de clases de Alex en el kinder, y habíamos estado corriendo toda la mañana, así que no noté la falta de movimiento hasta que tuve un ratito de tranquilidad. Traté de estimularlo, comí chocolate y nada, así que movilicé a todo el mundo. Antes de ir con mi médico al hospital, fui a una pequeña clínica cerca de mi casa, esperando que fuera una falsa alarma pero no, el ultrasonido no reveló ningún latido... Camino al hospital, ya con mi esposo, Christian, y mi mamá, yo todavía esperaba que el equipo de ultrasonido fuera tan viejo que no hubiera podido detectar el latido, que se hubieran equivocado. Sin embargo, mi médico confirmo que no había latido y me dijo “tenemos que sacarlo”.

Diciembre 6 (5 semanas)

Bebé:

Todavía no vamos al doctor, será pasado mañana. Y ya que él confirme y papi regrese, a empezar a decirle a todo el mundo, empezando por tu hermanito Alex, tus abuelos, tus tíos... ¡Ha sido tan difícil guardar el secreto!

Tienes a mami con hambre y sueño todo el día.

Te amamos,

Mami

De haberse quedado con nosotros, no me queda duda que Fer hubiera sido un chico totalmente de la era digital. Cuando me faltó mi período, su papá estaba de viaje del otro lado del mundo, con 13 horas de diferencia. Dado que el embarazo había sido totalmente planeado, sólo faltaba realmente la confirmación. Así que Christian y yo quedamos de conectarnos por Messenger con la cámara de video en cuanto yo despertara (su noche) para ver “juntos” el resultado de la prueba de embarazo... No fue exactamente así, por que el se tardó más en llegar al hotel y yo ya no podía aguantar más la primera orina de la mañana... Pero bueno, fue por Internet de cualquier forma como su papá se enteró de la gran noticia.

Por Internet después avisaríamos también de su muerte, y recibiríamos las condolencias. Por Internet conoceríamos a otros padres que pasaron por lo mismo, y que han sido una gran fuente de consuelo y apoyo y se han vuelto amigos entrañables.

Diciembre 10, 2007 (5 semanas)

Bebé:

El viernes fuimos al doctor, mandó vitaminas, unas hormonas por si las duditas para proteger el embarazo. E iremos a verte en el ultrasonido la próxima semana para ver que todo esté bien.

Papi regresó el sábado y empezamos a avisar. Primero a tu hermanito que todavía está chiquito para entender pero que seguro va a quererte mucho (tal vez se ponga un poquito celoso al principio, pero es lógico). Luego a tus abuelitos y a tu tía. Ese mismo sábado a unos amigos de tus papás, ahí también hay unos bebés en camino, con los que podrás jugar. Ayer les avisamos a tus otros abuelitos y tíos y a otras personas. En fin, todavía falta gente por avisar pero va corriendo la noticia y todos están emocionados y felices, como nosotros. Vas a tener dos primitos sólo unos meses más grandes que tú, con los que podrás jugar mucho.

Buenas noches, bebé.

Te ama,

Mamá

Las embarazadas tenemos muchos miedos y muchas dudas. Pero yo al menos, nunca consideré la posibilidad de que mi hijo no llegaría a nacer. Mi primer embarazo había sido perfecto, a pesar de que ahí nos habíamos enterado que mi útero tenía una malformación congénita: un útero didelfo o tabicado. Todo el embarazo de Alex estuve con hormonas, y con el miedo de que el útero no creciera suficiente. Pero Alex nació perfecto a las 37 semanas, tras romper fuente, justo el mismo día del cumpleaños de su papá. Durante la cesárea habían disecado el tabique, por lo que no esperábamos ninguna complicación relacionada con esa malformación para un siguiente embarazo. Además soy una mujer sana, había empezado a tomar ácido fólico tres meses antes, y tenía acceso a todos los cuidados médicos, mi ginecólogo tenía toda la experiencia (él me había traído a mí al mundo), así qué ¿qué podía pasar? Mi peor miedo era que mi bebé fuera prematuro, y tener que dejarlo en el hospital, salir sin él...

En los libros de embarazo, la sección de “lo que puede salir mal” trae una advertencia: no la leas si no tienes ningún problema, no te agregues preocupaciones. Yo no la leí en ese momento, sino hasta que fue demasiado tarde. Yo hubiera querido que alguien me hubiera dicho dos cosas que supe demasiado tarde: primero, que abrazara a mi hijo, lo besara, tomara fotos y guardara un mechón de su pelo; segundo, que mandáramos a hacer el estudio patológico de su cordón y su placenta, pues nos darían información muy valiosa sobre qué había pasado y cómo podríamos tal vez prevenirlo.

En los dos casos, perdimos esa única oportunidad. En el quirófano, Christian cargó y bautizó a nuestro hijo, yo le pedí que me lo trajera para verlo. Pero estaba amarrada, no pude cargarlo. Las enfermeras se sorprendieron de que quisiera verlo... ¿cómo no podría? Sin embargo, fueron tan breves los momentos, y yo estaba bajo el efecto de la anestesia y de tantas emociones, que la imagen de mi hijo es muy vaga. Recuerdo que se parecía mucho a Alex, y recuerdo su cabello, rubio y rizado, pegado a su cabecita. Mis hermanos le consiguieron a Christian la información de las funerarias, y él se decidió por la que podría ir más pronto por Fer. Yo ya estaba en mi cuarto cuando avisaron que habían llegado por él, y pidieron ropita para vestirlo. No querían que me diera cuenta, pero por supuesto lo noté, y le dije a mi mamá qué ropa le pusieran. Mi hermana y ella lo vistieron (mi hermana me confesaría después que ha sido una de las cosas más difíciles que le ha tocado hacer, pero también de las que se siente más orgullosa). Pero nunca pensé en pedir que me lo subieran para verlo de nuevo, cargarlo, o en pedir que le tomaran una foto. Esa falta de una imagen de mi hijo me atormentó mucho tiempo. Ahora ya es más bien un deseo nostálgico de algo que ya no podrá ser.

Del examen patológico, ni siquiera nos pasó por la cabeza y en el hospital nadie lo sugirió. Perdimos también información muy valiosa, que por suerte pudimos obtener, al menos una parte, después por otro lado...

Diciembre 19 (6 semanas)

Hola pequeñito,

Fuimos a verte hoy. Eres una maravilla de 9 mm, con un corazoncito fuerte que late a 125 bpm, y todo está bien, gracias a Dios.

Mami está muy cansada y con el estómago revuelto gran parte del día... lo cual no le impide comer por suerte.

Te amamos. Seguimos dando la noticia a amigos.

Mi estancia en el hospital es tan nebulosa. Tras el terremoto que representó la muerte de nuestro hijo, en el hospital empezaban las primeras réplicas del mismo, de las muchas que seguirían después...

Esa noche, Christian regresaría a la casa para estar con Alex cuando despertara al día siguiente, y decirle lo que había pasado. La respuesta de Alex, con sus 2 años y 9 meses fue “no sabo”...

Yo, en el hospital con mi mamá, las dos calladas para “dejar dormir” a la otra, en una noche en la que por supuesto ninguna de las dos dormimos, pensando y pensando.

Al otro día, mi hermana y mi papá yendo a la funeraria para reconocer el pequeño cuerpo de Fer antes de que lo cremaran.

Y yo diciéndole a Christian que si no había un papel de registro, un acta de alumbramiento, algo, que hubiera que llenar. Y no, él había llenado ya con el doctor un “certificado de muerte fetal”. Así, sin más. Cómo si mi hijo no hubiera existido, cómo si su vida no contara.

Y cuando dos días después me empezó a bajar la leche, sentir el dolor de unos pechos llenos para nada... y esa leche mezclándose con mis lágrimas en la regadera...

Y la gran y última réplica del hospital: salir de él con las manos y el corazón vacío, viendo cómo otras familias salen con sus bebés. Además, un día gris, nublado, lluvioso, como si el cielo también llorara (irónicamente, por la depresión tropical Bertha, que después se convertiría en tormenta tropical y luego en huracán).

Diciembre 26 (7 semanas)

Pequeñito,

Todavía no estás aquí y ya hay regalitos esperándote, señal de lo amado que eres desde ahora. Ayer fue tu primera Navidad, aunque dentro de mami. Te regalaron ya unos mamelucos (abuelitos y tíos) y una alcancía (tía).

Seguimos dando la noticia, todavía falta gente por saber de ti.

Tu primito está por nacer... Espero que cuando Alex vea a mami con los primitos se vaya acostumbrado y este menos celoso cuando tu llegues.

Mami.

Hasta el día de hoy, yo no registro todavía cuando fue la última vez que sentí a Fer moverse. Supongo que habrá sido el día anterior por la noche, pues de no haberlo sentido me hubiera alertado. Este hecho fue una de las primeras fuentes de mis sentimientos de culpa, y de una interminable serie de “y si hubiera...”: ¿y si me hubiera dado cuenta antes? ¿y si dos días antes que me sentía tan cansada y con tantas contracciones le hubiera hablado al doctor? ¿y si...?

Todas las mamás que han perdido bebés y que he conocido después han experimentado esos sentimientos de culpa en diferentes grados... es tan difícil perdonarse a uno mismo, y reconocer, y creer con el corazón y con la razón, que no fue nuestra culpa. Las personas que me conocen saben que he sido tan cuidadosa en mis embarazos, aún desde antes de quedar embarazada... pero yo sentía que otras personas que me preguntaban por mi bebé, al saber la historia, pensaban que cómo podría no haberme dado cuenta... Después sabríamos la

verdad, que fue instantáneo, que Fer no sufrió, y que sin haber sabido de la trombofilia, no hay nada que pudiéramos haber hecho. Lo cuál no quita que de repente las sombras de la culpa sigan rondando y quieran anidarse...

Enero 4 (9 semanas)

Hola bebé,

El embarazo tiene a mamá muy muy mareada y sin ganas de hacer nada...

Hoy estuvimos viendo un video del vientre materno. Ya debes medir unos 24 mm y ya pareces un bebé.

Pórtate bien y crece fuerte ahí adentro.

Te amamos,

Mami.

Pero el catálogo de sentimientos de culpa se extiende más allá de mí. Christian se sintió culpable por haber viajado tanto. Mi mamá por no llevarme con el doctor cuando dos días antes me vio tan cansada. Mi tía por que embarazada fui al velorio de mi primo y tal vez la impresión me afectó... Yo hasta llegué a pensar que no había rezado suficiente por este bebé... Y la verdad es que no hay culpa. Si las cosas hubieran sido diferentes de todas formas hubiéramos encontrado algo por que culparnos.

Enero 10 (10 semanas)

Hola bebé,

Ayer fuimos con el doctor y oímos tu corazón fuerte y claro. Yo pensé que todavía no íbamos a poder oírte, así que fue una hermosa sorpresa.

Mami se esta sintiendo un poco mejor desde ayer.

El lunes nació tu primito, y viene otro en camino para unas dos o tres semanas. Así que tendrás compañeros con quien jugar.

Te ama, Mami

Ver a mis dos sobrinos pequeños, y a otros bebés, fue también para mí una réplica, todavía lo es algunas veces. Fue especialmente difícil ver a Alex con ellos, cuidándolos y diciéndoles lo que decía que le iba a decir a su hermanito. Y fue difícil, a veces todavía lo es, por que los quiero, pero me duele. Y es que ellos serían los compañeros de juego de Fer, crecerían juntos, irían en el mismo grado en la escuela, Fer sería tal vez el chambelán de su prima en sus quince años.... Y ahora los bautizos, los hitos, los cumpleaños traen sin poder evitarlo un recuerdo nostálgico de un pequeño que no está. Leía que así será también en las primeras comuniones, graduaciones, bodas... y sinceramente me aterroriza pensarlo. Supongo que cuando mis sobrinos sean un poco mayores y puedan entenderlo habré de explicarles que si a veces me ven triste en las fechas importantes para ellos no es que no los quiera o me alegre con ellos, es simplemente que me acuerdo de Fer.

Nacieron muchos otros bebés de amigos y conocidos este mismo año. Algunos por consideración se abstienen de hablar de ellos. Otros no piensan y "me embarran" a sus hijos. Y yo puedo entenderlos, yo he presumido a Alex cada

día de su corta vida, en la menor oportunidad que se me presenta. A lo que he llegado es a reconocer que ellos tienen tanto derecho de presumir a sus hijos cómo yo tengo a que eso me duela. Y no me expongo tanto, me escabullo de repente en las reuniones, creo que nunca había ayudado tanto a los anfitriones en la cocina...

Enero 17 (11 semanas)

Hola bebé,

Eso de que mami se estaba sintiendo mejor... no, no. Esta semana ha sido muy difícil, muchos ascos, mucho cansancio, como debilucha. Y ya empecé clases. De cualquier forma trato de descansar mucho y espero que esto pase pronto.

Tú sigue creciendo fuerte y sano, ¿ok?

Te ama, mamá.

Otra réplica tras el terremoto: hacerse cargo de todo lo que estaba preparado para la llegada del bebé, decidir que hacer con eso. Christian se burlaba de mí antes por que decía que yo tenía preparado todo hasta la fiesta de 18 años: por supuesto toda la ropita, biberones, pañales, botiquín, artículos de tocador, los documentos para ir a registrarlo. Pero también, hechos por mí, todos los chocolatitos y las botellas de agua con el nombre de Fernando para quienes fueran a conocerlo al hospital. El letrero de madera con su nombre, que había yo decorado justamente con la figura de un angelito. Y unas figuritas de madera en forma de bebé, para hacer los centros de mesa para su bautizo, por que sabía que ya cuando él naciera no iba a tener tiempo...

La ropita no fue dolorosa para mí, por que casi toda era de Alex, salvo dos o tres cositas que le habían regalado o habíamos comprado especialmente para Fer, y por lo mismo, estaba llena de buenos recuerdos. El botiquín lo donamos. Las botellas de agua se utilizaron en el hospital de cualquier forma. A los chocolates les quité las etiquetas y las destruí entre lágrimas. Su letrero del hospital no pude, no quise tirarlo, está guardado junto con sus ultrasonidos en la bolsa en la que nos entregaron la urna con las cenizas. Las figuritas de bebé se las dimos a la familia cercana el día que depositamos sus cenizas. Los pañales, los dejé, en compañía de dos grandes amigos sacerdotes, frente a Dios en el altar, unos meses después.

Hubo también que entrar al servicio de Internet en el que estaba inscrita para recibir semana a semana información de cómo iba creciendo mi bebé, y "removerlo" de mi perfil, para ya no recibir más mensajes.

Enero 24 (12 semanas)

Hola bebé,

Al fin mami lleva 2 días sintiéndose mejor, esperemos sea cierto. Ya se me botó la pancita... me sigue quedando mi ropa, pero ya está ahí el bultito =)

Hoy nació tu primita. Espero, que al igual que con tu primito, sean buenos amigos por muchos años.

Te amo, mami.

Los primeros días tras la muerte de Fer tuve muchas visitas y recibí muchas llamadas de condolencia, sobre todo de familiares. Me llamó gente que no pensé que llamaría, y también hubo gente que hasta ahora, nunca llamó, lo cuál me dolió mucho. Yo sé, puedo entender que la gente no sabe qué decir, y tal vez menos en este caso. No sé si piensan que no mencionarlo es hacer de cuenta que no existió. O creen que por que no llegó a nacer no cuenta, no duele. Y para mí, eso es lo más doloroso y lo más desconcertante. Doloroso por que mi hijo existió, por que es una parte de mí y lo será siempre; desconcertante por que yo crecí en la tradición de acompañar a la gente que sufre y darle el pésame por la muerte de su ser querido, y entonces no puedo entender cómo la gente me mira y me saluda como si nada.

Las palabras que dice la gente para intentar consolarte muchas veces también son desafortunadas. Para mí, la peor es “son jóvenes, pueden tener otros hijos”, como si los hijos fueran refacciones. Por que sí, espero poder tener otro hijo, pero yo quería a ese, yo amaba ya a Fer antes de verlo (que no de conocerlo, por que yo lo conocía). Otras parejas me han mencionado que a ellos les molestaba especialmente: “todo pasa por una razón” (lo cuál puede o no ser cierto, pero uno definitivamente no puede verlo en ese momento) y “tienes un angelito en el cielo” (lo cuál también dependiendo de tu fe puede llegar a ser un consuelo, pero tu esperabas y querías a un bebé aquí en la tierra). Creo que lo mejor que se puede hacer para apoyar a alguien que sufre es realmente estar ahí, y con o sin palabras expresar “no sé que decirte, pero estoy aquí para escucharte”... y creo también que nunca es demasiado tarde para decir “lo siento”.

Febrero 8 (14 semanas)

¡Hola bebé!

¡Ya cumplimos los 3 meses! Gracias a Dios los achaques van pasando, aunque el cansancio sigue. Y hemos pasado ya los meses de mayor peligro. Estás ya todo formado, sólo debes de seguir creciendo. Ya pronto espero sentirte.

Mami ya está muy panzona.

Te amo, mami.

Algo que he aprendido, es que si la muerte de Fer no pudo destruir mi fe y mi amistad con Dios, nada lo hará. Sí, he llorado mucho ante Él. Sí, le pregunté muchas veces ¿por qué? Tal vez incluso algunas veces hubo algo parecido a un tímido reclamo. Pero nunca he dudado de Su amor. He descubierto también que parte de la fe es confiar en que Él, que sufrió por nosotros, me ayudará si me apoyo en Él, me dará la fortaleza para superarlo y que incluso me ayudará a que tenga sus frutos a su momento.

Todavía lloro muchas veces cuando estoy en Misa, cuando hablo con Él. Y le pido que me dé esa fe en que este dolor tiene sentido, esa caridad que me ayude a perdonar a los que me han lastimado, y esa esperanza de que habrá otro bebé en esta casa.

Febrero 21 (16 semanas)

Hola bebé,

Nos fuimos de viaje el fin de semana con papá... Caminamos mucho, comimos mal y dormimos poco. Pero nos divertimos. Ya estamos de regreso en casita y tenemos que ponernos en orden, por que en 6 semanas subí 4 kilos... así que a comer frutitas y verduras para ese apetito feroz.

Ayer te oí con el doctor, todo parece estar muy bien gracias a Dios.

Te amo,

mami

Marzo 2 (17 semanas)

Hola bebé,

Perdón que te he tenido "olvidado". Le estamos quitando el pañal a tu hermanito y está resultando muy difícil. Creo que contigo voy a empezar cuando tengas 2 años para ver si eres menos terco...

Desde la semana pasada puedo sentirte de vez en cuando, es muy emocionante.

Vamos ya para los 4 meses, faltan 5 más.

Te ama,

Mamá

Tener a Alex sin duda ha sido la mejor medicina para mi dolor. Gracias a él tuve un motivo para levantarme todos los días de la cama. Y muchas razones para seguir sonriendo. Pero también a veces hace que el dolor sea más fuerte, por que ya sé lo que es ser mamá, por que veo cómo crece y pienso en su hermanito que no crecerá. Por que también nos duele por él, por que aunque no se dé cuenta perdió a su hermano, a su compañero de vida.

Varios meses después de la muerte de Fer, y sin haber vuelto nunca a mencionar el tema, de repente, de la nada Alex me preguntó por qué había ido al hospital. Como he decidido que no voy a mentirle, le conté que tenía un bebé en mi pancita y tuve que irme al hospital por que su cuerpo había dejado de funcionar. Me preguntó entonces que dónde estaba su hermanito, y le contesté que en el cielo. Entonces me dijo "ah, yo creo que es como el angelito de mi nacimiento".

Yo no sé que tanto registró Alex o no, por que tiene una memoria increíble. A veces creo que registró más de lo que creemos, y por eso no nos ha vuelto a preguntar. Otras veces recuerdo que los niños son egocéntricos, y como para él Fer no fue una realidad pues tal vez de verdad no recuerda, no sé. No sé si volverme a ver embarazada despierte en él recuerdos. Yo lo veo bien, es un niño feliz, y eso me tranquiliza mucho.

Marzo 13 (19 semanas)

Hola bebé,

Casi a mitad del camino, pero te falta mucho por crecer.

Como mami está un poco agripada, hoy estuve más tranquilita y te sentí muchas veces como te movías.

Te amo,

Mamá

Sin duda, después de a mí y a Christian, a la persona que más le dolió la muerte de Fer, o al menos quien la vivió más cerca conmigo fue a mi mamá. A los abuelos les duele por dos lados: por el nieto que perdieron, pero también por el dolor de sus propios hijos... Mi mamá, además de ayudarme infinitamente en la recuperación física, me permitió (y todavía me permite) hablar y llorar todo lo que quise, lo cual sin duda ha ayudado mucho en mi recuperación emocional. Mi mamá entiende con una sola mirada cuando estoy pasando por un mal día, o cuando, de repente, algo me pone triste. No podría entender esa conexión si yo no fuera mamá también.

Marzo 23 (20 semanas)

Bebé,

Papá te sintió ayer por primera vez. Mami ya está muy, muy panzona.

Te amo,

Mamá

Hubo mucha gente que estuvo junto a mí, pendiente de mí. Por supuesto Christian, mis papás, mis hermanos, mi suegra, fueron un gran apoyo. Pero nadie, fuera de mis más cercanos, me ayudó como mi amiga Fabiola (desde entonces elevada por mérito propio a la categoría de hermana).

Fabiola y yo nos conocemos desde hace unos 14 años. Trabajamos juntas un tiempo, hicimos algunos viajes juntas y en el 2000 se fue a vivir a Estados Unidos. Seguimos con nuestra amistad a larga distancia, yo fui a visitarla unas tres veces, ella ha venido muchas otras. El primer mes tras la muerte de Fer me llamó todos y cada uno de los días, desde donde estuviera, sólo para preguntarme cómo estaba y dejar que yo me desahogara todo lo que quisiera. Escuchó las mismas historias mil y un veces, sin desesperarse ni quejarse. Cuando Christian se tuvo que ir de viaje de trabajo por primera vez, vino a quedarse conmigo una semana, para que no estuviera sola, y para que lloráramos juntas. Y sigue siendo mi paño de lágrimas cada vez que estoy triste. Y me habla de Fer, por que sabe que a mí eso me hace bien. Fabiola a mí me ha dado más testimonio de caridad cristiana que otros que se presumen católicos practicantes. Yo no tengo forma de agradecerle todo lo que ella ha hecho por mí, más que tratando de estar ahí también para ella.

Marzo 27 (21 semanas)

Hola bebé,

Ayer fuimos al doctor, todo se ve bien gracias a Dios. Oímos tus vigorosos 152 latidos por minuto. Tu "casita" va creciendo bien. Mami está muy cansada y sigue con gripa.

Por ahí circula un mensaje de Internet hablando de las personas que llegan a tu vida por una razón, por una temporada, o por toda una vida. A mí no me cabe duda que yo he sido bendecida por muchos ángeles, que me han hecho llegar ayuda de donde menos lo esperaba.

Cuando trabajaba en el área de seguridad industrial de una empresa (nótese la paradoja: muchos años de cuidar a otras personas), trabajé con un señor en Estados Unidos que fue mi mentor. El tenía hijos de mi edad, y en cierto sentido, me “adoptó” también. Cuando perdimos a Fer, le avisé por correo electrónico. Y justo el día que regresamos a casa después de estar en casa de mis papás, recibí de él un folletito, diciendo que algo similar les había pasado a unos amigos de su hijo, y habían encontrado que ese folleto les había servido. El título del folleto era “*When Hello means Goodbye*” (Cuando Hola significa Adiós), editado por *Grief Watch*, una organización creada para ayudar a familias que han perdido bebés durante el embarazo o recién nacidos.

Ese folleto fue una verdadera tabla de salvación. Me ayudó a expresar con palabras lo que estaba sintiendo, y a darme cuenta que esos sentimientos eran normales, y que no estaba yo loca o mal. Y me abrió la posibilidad, que no se me había ocurrido, de buscar en Internet sitios de ayuda. Así fue como encontré mi primer foro, el de Share.

Abril 6 (22 semanas)

Pequeñín,

Estás muy pateador, a veces en lugares incómodos.

Tenemos ya ideas para tu nombre, serás Andrea o Eduardo.

A partir del folleto, empecé a buscar por Internet y encontré muchos sitios con información que me fue de ayuda, especialmente el de Share. Al inscribirme, Share me envió un gran paquete de información para ayudarme a entender mi duelo, el de mi esposo, para decirle a la familia y amigos qué era lo que necesitábamos.

Después entré a los foros. Supongo que es cuestión de temperamento, pero para mí fue de gran ayuda poder “hablar” con otras mujeres que habían perdido un hijo, algunas en situaciones similares pero cada una por supuesto con sus variaciones que hacen a cada historia única. Poder hablar con alguien que entendería lo que yo estaba sintiendo, que no me juzgaría, que me ofrecería algunas palabras de consuelo más apropiadas. También, aprender de muchas mujeres, de su fuerza, de su valor. Y la esperanza que transmiten aquellas que van más avanzadas en el camino, y que siguen ahí, en los foros, ayudando.

No importa qué tan ocupada estaba, los primeros dos meses entraba al foro al menos dos veces al día. Pero después como que me fue faltando el sabor latino. Y empecé incluso a pensar en crear un foro en español. Por suerte, no tuve que crearlo, sólo fue cuestión de buscarlo, y encontré “Era en Abril”.

Abril 14 (23 semanas)

Hola bebé,

Todo en orden... ya llevamos 23 semanas. Papi de viaje. Tu hermanito te ha saludado ya un par de veces, haciendo cariñitos a la panza de mami.

“Era en Abril” es una de las canciones probablemente más hermosas y más tristes del mundo, de Juan Carlos Baglietto y Jorge Fandermole, sobre un padre que ha perdido un hijo: “se me ha muerto mi niño, mi niño, mi niño”.

Era En Abril es también un grupo de ayuda mutua para padres que perdieron embarazos o bebés, fundado en 2007 en Argentina por Jessica (mamá de Sofía), que decidió hacer algo para ayudar a otras mamás que habían perdido hijos, como ella. El grupo tiene una página en Internet (www.eraenabril.org) con materiales, foros, etc.

Abril 23 (24 semanas)

Hola bebé pateador,

Ya quiero que sea sábado para verte, comprobar que todo está bien, y con suerte saber si eres un niño o una niña...

Abril 25 (25 semanas)

Dice tu hermanito que eres niña...

En el foro de Era En Abril encontré a Inés, quien perdió a Emiliano, su primer hijo, a las 40 semanas de gestación. Ella leyó mi mensaje y me contestó, y nos identificamos inmediatamente. Empezamos a comunicarnos vía Chat, nos conocimos en persona y fue como si nos conociéramos desde siempre. Ella nos invitaría a un grupo presencial de apoyo para padres con pérdidas, coordinado por un ginecólogo y una educadora perinatal y tanatóloga. Ahí, hemos conocido otras parejas con las que hemos llorado mucho, hablado, y también reído un poco. Hemos aprendido juntos, hemos oído historias increíbles de amor, de esperanza, de dolor. Y fue ahí por primera vez donde oímos hablar de trombofilia.

Abril 26 (25 semanas)

¡Hola Eduardo!

Quedó confirmado, con toda claridad y una vista aérea, que eres Eduardo. Estás muy bien, incluso un poquito grande. Tus latidos fuertes y vigorosos, todo completito, gracias a Dios. Ya le avisamos a todos los cercanos que eres niño.

Vas a tener un hermano grande con el cual jugar y del cual aprender muchas cosas, y esperemos que sean los mejores amigos toda la vida. Me estás pateando como si entendieras lo que te estoy diciendo y te diera gusto... =)

Ahora ya mami terminó sus clases y puede ponerse a preparar todo para tu llegada.

Te esperamos con mucho amor,

Mamá

No, no fue Eduardo. Un mes más tarde, en mayo recibiríamos un golpe terrible, la muerte de uno de mis primos más queridos, mi compañero de la infancia, Luis Eduardo. No quise entonces que mi hijo se llamara igual, por que era muy reciente, por que nos dolía mucho. Por que Christian y yo siempre estuvimos de acuerdo en darles a nuestros hijos nombres “sin historia”. Quién iba a pensar que tío y sobrino se reunirían pronto.

Mi tía, la mamá de Luis, y yo ahora estamos más unidas que nunca. Si bien las circunstancias fueron diferentes, las dos sabemos lo que es perder un hijo. Yo admiro su fe y su valor para seguir viviendo con el corazón destrozado, para seguir adelante, tan cálida y amorosa como siempre.

Mayo 7 (26 semanas)

Eduardo,

Mami está muy agripada y también tu hermanito estuvo enfermo, por eso no te había escrito. Ahora si me dio muy duro, estoy muy cansada y tu papito no está. Tú estás la mayoría del tiempo muy activo.

Dice el doctor que tal vez tengamos que adelantarte para Julio 17. Faltan sólo 10 semanas.

Mañana ya vienen para lo de guardar tu cordón. Buenas noches.

Te amo,

Mamá

Mayo 14 (27 semanas)

Hola bebé,

Pues mami sigue con gripa, apenas empieza a sentirse un poco mejor. Tú estas muy pateador y de repente con hipo. Ahorita no, son 6:30 am y estás muy tranquilo.

Ya estoy empezando con los preparativos, haciendo espacio para tu ropita, las listas de cosas que hay que llevar al hospital y a casa de tu abuelita, tus biberones... En fin, hay mucho que hacer para recibirte.

Te esperamos con amor,

Mamá.

El 18 de mayo Christian y yo cumplimos 6 años de casados, por lo que dejamos a Alex con sus abuelos y fuimos a comer. Aprovechando que todos estábamos arreglados y guapos, nos tomamos una foto. Para mí, es la foto más hermosa pero también es triste: es la única foto que tengo de mi familia completa. Y es duro pensar también que si algún día como esperamos tenemos otro bebé, nunca tendré una imagen de mi familia completa...

Mayo 21 (28 semanas)

Hola Eduardo,

El día de hoy mi anécdota sobre lo despistada que te pone el embarazo. Ya había dicho cosas como “Este es el edificio en el que se subió Hong Kong” en lugar de King Kong...

Pero hoy me superé: me lavé los dientes con la pomada de las rozaduras. ¡Guácala de perro bailarín! Como diría tu hermanito.

*Hoy compré para hacer tu letrero del hospital y los centros de mesa de tu bautizo.
Besos,
Mamá.*

Un hermoso poema habla de que no es justo recordar a nuestros hijos sólo con lágrimas y dolor, pues su vida fue para nosotros más que eso. Y es cierto. No podemos olvidar las risas, los sueños, las ilusiones... Y creo que esta entrada del diario es un perfecto ejemplo de eso...

Mayo 26 (29 semanas)

Pequeñito:

Mami está triste, perdió a un primo con el que creció... Papi esta de viaje y tu hermano anda voladito de rebelde. Y mami se cansa tan fácil. Tú eres un bebé muy movido. Faltan poco más de 7 semanas para la fecha que nos da el doctor. A veces no creo que vamos a llegar, pero tú necesitas crecer...

Te amo,

Mamá

Haber sido tan quejumbrosa y tan cobarde me causó después muchos sentimientos de culpa. De repente se me juntaban cosas y yo sentía que el mundo se me veía encima. Y decía que ese embarazo y ya... Tan tonta, con esa inocencia y casi estupidez que te da el creer que un embarazo es una cosa de todos los días... sin estar consciente del frágil milagro, que pende, literalmente, de un cordoncito...

Cuando pierdes a un bebé, se pierde también esa inocencia. En los foros y en los grupos de apoyo conoces de tantas historias, tantas cosas que pueden pasar que ni siquiera pensabas que existían. Y eso podría pensarse como una desventaja, pero ayuda también a tener más conciencia del milagro que representa un bebé.

Mayo 29 (30 semanas)

Mi bebé,

Llegamos a las 30...y ¡claro que vamos a aguantar! Yo te prometo poner todo de mi parte, estoy tan tranquila como es posible, aunque por supuesto haciendo cosas. Ya está listo el letrero del hospital, espacio en el closet de Alex...

Necesito que tú también pongas de tu parte, y crezcas fuerte. Estas oyendo música, y te mueves mucho, yo creo que te gusta.

Te amo,

Mamá

Después de la muerte de Fer, un día en una crisis le decía yo a Christian: ¿de qué sirvió haberme cuidado tanto? Yo que soy hiperactiva estuve quietecita, reorganicé todo para cansarme menos... por descontado todas las medicinas, vitaminas, controles, comer bien, no alcohol, nunca he fumado... Y Christian me dio una excelente respuesta: "sirvió para que Fer se sintiera muy amado". Y me queda el consuelo de saber que Fer sólo conoció el amor. (Entre paréntesis,

haber hecho todo cuanto estaba en mis manos supongo que sirvió también para no tener más que agregar al catálogo de culpas).

Junio 6 (31 semanas)

Bebé,

Ya vamos en 31. Comprados pañales y botiquín, lavadas las sabanitas, cobijitas y baberos. Papi ya viene en camino. Mami muy, muy cansada...

Junio 14 (32 semanas)

Bebé,

Poco más de 32, ahí vamos. Un pequeño cambio de planes, y tras mucha deliberación, tu nombre: Fernando.

Hoy fuimos a reservar el hospital y te compramos un pañalerito hermoso.

Te amo,

Mamá

Junio 18 (32 semanas)

Fer,

Me acaba de preguntar/decir tu papá que ya no puedo esperar hasta que sea sábado y sí, es cierto... me urge saber como estás, como va todo, con ayuda de Dios bien. Mañana cumplimos ya 33, tu mami está muuuy grande y se cansa por todo.

Hoy compré muchos pañales y tu hermanito me ayudó a bajarlos del coche y a subirlos al cuarto.

Besos,

Mamá

Junio 21 (33 semanas)

Fer:

Te vimos hoy tu carita, tu boquita de puchero, todo tú funcionando y creciendo mucho, especialmente tu cabeza. Todo parece estar en orden en tu casita. También, el miércoles vamos al doctor y ya podemos tratar de fijar tu fecha de llegada, aunque a final de cuentas tu puedes decidir cambiarla...

Es una tranquilidad saber que todo está bien.

Besos,

Mamá.

Después del ultrasonido Christian sacó una impresión de la carita de Fer y me la puso en una tarjeta que decía "Animo mamita, ya falta menos"... Alex vio la foto y dijo que no era su hermanito, que era un gorila.

Meses después, antes de mi cita para revisar los resultados de los análisis médicos volví a ver este último ultrasonido, para ver si se había hecho o no el doppler y si había algún número o indicador que nos hubiera advertido de algo. Esa noche lloré con una angustia que no había sentido ni al principio. Era perfecto, era nuestro y se nos fue.

Junio 28 (34 semanas)

Fer,

Pues ya, en cualquier momento. El miércoles fuimos con el doctor, y había ya un poco de dilatación, estoy con medicina para reducir las contracciones y mañana te pondremos un madurador para tus pulmoncitos.

Tienes poco más de 34 semanas y tu peso ya está bien para nacer, la única preocupación son tus pulmones. Yo tengo sentimientos encontrados, pues sé que tienes que crecer un poco más, pero ya quiero verte y ya estoy muy cansada y grande. En fin, Dios dirá...

Te ama,

Mamá

¿Fue el madurador? ¿Debí haberle hablado al doctor cuando las contracciones se hicieron más frecuentes? ¿Cómo no me di cuenta cuando dejó de moverse? No lo sé, ya no puedo saberlo. Pero tampoco puedo seguirme peleando con eso, tengo que seguir adelante, perdonar si es que hay algo que perdonar, y recordar que todo lo que hice fue creyendo que era lo mejor.

Hoy ya sé también que aunque me hubiera dado cuenta en el mismo instante que Fer dejó de moverse, no podría haber hecho nada.

Esta fue la última entrada del diario antes de que muriera Fer.

Julio 8 (correo electrónico para avisar del fallecimiento de Fer).

Amigos,

No era este el mensaje que pensábamos escribir. Nuestro angelito, Fernando, se fue al cielo el viernes pasado. Nuestro pequeño travieso se puso a jugar con su cordón y lo enredó tanto que cortó su propio suministro de oxígeno, y ya no pudo hacerse nada.

Christian y yo estamos muy tristes, pero tranquilos, confiando en que Dios nos irá dando las fuerzas y la serenidad para ir sobrellevando esta pena. Estamos en casa de mi mamá mientras me recupero de la cesárea.

Les pedimos sus oraciones.

Bertha y Christian.

Algunas personas me dijeron después que este correo no lo escribí yo. Puede ser que no. Yo sólo sabía que tenía que decirlo, que tenía que avisarlo. Que necesitaba el apoyo de mis amigos, aunque fuera un correo electrónico o una llamada telefónica.

Julio 10

Mi Fer:

Este diario era para ti. Para que lo leyeras cuando crecieras y supieras con cuanto amor te esperamos desde el principio, cómo ibas creciendo, las gracias que hacías.

Hoy este diario es para tu papito y para mí. Para recordarte, para escribir en él cosas que ya no podremos decirte, para desahogarnos y llorar.

El viernes pasado, 4 de julio, cuando tenías ya 35 semanas, de repente caí en la cuenta que ya no te había sentido, no sé desde cuanto tiempo antes. Cuando te sacaron en el

hospital, a las 4:21 de la tarde, ya no podía hacerse nada... habías torcido tanto tu cordón, que cortaste tu propio suministro de oxígeno... le diste vueltas y vueltas, dos sobre tu cuello y tu piernita. Papito te cargó en sus brazos y te trajo hacia mí para conocerte. Papito te bautizó ahí mismo, en el quirófano. Vaya si le hiciste honor a tu nombre: atrevido, osado, voluntarioso... Así que, chiquillo, te nos fuiste directito... dejándonos un gran vacío, muchas ilusiones rotas, un gran dolor, no sólo a tus papás, sino también a tus abuelos, bisabuelas, tíos, tu hermano, tus primos y todos aquellos que te amaban sin conocerte. Tu hermanito no se da cuenta, todavía... perdió a su compañero de juegos y de vida, ganó un ángel que lo cuidará (a él y a nosotros) por siempre. Ahora nuestro reto, con ayuda de Dios y de todos los que nos quieren y nos acompañan, es transformar este dolor en amor, por ti, por Alex, por nosotros. Tal vez ésta sea la última página de este diario, tal vez no... tal vez regresemos a él. Mamá.

Me costó algunos días después de la muerte de Fer el sentarme a escribir de nuevo. Estaba todavía tan atontada por el dolor y quizás en la idea de que “tenía que ser fuerte”. Abrir el diario para escribir fue también leer de nuevo las páginas anteriores que se habían escrito con tanto amor, con tantas ilusiones. En realidad no sabía si seguiría escribiendo después, pero en los días y meses siguientes el papel fue una de las mejores formas que encontré para expresar mis sentimientos, para decir tal vez lo que a nadie más podía decir.

Julio 17

Fer:

Hoy era el día que te esperábamos, la fecha programada. Hoy iba a ser un día de fiesta, de alegría... y lo que hay es vacío.

Todavía muchas veces no puedo creer lo que esta pasando... siento que esto no es más que una pesadilla, y que voy a despertar y seguirás dentro de mí. Y cuando caigo en la cuenta de la realidad, duele mucho. Duele por todo lo que soñamos y ya no podrá ser. Por tu hermanito que te iba a decir no llores y me iba a ayudar a bañarte aunque no te iba a prestar sus juguetes. Por estas noches que queríamos no dormir y por este tiempo que ahora nos sobra...

Hoy, un año después todavía hay días en que no creo que esto nos haya pasado a nosotros. Y no por que lo “merezcamos” o no... Me queda claro que la vida no es de premios y castigos, por que así como no creo haber hecho algo tan malo como para merecer lo que pasó con Fer, sé que tampoco nunca he hecho algo tan bueno como para merecer a Alex...

Pero sí, hay días que no puedo dejar de preguntarme, si hay tantos niños que no son queridos o cuidados por sus padres, por qué si a Fer no le iba a faltar nada pero sobre todo no le iba a faltar amor y cuidados... Tal vez algún día sabré por qué... Tal vez no hay ninguna razón.

Julio 22

Chiquillo:

Repaso este diario y sí, es cierto que ganamos, como el zorro del principito, por el color del trigo...

Ganamos por el amor y la ilusión con la que te esperamos (por que tu mamá podrá haber sido una cobarde quejumbrosa al final, pero siempre te amamos). Por que el amor sólo puede generar más amor.

Y ahora lo difícil y lo que tenemos que aprender es a transformar este dolor en amor. Por que volveremos a reír y a ser felices, pero no volveremos a ser los mismos, espero para bien. Por que tu partida debe recordarnos lo frágil que es la vida, y que hay que vivirla plenamente y no dar nada por sentado.

Y aún convencida de esto, para el corazón es difícil: se pregunta qué hacer con este agujerito que dejaste...

Lograr ver lo que ganamos fue más fácil decirlo que creerlo, especialmente al principio. Ha sido un largo proceso de asimilar, de reflexionar, de concluir. Pero precisamente por lo que he descubierto, no puedo dejar de hablar de mi hijo, no puedo pretender que no pasó nada. En algún lugar leí, volviendo a la metáfora del terremoto, que es imposible que la tierra quede intacta tras uno. Y eso no significa necesariamente destrucción, pero las formas cambian, el paisaje se altera, la vida ya no es la misma.

Julio 28

Fer,

En días anteriores pensaba que contigo habíamos experimentado el amor incondicional, aquel que da sin recibir a cambio. Y ahora veo que no es justo decir eso, pues sin duda recibimos.

Recibimos una ilusión desde que te planeamos, cuando confirmamos que venías y los siete meses que te supe dentro de mí.

Recibimos mareos, agruras y muchas patadas.

Recibimos la gran lección de humildad y de recordar que no podemos dar nada por sentado.

Recibimos el amor y el apoyo de familia y amigos como nunca pensamos.

Así que no es justo decir que no recibimos nada.

En un curso para padres que tomé antes de estar embarazada de Fer, la instructora nos hizo preguntarnos para que habían venido nuestros hijos al mundo. Y nos hizo énfasis en que ellos no vienen a cumplir nuestras expectativas. ¡Cómo lo he comprobado ahora y qué cierto ha resultado ser! Yo esperaba ver crecer a Fer, cuidarlo, amarlo, jugar con él, verlo junto con Alex... Pero como platicaba con Inés el otro día, ellos no necesitaron nada más. Tuvieron una vida corta, pero llena de amor. No conocieron el sufrimiento, ni el dolor. Nosotros nos atormentamos con lo que iba a ser, y lo que necesitamos recordar es que ellos fueron, punto. Tenían una misión que cumplir, y la cumplieron. El reto para nosotros es hacer nuestra parte en esa misión...

Julio 29

Fer,

Hoy no fue un buen día. Archivando papeles, todo me recuerda a ti: las recetas del doctor, el ticket de tus pañales, la copia de la CURP para el hospital, los papeles que tenía preparados para el registro, y por supuesto el certificado de tu muerte y tu cremación.

Que difícil es, mi amor...

Dicen que el tiempo cura. Yo digo que el tiempo cura sólo si lo dejas curar, sólo si tú haces tu propio trabajo y recorres tu camino de duelo. A mí en particular me ayudó apoyarme en Dios y en mi fe; apoyarme en mis seres queridos que estuvieron conmigo; expresar mis sentimientos, hablar y llorar, desahogarme (en vivo, en el foro); compartir con personas que podían entenderme pues habían pasado por lo mismo que yo; leer mucho, y también mantenerme ocupada y enfocada en un proyecto, que en este caso fue mi tesis de maestría.

Mi naturaleza es investigadora, y cuando no tengo respuestas para algo las busco. Leí mucho, todos los libros que leí están listados al final de estas páginas. Cada uno de estos libros me dejó algo, y me ayudó a ir sanando.

Agosto 3 (*Leído tras depositar las cenizas de Fer*)

Gracias por estar hoy aquí para celebrar la corta vida de nuestro hijo, Fernando, y para compartir el dolor por su pérdida, por todos los sueños e ilusiones que se fueron con él. Fernando fue un bebé amado y deseado, y su partida nos deja un enorme vacío, un dolor que tenemos que encontrar la forma de transformar en amor.

Sabemos que cada persona tiene una misión... que no siempre es clara. Confiamos que con el tiempo entenderemos cuál fue la misión de Fer, y que aunque ahora no podamos verlo, nuestra alegría será mayor, nuestro amor será más profundo y nuestra vida más plena por este breve tiempo que compartimos. Por que la corta vida de Fer sólo conoció el amor, y el amor, aunque duela, sólo puede generar más amor.

Sabemos también que con el tiempo el dolor pasará, no así el recuerdo. Les pedimos a ustedes, nuestra familia y amigos, que también sufren por que quisieron a Fer aún sin conocerlo, que no traten de evitarnos el sufrimiento, por que no es posible, sino que nos ayuden a superarlo. Que no hagan como si nada hubiera pasado, que mencionen a Fer por su nombre, que nos tengan paciencia, que nos dejen hablar y llorar.

El día que depositamos las cenizas de Fer hubo una ceremonia hermosa, presidida por dos grandes amigos nuestros, sacerdotes jóvenes. Antes de que leyera lo anterior, el padre Gabriel nos había dicho cosas muy similares... que en Dios nada es potencia, que no es lo que Fer “hubiera” sido, sino lo que fue. Que él había tenido una misión. Que estaba bien que le preguntáramos a Dios por qué, pero que supiéramos que no iba a haber respuestas, por que Él esta en el viento suave...

El lugar donde se encuentran las cenizas de Fer es la parroquia más cercana a nuestra casa, y a la cuál vamos con frecuencia. Está rodeada de árboles, es un

lugar tranquilo, hermoso. Algunas veces después de misa bajamos a las criptas, aunque sabemos bien que Fer no está ahí.

Agosto 4

Fer,

Hace un mes te sacaron de mí. Ayer depositamos tus cenizas. Fue una ceremonia hermosa, dentro del dolor. Fue una oportunidad de reconocer tu vida, y lo importante que eres para nosotros. Una oportunidad de reflexionar mucho, de recibir muchos "veintes", de perdonar, de llorar.... Y de dejarte ir.

Y después de eso, tener una tranquilidad y una paz cómo no había tenido en este mes. Esa paz que me llega principalmente yo creo por dejarte ir, pero también por el aceptar que Dios es justo y no se equivoca. Y decidió enviarte a nosotros sólo por un breve tiempo, por algo que tengamos que aprender. Por permitirme preguntarle a Dios, reclamarle incluso, pero sabiendo que no habrá respuestas.

Así que, mi amor, te dejo ir... No sin antes pedirte que intercedas por nosotros para que seamos tierra buena donde tu semilla pueda florecer... hasta convertirse en lo que Dios tiene destinado y que hoy no sabemos qué es, pero Él nos irá descubriendo. Que aprendamos a disfrutar más de la vida, del amor, de las pequeñas cosas, sin planear tanto el momento, sin olvidar lo que realmente importa.

"Qué nuestra alegría sea mayor

Nuestro amor sea más profundo

Y nuestra vida más plena

Por haber compartido tu momento".

Te amamos, desde la sola idea de tenerte, y te seguimos amando, aún cuando ya no estás.

Mamá.

Esta entrada, al igual que todas, está transcrita sin cambios. Sin embargo, ahora que la leo, considero que hay dos cosas que no son del todo exactas. Tengo que saber que no habrá respuestas, por más que mi naturaleza humana siga buscando razones (cómo se puede ver en muchas otras cosas que he escrito). Y por otro lado, ya no creo que Dios quiso darme una lección con la muerte de Fer... aunque por supuesto, tengo que ver qué es lo que puedo aprender a partir de lo que pasó.

Agosto 7

Mi Fer,

Hoy era tu fecha de término. Y hoy compruebo que la disminución de la tristeza no es lineal. Ayer y hoy me has hecho mucha falta.

Hoy fuimos a comprar un regalo para tu primita a la tienda donde pensaba comprarte tu trajecito para tu bautizo.

Hay ratitos en los que todavía no puedo creer que sea cierto... tan absurdo, tan inexplicable... Y ratos en los que siguen viniendo a mi mente los "por qué" y los "si hubiera" que no ayudan en nada.

Creo que la mejor forma en la que podría describir estos últimos meses es como una montaña rusa. Es cierto que cada vez hay más días buenos que malos, y que las bajadas no son tan duras... Pero por supuesto las fechas especiales son

difíciles: cada mes de su partida, los cumpleaños, la Navidad, el fin de año, el día de la madre, los nacimientos... incluso cada menstruación, cuando las hormonas no ayudan en nada. Qué decir de los bautizos, especialmente en la oración de las madres: "que se sienten agradecidas por haber recibido a sus hijos"... Las reuniones familiares, cuando alguien menciona que qué bueno que estamos TODOS reunidos. Y las ganas de gritar que no, que no estamos todos, que nos falta un pequeño. Y el morderme la lengua por que no es justo que mi dolor empañe la alegría de los demás.

Y otras veces la tristeza llega, sin razón aparente, de repente como un balde de agua fría. Algún detalle que dispara un recuerdo insignificante, sólo mío...

Agosto 8

Fer,

Hoy me preguntaron por ti las maestras de la escuela de Alex.

Desde ayer entre a un foro de mamás que han perdido uno (o más) bebés. Leo historias tan duras, que aún dentro de mi dolor no puedo dejar de reconocer que soy afortunada y tengo muchas bendiciones, entre ellas por supuesto tu hermanito, pero también el hecho de que estoy sana, que contigo y con Alex no tuvimos problemas para embarazarme.

Tengo necesidad de hablar de ti, de lo que siento a alguien que pueda entenderme.

Antes de perderte, pensaba que contigo "cerrábamos la fábrica". Hoy pienso que si Dios nos regala otro milagro no me cerraré a más. Supongo que ya veremos en su momento.

Que "fáciles" son mis días sin un bebé que cuidar... y yo no quería lo fácil. Pero ahora pienso que tengo que sacarle "lo bueno" a esta etapa, hacer cosas para mí, dedicarle tiempo a Alex, a papito, a la familia, amigos.

Fue muy difícil que la gente entendiera que a mí me hace bien hablar, a pesar incluso de que se los pedí expresamente. Creo que la gente tiende a pensar que el silencio es mejor. Que como leí en algún foro: la mención de mi hijo puede traer lágrimas a mis ojos, pero también trae música a mi corazón. El instinto de los más cercanos era protegerme, evitarme los recuerdos. Y yo les digo que a mí no se me olvida: Fer es casi siempre mi primer y último pensamiento del día. ¿Y protegerme? Caray, soy una madre que ha perdido a su hijo... ¿qué más?

Agosto 13

Después de varios días "buenos", hoy un día malo, muy muy triste.

Creo que lo disparó de repente el miedo de no tener más bebés (y no por que pueda reemplazarte...) Un miedo sin fundamentos, espero que mañana que vaya al doctor me ayude a quitarme estas telarañas de la cabeza.

Y después, sentirme mal por sentirme bien. Tonto, ¿verdad?

Lo peor, saber que si estuvieras aquí probablemente me estaría quejando por no poder cuidar a los dos, por estar cansada, por todos los viajes que tiene tu papá en los próximos meses... y preguntarme si es que Dios quiere enseñarme a ser más agradecida, después de haberme quejado tanto con Alex. Y estoy tratando de aprender, de ponerlo en práctica.

Y la ida al doctor mañana... la necesito por un lado, pero creo que también tengo un poco de miedo. A los recuerdos. Cuando fui a mi revisión después de que nació Alex aproveché la salida para ir a buscarle su trajecito para su bautizo. Quién dice que no hay recuerdos tuyos... los demás no tienen, yo sí. Ay mi amor, cómo me haces falta... perdona mis lágrimas, las necesito ahora. Intercede por mí, por nosotros, mi angelito. Te extraño, te amo, Mamá

Cuando nació Alex dejé, por decisión propia, mi trabajo. Yo tenía un trabajo muy interesante, satisfactorio, con posibilidades de crecimiento. Aún así, tomar la decisión fue fácil, yo sabía que quería dedicarme 100% al trabajo más importante de mi vida: ser mamá. Lo difícil fue vivir esa decisión. Me encontré de repente con un trabajo más difícil de lo que yo esperaba, en el cuál no tenía las respuestas, no tenía el control ni siquiera de mi día, y en el cuál no había el reconocimiento al que estaba acostumbrada. Me encontré de repente muy encerrada, muy sola... Y entonces, a pesar de que tenía lo que había soñado, no era feliz. Y me hacía sentirme aún peor el pensarme como una desagradecida con Dios. Cuando Alex iba a cumplir un año, empecé terapia...

Ahora en retrospectiva, pienso que fue una tontería. La psicóloga me dijo en ese entonces que teníamos que trabajar un duelo por la pérdida de mi vida "anterior". ¡Qué sabía yo de pérdidas y duelos entonces!

Y sí, me queda claro que de haber tenido a Fer aquí hubiera repetido algo de la misma historia... Y como lo dije antes, ahora ya sé que no es que Dios hubiera permitido la muerte de Fer para enseñarme... pero espero haber aprendido mi lección.

*Agosto 20
Fer,*

Hoy me preguntaron por primera vez cuántos hijos tengo... Y los ojos se me llenaron de lágrimas y me faltó la voz para contestar que dos, uno en la tierra y otro en el cielo. Todos los días además tengo que contestarle a las mamás de la escuela de Alex que me preguntan qué tuve, si ya naciste. Y aún con lo difícil que es contestar, no quiero negarte, por que sería incluso negarme a mi misma.

Algo que he aprendido es que no vuelvo a preguntarle a la gente por qué no tiene bebés, o para cuándo el primero, o el que sigue... No sabemos la historia que hay detrás. La gente no sabe lo difícil que puede ser contestar esas preguntas. La primera vez que me preguntaron cuántos hijos tenía fue a los 45 días de la muerte de Fer. Con un nudo en la garganta contesté que dos, y cuando preguntaron sus edades dije que un niño de casi 3 años y otro que sería eternamente un bebé de 8 meses de gestación en el cielo... (Entre paréntesis, no lo imagino ya como un bebé recién nacido. Me lo imagino creciendo, con la

edad que tendría, ahora gateando o tal vez aprendiendo a caminar, empezando a hablar)...

Esa primera vez me dije que negar a Fer sería como negarme a mi misma. Ya no soy tan radical. He aprendido que la forma en que responda depende de quién me pregunte (por ejemplo, si es alguien que voy a volver a ver o no) y cómo me encuentre en ese momento en particular. Y eso no tiene nada de malo. No puede uno estar exponiendo el alma siempre. La gente además se sorprende, no sabe que decir, o sale con aquellas frases tontas de las que ya he hablado.

El regreso de Alex a la escuela fue especialmente difícil, por que cómo todo sucedió justo el día que salían de vacaciones, pues todo mundo me había visto con mi enorme panza. Las primeras dos semanas todos los días me preguntaba una señora distinta. Conocidas, no amigas, que por supuesto no sabían como reaccionar. Algunas que incluso estaban embarazadas al mismo tiempo que yo, y llegaban con sus bebés... Había días que desesperada le decía a Christian, medio en broma y medio en serio, que iba mejor a organizar una conferencia de prensa para que ya se enteraran todas de una vez.

Para mi cumpleaños le pedí a Christian un dije con mis dos niños. Mucho tiempo lo usé por debajo de la ropa, para que nadie lo viera y me juzgara, o me compadeciera, qué se yo. Después decidí que sólo yo era la que tenía que vivir con este dolor, y que lo que pensarán los demás no importaba. Por supuesto que ese dije de repente me acarrea la inevitable pregunta de ¿tienes dos hijos? No importa.

Agosto 23

Fer,

Tal vez tú sabías más que yo...

Sabías que no iba a poder cuidar a dos (o al menos no sin estrés), especialmente cuando papito se va de viaje, como hoy.

Sabías que no había manera de hacer mi tesis con un bebé de 6 meses.

Y decidiste generosamente hacerte a un lado.

Tal vez tu sabías... yo sólo puedo especular.

Te amo,

Mamá

Dentro de mi búsqueda de razones, llegué a pensar que Dios, que el mismo Fer, sabían que no iba a poder cuidar a los dos... O que no iba a poder terminar mi maestría, que había empezado cuando Alex cumplió un año, y que había decidido suspender sólo un semestre.

En la misma sala de recuperación, tras la cesárea, decidí que por supuesto iba a continuar la maestría en agosto. La tesis me mantuvo muy ocupada los siguientes meses, con un propósito, con fechas de entrega, y también me dio algunas satisfacciones, así que fue bueno. En cuanto la tesis me requirió menos tiempo, empecé un cuento para Alex, en el que le platico de su hermanito, y este

libro. Esto, sin contar todas mis ocupaciones de la casa, tejer, darme tiempo para por primera vez en mi vida hacer ejercicio regularmente, y leer cualquier cantidad de libros. Pero siempre, dejando mi tiempo para pensar en Fer y para llorar también mis ratitos.

Agosto 25

Hoy fue un buen día.

Por supuesto, si me acuerdo, si lo pienso, hay dolor...

Pero también hay vida. Hay razones para reír, para disfrutar, para estar feliz.

Lo cual no quita el amor.

Además, en este año he hecho junto con Alex muchas vías de tren; leído muchos cuentos; horneado galletas; jugado a los rompecabezas, lotería, memoria, avión; construido máquinas, ciudades y naves espaciales; acompañado muchas expediciones en triciclo; llevado a clases de natación... Es innegable que el hecho de que Fer no esté aquí me ha permitido dedicar más tiempo a Alex, y eso es "lo bueno" que tengo que sacar. Como dicen, si la vida te da limones, haz limonada.

Septiembre 2

Fer:

Después de unos días muy estresantes, muy ocupada para pensar, hoy me sentí triste.

Había hablado de ti con tu tía Fa y con Ana Paula el fin de semana, había llorado. Pero hoy, de la nada, al ver una foto mía de bebé salieron las lágrimas.

Tu papito está fuera y tu hermanito ha tenido unos días difíciles. Eso tampoco ayuda.

Te quiero mi niño,

Mamá

La muerte de Fer ha venido a hacer difíciles cosas que antes eran fáciles, y fáciles cosas que antes eran difíciles. Ahora es difícil ver bebés, ver a familias con dos niños, oír algunas canciones, contestar cuántos hijos tengo, hacer algunos trámites, no asustar a las embarazadas, no regañar a las que se quejan por cuidar un bebé o dos, ir a bautizos, las reuniones familiares, las fechas especiales. En cambio es más fácil no preocuparse por tonterías, como un niño que ensucia la sala o rompe algo por estar jugando; o no quejarse cuando se está cansada por cuidar a un pequeño; decidir entre jugar y limpiar; decir "te quiero" en cada oportunidad, a la menor provocación; estar agradecida con Dios por Sus bendiciones y ser más feliz con lo que tengo.

La muerte de Fer también ha venido a darnos una nueva perspectiva. Un golpe al coche, la posibilidad de perder el trabajo, un cambio de planes... son sólo eso.

Septiembre 4

Fer:

Dos meses hoy

Tanto que aprender

A amar y disfrutar la vida

*A no dar nada por sentado
A decirles a los que amamos que los amamos... y a demostrárselos
A gastarse por el otro, a ser más humano
A reír a soñar de nuevo.
Mi niño hermoso... demasiado hermoso para esta vida.
Te extraño,
Mamá*

El Principito es especial para mí, no sólo por las grandes lecciones de vida que encierra. Cuando Alex era más pequeño, tenía un mameluco azul marino, y cuando estaba a medio poner, con las piernas colgando, parecía el saco del principito, más sus rizos era la imagen completa. Hoy, a falta de una imagen, y recordando el cabello rubio y rizado de Fer, me lo imagino como el Principito, especialmente en aquella imagen cuando está en su planeta, contemplando la puesta del sol, demasiado hermoso para esta vida.

Septiembre 7

Fer:

Ayer tu papi y yo lloramos juntos... todavía duele tanto. Nos preguntábamos si seremos tan cabeza-huecas que Dios tuvo que enseñarnos de una manera tan difícil...

Seguramente sí.

Pero hoy fue un buen día. Salimos con Alex y con tu primo, vimos a tu primita, la cargué. Vimos a muchos bebés y mamás embarazadas... y no estuvo tan mal. Así que hoy ya no voy a llorar.

Te amo mi ángel,

Mamá

Jorge Bucay en "El camino de las lágrimas" habla de la diferencia entre el sufrimiento y el dolor, y dice que el sufrimiento pregunta por qué aunque sabe que ninguna respuesta lo conformará, mientras que para el dolor se acabaron las preguntas. Yo creo que voy avanzando, puesto que ya no hago tantas preguntas... es difícil para una mente analítica no tener un por qué.

Septiembre 10

Fer:

Días y días. Hoy después de varios días volvieron a preguntarme por ti, y a la tontería de que estoy joven y puedo tener más hijos... como si fueras reemplazable.

Ayer, dos mamás se quejaban de lo difícil que es tener dos niños chiquitos. Me preguntó tu papito si las regañé... pues no, por que se que yo estaría igual... Lo que daría hoy por estar me quejando.

Te amo,

Mamá

Septiembre 14

Fer:

Hoy he llorado todo el día. Ayer festejamos el cumpleaños de tu papá y tu hermanito. Y no se suponía que fuera así, me faltabas tú... Se que la vida sigue, estoy agradecida de tenerlos y por eso había que festejar. Pero duele que la vida siga así, tan como si nada.

No sé que espero de la gente. Tal vez una señal de que no te han olvidado. Pero no puedo esperar que todos te tengan tan presentes como yo.

Mi amor, te extraño tanto, me haces tanta falta. Y le pido a Dios perdón, se que he sido una tonta y tal vez no te merecía. Y también le pregunto por qué, por qué si no soy tan mala mamá, si te hubiera querido y cuidado tanto... y todavía a veces no puedo creerlo, no quiero.

Y si la cicatriz física duele todavía, como no vas a dolerme tú, tu ausencia, especialmente en fechas importantes. Pero mañana trataré de estar bien, por tu papito y por Alex.

Te amo,

Mamá

Septiembre 17

Fer:

Una decisión: no puedo dejar que lo que hagan los demás me afecte, no puedo. Bastante tengo ya con el dolor por tu ausencia para estar me buscando otros... cosas que no puedo controlar... actitudes que expresamente pedí que no tomaran, y entró por un oído y salió por otro. No puedo.

No puedo esperar que los demás sientan como yo, que les duela como a mí, que no te olviden. Pero con que yo no te olvide basta...

Por que me estoy haciendo más daño. Por que hoy estaba con el reflujo a todo lo que da.

Y hasta un fuego me salió, que es raro en mí. Tengo que cuidarme. Y no puedo controlar como actúan los demás, pero si puedo controlar mis reacciones.

Ahora que tampoco voy a esconder mi dolor, ni dejar de expresar lo que siento. Y si no les parece, su problema...

Ojala lo cumpla. Por eso lo escribo, para ayudarme a recordarlo.

Te amo, siempre

Mamá

Nunca me había considerado una persona rencorosa. Pero estos meses me transformaron, me ha sido tan difícil perdonar a los que me han lastimado, incluso sabiendo que fue sin intención. Sé que tal vez algunas cosas las hice más grandes, por orgullo, por no expresar lo que sentía, por no pedir lo que necesitaba. Paradójicamente, la gente que más me lastimó fue gente cercana, y de la que yo esperaba más.

Creo que el enojo es, en cierta forma, también parte del duelo. En mi caso, lo enfoqué a los que no estuvieron conmigo tras la muerte de Fer como yo hubiera querido. Y como una etapa del duelo, creo que también era correcto, era válido, tenía permiso de estar enojada... Ahora, no quiero vivir con rencores. He perdonado a los que se acercaron a mí, no importa cuanto tiempo después, aunque en algunos casos la relación no es la misma de antes, ya sea que nos hayamos acercado más o alejado. Y hay otras personas con las que ya no es rencor, es simplemente que no me interesan ya. Prefiero dedicar mi tiempo, mi energía, mi cariño a los que si estuvieron.

Septiembre 19

Fer,

Todavía el dolor no se hace más pequeño cada día.

Te extraño,

Mamá

Septiembre 23

Fer,

Estoy pasando por la etapa de tristeza profunda. Y sí, apesta. Lloro con toda aquella que esté dispuesta a escucharme.

Te amo,

Mamá

Y si, he llorado con casi todo el mundo. El de la estética, que tiene muchos años de conocerme aunque no soy clienta frecuente, me vio tan mal que me dijo que fuera cuando quisiera, hasta tratamientos gratuitos me ofreció...

Septiembre 26

Fer,

Es tan raro. Hay días en que cualquier cosa me hace llorar, y otros días, como hoy, estoy bien, casi como si nada...

Me hace bien hablar de ti con otras mamás en el foro.

Te amo,

Mamá.

Septiembre 29

Fer,

He estado pensando muchas cosas... esta semana he estado muy triste en general, ha sido difícil, por nada en particular.

Hoy tuve la certeza de que tu muerte es mi camino de salvación. Que si tú estuvieras aquí, yo estaría quejándome, haciéndome la víctima, estresada, sobre todo cuando como hoy, tu papá está de viaje. Y que en cambio, todo este dolor debe volverme más agradecida, debe hacerme enfocar en lo que verdaderamente importa y valorar lo que tengo. Y no es que como por arte de magia ya no haya quejas, por ejemplo cuando Alex está difícil... Pero creo que si lo estoy tomando con otra actitud, con otra perspectiva... todavía me falta mucho por supuesto.

Y dentro de esa salvación no hay lugar para esos rencores que me envenenan, que me hacen daño... Hoy pensaba hacer una lista, pero creo que es mejor que no, mejor tratar de olvidar. Primero, por mí. Por que me está haciendo daño, me pone mal. Por que seguro no es lo que tú quieres. Por tu papá y por Alex. Por no ser soberbia y creer que el mundo gira en torno a mí y me deben de cuidar y consentir. No va a ser fácil, pero tengo que trabajarlo y lograrlo.

Y de paso, ayer también el veinte... mi amor por ti es el producto del gran amor que siento por tu papá... y no puedo dejar que mi dolor nos aleje. Tengo que entender que el piensa diferente, sufre diferente y respetar eso. Y también no quedarme callada, pues he sido yo quien ha cerrado la comunicación pensando que él va a juzgarme o que no va a interesarle. En fin, soy yo la que ha asumido...

*Como ves mi amor, muchos propósitos, muchas decisiones. Igual, no va a ser fácil.
Ayúdame, intercede por mí... Ayúdame a ser la mamá de la cual estarías orgulloso.
Ayúdame a que tu vida y tu muerte hayan valido la pena... a que si yo soy tu misión,
no la sabotee. Ayúdame a ser mejor cada día.
Te amo mi amor, mucho,
Mamá*

Christian y yo siempre hemos tenido una relación maravillosa. Para cuando perdimos a Fer, teníamos ya 12 años juntos: 6 de novios y 6 de casados. Cuando nos casamos, Christian no estaba tan emocionado o tan ansioso de tener bebés. Pero desde el momento que le avisé que estaba embarazada de Alex, se volvió un papá maravilloso. Se sale temprano del trabajo para llegar a jugar con él, lo baña, lo cuida, van de paseo. Es un papá tierno y amoroso.

Cuando pasó lo de Fer, no pudimos estar solos durante las primeras 24 horas. El sábado tuvimos que pedirle a familiares que no fueran al hospital por que necesitábamos estar solos, llorar juntos, hablar. Christian fue para mí un gran apoyo, me dejaba hablar y llorar. Pero pasados las primeras semanas, nos empezamos a distanciar un poco. Yo sentía que el no podía entender del todo por lo que yo estaba pasando. El sentía que algunas de las cosas que yo hacía como leer, entrar a los foros, escribir en el diario, usar mi dije, no me ayudaban. También se sentía impotente, no sabía como ayudarme. Y a veces no quería decirme como se sentía para no lastimarme más. Pero a mí me lastimaba más su silencio. Él me decía, que no podía ser tan dura con los demás cuando yo mencionaba que había muchos “amigos” que se me habían muerto junto con Fer.

Algunos libros hablan de que una gran cantidad de parejas se separan tras la muerte de un hijo. Leía también que es paradójico: la pérdida común nos une, pero las diferencias en la forma de sentir y vivir esa pérdida nos separan. Y la clave es, o por lo menos para mí fue, aceptar y respetar esas diferencias, y recordar que ese hijo que perdimos es producto del amor entre ambos. Hablar mucho, tratar de ponerse un poco en los zapatos del otro. Yo creo también que el grupo de apoyo nos ha ayudado mucho en ese sentido. Y hoy, estoy más convencida que nunca de que Christian es el hombre para mí, y cómo se lo he dicho: así como todas las alegrías que hemos compartido juntos no las imagino al lado de nadie más, no quisiera haber vivido este dolor con otra persona más que con él.

Octubre 2

Fer,

Y de repente, de la nada, después de varios días bastante buenos (unas lagrimitas por ahí, pero nada grave) la tristeza. ¿Por qué? No sé.

Tal vez por que vi tus pañales de nuevo... la imagen de un bebé hermoso en ellos (tengo que hacer algo pronto con ellos).

*Tal vez por que después de muchos meses cargué a Alex y me dolió el tiempo “perdido”.
Todo lo que dejé de jugar con él, de estar con él por mi cansancio, por mi panza. Y tal
vez para él haya sido bueno, lo haga menos egoísta, más independiente.
Tal vez por que después del esfuerzo (la empujada de muebles o la cargada de Alex)
sangré de nuevo, haciéndome ver que no estoy tan bien como creía.
Tal vez por que Alex está lleno de ronchitas como salpullido en la pierna.
Tal vez, simplemente, por que así es el dolor.
Te extraño,
Mamá*

¡Qué equivocada estaba yo al esperar que el dolor disminuyera cada día! Hoy,
un año después, creo más bien que el dolor no cambia en magnitud, cambia la
forma de sentirlo, de vivirlo, de expresarlo. Te acostumbras a vivir con él, te
haces más fuerte para soportarlo.

Octubre 5

Chiquillo,

*Ayer fueron ya tres meses sin ti... Probé que puedo pasar más o menos bien los días 4.
Bueno, al menos ayer fue así, creo que es más justo decir. Te extraño mi amor... Me
duele ver otros bebés. Me duele pensar todavía en los hubieras. Me duele que para el
resto del mundo no pasó nada...*

*Hoy pensaba que qué irónico, que yo durante años traté de cuidar la salud y la vida de
otras personas... Y una de las personas más importantes de mi vida se me fue, se me
murió, en el lugar que quise que fuera, que creí que era, el más seguro del mundo.*

*Estoy leyendo un libro, entendiendo muchas de mis reacciones. Tengo una nueva amiga,
una mamá que perdió a su bebé, como yo. Hablar de ti me hace bien.*

Te amo,

Siempre,

Mamá

Ese mes fue la excepción. No es cierto que pueda pasar bien los días 4, al
contrario, son muy difíciles casi siempre. Tal vez es simplemente que en ellos
me doy permiso para llorar más libremente, no lo sé. La proximidad del
aniversario ha sido difícil también, he revivido muchas cosas, también
conforme he escrito estas páginas.

Octubre 7

*No lloro por ti mi amor... se que tú estás bien, que estás mucho mejor. Que estás en
brazos de la mejor Madre, y que te gozas en la presencia del mejor Padre... Que no
tienes hambre, ni frío, ni cólicos, ni rozaduras de pañal... Que crees que el mundo es
amor, por que todo lo que conociste del mundo fue el amor de tus padres, de tu hermano,
de tus abuelos, de tus tíos... Que si acaso conociste el dolor fue muy breve, y fue sólo un
paso para que llegaras al cielo...*

*No, no lloro por ti. Soy egoísta y lloro por mí. Lloro por mis brazos vacíos que añoran
cargarte. Lloro por mis noches completas, cuando debía estar dándote de comer. Lloro
por mis pechos, que se llenaron de una leche que no pude ya darte. Lloro por este*

corazón que no sabe que hacer con este agujerito que dejaste. Lloro por lo que soñé y hoy ya no va a ser.

Hoy lloro por mí, amanecí con ganas de llorar... te prometo que ya mañana será un nuevo día y seguiré tratando de ser la mamá de la cual te sientas orgulloso.

*Te amo,
Mamá*

Noviembre 6

Hay momentos en que todavía todo parece tan absurdo, ilógico, irreal... un muy mal sueño.

Hace más de un mes que no escribo... tal vez por una menor necesidad, tal vez falta de tiempo.

Voy aprendiendo muchas cosas, a decir lo que siento, a pedir lo que necesito.

Me sorprende que a veces puedo estar tan bien, casi como si nada. Y de repente este dolor, esta tristeza. Y los malditos por qué y los hubiera.

Leía que escribir es una manera de resolver los pendientes... entonces me pasaré la vida escribiendo por que se nos quedó pendiente todo... y nada...

A principios de diciembre, en nuestra segunda reunión del grupo de apoyo, conocimos a mi actual ginecólogo, quien sin saber de nuestro caso en particular, empezó a decir que los accidentes de cordón realmente son extremadamente raros. Explicaba que lo que pasa en la mayoría de los casos es alguna otra causa de muerte, y cuando el bebé se muere, se enreda el cordón, así que cuando abren, pues encuentran eso y como es una de las explicaciones que dejan más tranquilo a todo mundo en eso se quedan. (Así como nos habíamos quedado nosotros). Muy comúnmente lo que pasa son problemas de coagulación que hacen que se forme un coágulo, y esos problemas pueden ser por enfermedades autoinmunes (como el Síndrome Antifosfolípido, SAF), o por algunos factores genéticos...

Mientras él hablaba, Christian y yo empezamos a temblar literalmente. Cuando se terminó la reunión, decidimos que no podía ser coincidencia que hubiéramos estado ahí para oír esa información. Como yo ya había decidido cambiar de ginecólogo, acudimos con él, y en la revisión empezamos a encontrar algunas pistas, como el hecho de que tengo ovario poliquístico, y el hecho de que Fer no tuvo sufrimiento, por lo que es más probable que haya sido algo de repente, como un trombo. Nos mandamos a hacer todos los análisis y esperamos casi un mes para los resultados.

Fueron semanas muy duras, se removieron muchas cosas, pero como decíamos, mejor removerlo que revivirlo. Y tratamos de verlo más bien como una oportunidad para prevenir en un futuro que para estar pensando "y si hubiera..." por que en realidad pues no sabíamos, no hubiéramos podido hacer nada antes...

Lo que mis análisis encontraron, explicado sencillamente por mí que no soy médico, es que tengo una falla en un gen (PAI-1) que evita que se forme la sustancia (plasmina) que destruye los coágulos. Así que esto es una predisposición para trombosis y si a este factor de riesgo le suman el embarazo, donde todo el asunto de la coagulación se altera, y las otras piezas del rompecabezas, no se puede afirmar con 100% de seguridad pero es casi un hecho que Fer se nos murió por una trombosis, fue de repente. Esto tiende a presentarse cada vez más pronto en el embarazo, por lo que no es extraño casos como el mío en que tengo a Alex y pasó hasta con Fer.

La buena noticia es que se sabe que es, y que hay un tratamiento relativamente sencillo para intentar un embarazo, y avances tecnológicos que nos permitirían controlarlo.

Diciembre

La Navidad pasada esperábamos un regalo precioso, que nos fue concedido por un tiempo muy breve. Más no por ser breve significa que no lo amemos cómo sólo se puede amar a un hijo; que el corazón no llore su ausencia a pesar de lo que la razón diga; que estas fechas no duelan más, pues falta una bota que colgar, un regalo bajo el árbol y los hermosos descubrimientos del día a día.

Esta Navidad pedimos no perder la fe ni la esperanza...

El sólo pensar en otro bebé trae consigo una serie de emociones, algunas contradictorias: esperanza, ilusión, pero también miedo, incertidumbre, angustia. Sé que tengo que abandonarme en Dios y confiar en que humana y médicamente estamos haciendo todo lo posible. Pero si cualquier embarazo conlleva miedos, es lógico con los antecedentes.

Los médicos aconsejaron esperar por lo menos un año por la parte física. En cuanto a la parte emocional, lo hemos platicado y creemos que estamos tan listos como lo vamos a estar. Algunas veces sentí la tentación de adelantarme. Pero creo que por un lado, Fernando se merece este año de llorarlo, y el nuevo bebé se merece que, si bien nunca acabaré de llorar del todo, haya yo ya llorado la mayoría... Y pasado los primeros cumpleaños, días de la madre, navidad, festivales...

Se perfectamente que otro bebé no sustituye a Fer. Pero trae una nueva ilusión, una nueva esperanza. Y a pesar de mis miedos, creo que vale la pena, por nosotros, por Alex.

No sé cómo voy a reaccionar cuando esté embarazada de nuevo. No sé si voy a querer contarle en cuanto lo sepa o guardarlo un tiempo; si voy a querer que me feliciten con la noticia o hasta que tenga a mi hijo en mis brazos; si voy a hacer preparativos para la llegada o no; si voy a querer un "baby shower"... Según yo, pienso que avisaré en cuanto sepa, y pediré todas las oraciones posibles. Y empezaré su bota navideña. Pero creo que en realidad habrá que

esperar a que llegue ese momento. Y trabajar para que el amor y la fe me ayuden a superar los miedos, y para que la alegría de un nuevo bebé no se vea empañada por el dolor de los recuerdos.

Diciembre 25

Este gran dolor...

Soy una persona de rituales, de detalles incluso olvidados, muchos de ellos alrededor de la Navidad. Por ejemplo, desde soltera me había bordado una bota de fieltro con mi nombre. Cuando me casé hice una para Christian, y cuando Alex nació también tuvo la suya. La Navidad anterior había yo colgado una pequeña botita, para simbolizar al bebé que esperábamos. Y por supuesto ya había comprado para hacerle su bota a Fer, cosa que no alcancé a hacer.

Cada año también tomamos una foto familiar frente al árbol, justo antes de repartir los regalos, y la mando por correo electrónico a amigos que no veo con frecuencia. La Navidad pasada había aprovechado ese correo para avisarles que estaba esperando un bebé, y que el próximo año la foto tendría cuatro.

Desde que nació Alex había hecho también un calendario, con sus fotos y la de mi sobrino, para regalar a las abuelas, tías... Este año pensaba hacer dos versiones: una con los bebés del lado de la familia de Christian y otra con los de mi lado.

Pero esta Navidad faltaba una bota, un correo, un calendario. Sumado a comentarios desafortunados, e incluso algunos francamente estúpidos, dieron como resultado esta entrada: un dolor demasiado grande para expresar con palabras.

Febrero (Reflexión sobre el regalo que nos dejó Fer, "tarea" del grupo de apoyo)

Cuando Fer murió, recordé un pasaje del Principito, aquel en el que el zorro le pide que lo domestique, y cuando el Principito se va, el zorro empieza a llorar. El Principito le pregunta entonces qué ganó con que lo domesticara, a lo que el zorro responde: "He ganado, por el color del trigo"... Me obligué entonces a creer en esa frase, a hacerla mía, aunque hubo muchos días en que me resultaba difícil verlo...

El día que depositamos sus cenizas, un mes después, leí ante los que estaban ahí una frase que tome de un libro: "y que aunque ahora no podamos verlo, nuestra alegría será mayor, nuestro amor será más profundo y nuestra vida más plena por este breve tiempo que compartimos". Hoy, pensando en el regalo que me dejó Fer, quisiera decir que ya estoy ahí. Quisiera decir que soy una mejor persona, pero no es así. Paradójicamente, su muerte me ha hecho valorar más la vida, me ha vuelto más sensible al dolor de los demás, pero también me ha hecho más dura para perdonar a los que me han lastimado.

El primer regalo de Fer fue él, los 8 meses que lo tuve conmigo, el amor y la ilusión con que lo esperamos, no sólo yo ni Christian, sino también Alex, sus abuelos, sus tíos... Su

vida, su energía a través de sus patadas. Los sueños que desgraciadamente no se hicieron realidad, pero que nos hicieron soñar...

Después de su muerte, los regalos que me deja son sin duda lo que he aprendido, lo que he crecido:

He aprendido y comprobado, que la vida es un frágil milagro. Y ahora valoro, disfruto y agradezco más las bendiciones que tengo, y les expreso mi amor a través de palabras y acciones. He reorganizado mis prioridades, y me preocupo menos de tonterías. Y creo que soy una mejor mamá para Alex, puesto que al fin humana, a veces puedo cansarme o incluso desesperarme un poco, pero nunca jamás he vuelto a quejarme. Al contrario, estoy más agradecida que nunca por la bendición de tenerlo, y disfruto mi tiempo con él, y que el mundo ruede...

He aprendido que puedo sobrevivir a mis peores miedos, que soy capaz de levantarme cada día con el corazón destrozado, y aún así (o precisamente por eso) seguir viviendo, seguir amando, seguir riendo.

He aprendido que nada puede destruir mi fe en Dios y mi amistad con él. Un Dios que sabe lo que hace, aunque yo no pueda entenderlo. Un Dios que no permitirá un sufrimiento inútil.

He comprobado que tengo a mi lado a un hombre maravilloso, y que así como las alegrías que hemos vivido no las imagino al lado de nadie más, tampoco quisiera haber vivido este dolor con nadie más que con él.

He comprobado que tengo una familia maravillosa, y amigos antiguos y nuevos que hacen mi camino, si no más fácil, al menos menos solitario, y por lo cual les estaré eternamente agradecida.

He aprendido a no culparme, a no torturarme con los "hubiera" y los "por qué"...

He aprendido que tengo todavía mucho por aprender, por crecer, por trabajar...

Por supuesto que si pudiera volver el tiempo atrás, cambiaría muchas cosas para tener a Fer conmigo. Por supuesto que preferiría no haber aprendido todo eso. Pero hoy sé, que si la única forma de conocer a mi Fer fuera repitiendo la historia, estaría dispuesta a volver a hacerlo, a pesar del dolor.

Epílogo

Terminé estas páginas para el primer aniversario de la muerte de Fer, y se las dí a mi familia y amigos más cercanos. Ellos me animaron a hacerlo público.

Poco tiempo después, quedé embarazada por tercera ocasión, esta vez de una niña, Andrea. Decidí entonces esperar a difundir estas páginas esperando escribir en el epílogo un final feliz, y contar un poco de cómo fue el embarazo.

A falta de un adjetivo mejor, y si tengo que resumirlo en una sola palabra, diría que el embarazo fue definitivamente diferente. Creo que tal vez tras lo que había leído pensaba que sería peor, más difícil. No es tampoco que haya sido fácil, por supuesto hubo miedos, tal vez más que en un embarazo “normal”, especialmente hacia el final. Quiero creer que esta relativa tranquilidad fue el resultado de un relativamente buen proceso de duelo, no lo sé. Sin embargo, no fue sino hasta el final del embarazo que me dí cuenta de lo preocupados que estaban todos los que nos quieren, aunque no dijeran nada.

Ahora puedo decir que un nuevo embarazo no borra automáticamente el dolor, por lo menos no en mi caso. Fernando me sigue haciendo falta, su ausencia me sigue doliendo. Es imposible no recordar, no asociar. Y si bien hoy vivo profundamente agradecida por los dos hijos que tengo conmigo, también extraño profundamente al pequeño que no está.

Me fue más difícil conectarme con este bebé desde el principio. Sí, empecé su diario, pero no era lo mismo. No acababa de creerlo, no quería emocionarme. Cuando supimos ya el sexo, cuando empecé a sentir sus patadas y se volvió algo más real, hubo más miedos... Por supuesto, estuve muy pendiente de sus patadas, a veces en medio de la noche. Una amiga me prestó también un doppler, para oír el corazón cuando no lograba sentirla. Eso me evitó vueltas innecesarias al hospital, pero los segundos que tardábamos en encontrar el latido eran eternos. No fue hasta muy avanzado el embarazo que me permití hacer ya algunos preparativos, pero aun con reservas. Por ejemplo, lavé la ropita que ya tenía de Alex pero no pude quitar las etiquetas de nada de la ropa nueva. La última semana ya fue de mucha angustia, revisaba sus movimientos a cada rato.

Andrea llegó el 11 de marzo, a las 37 semanas de gestación, poco más de 20 meses después de la muerte de Fer. Todo el embarazo estuve bajo tratamiento con anticoagulantes, y un seguimiento muy cercano de los flujos sanguíneos, para evitar un posible coágulo. El médico decidió intervenir a las 37 por que los flujos empezaron a estar irregulares. La cesárea transcurrió sin complicaciones, pero unas horas después de nacer la respiración de Andrea estaba muy irregular, lo que poco después le causo también que se paralizaran sus intestinos. Por esa razón hubo que pasarla a cuidados especiales, donde estuvo

con oxígeno y suero. Pasó ahí 6 días, por lo que, aunque nunca estuvo grave, salí del hospital sin ella.

Y si, cuidar a dos pequeños ha sido complicado, cansado y no voy a negarlo... sin embargo, definitivamente mi perspectiva es otra. Cuando estoy más cansada o estresada recuerdo el gran regalo que tengo en Andrea.

Andrea es el triunfo de la esperanza sobre el miedo, la muestra de que el amor es más fuerte que el dolor. Andrea es, como cada bebé, un hermoso milagro.

Derechos de los padres cuando muere un bebé

Traducido por María Tapie

1. Tener la oportunidad de ver, cargar y tocar a su bebé en cualquier momento, antes y/o después de su muerte, dentro de lo razonable.
2. Que le tomen fotos a su bebé y que estén disponibles para los padres o guardadas hasta que los padres las quieran ver.
3. Recibir todos los recuerdos posibles, como por ejemplo, tarjeta de cuna, brazalete de bebé, ultrasonido y/o fotografías, mechón de cabello, impresión de pie y mano, documento de peso y longitud.
4. Ponerle nombre a su bebé y desarrollar una relación con él o ella.
5. Observar sus costumbres culturales y religiosas.
6. Que un personal médico comprensivo les brinde cuidado, respetando sus sentimientos, pensamientos, creencias y necesidades individuales.
7. Estar juntos el mayor tiempo posible durante la hospitalización.
8. Pasar tiempo a solas con su bebé, reconociendo las necesidades individuales.
9. Que se les informe sobre el proceso de luto.
10. Pedir una autopsia. En caso de aborto espontáneo, poder pedir que se realice o no una autopsia o examen patológico según lo determinado por la ley aplicable.
11. Que se les presente información en terminología fácil de entender para los padres en cuanto al estado de su bebé, causa de muerte, incluyendo el reporte de la autopsia, patología u otros reportes médicos.
12. Planear un ritual de despedida, entierro o cremación en cumplimiento con los reglamentos locales y estatales y de acuerdo a sus creencias, religión o costumbres culturales personales.
13. Recibir información sobre recursos de apoyo para ayudarles en el proceso de recuperación, por ejemplo, grupos de apoyo, asesoramiento, material para leer y revistas sobre la pérdida perinatal o neonatal.

Derechos Reservados, 1991. Adaptado de National Share Pregnancy and Infant Loss Support, Inc. con permiso de Women's College Perinatal Bereavement Team, Toronto, Canadá. Copias que pueden ser impresas y distribuidas gratuitamente otorgando el crédito apropiado.

Traducido por María Tapie para FUNDACIÓN ESPERANZA en memoria de Max (12/18/97)

Recursos

Libros

- *When Hello means Goodbye / Cuando hola significa adiós*, de Pat Schwiebert y Paul Kirk. Disponible en <http://www.griefwatch.com/pl/plinfo/whmg.htm> y <http://www.griefwatch.com/pl/plinfo/whmg%20spanish.htm>. Un libro sobre todo para el principio, idealmente cuando se deben tomar decisiones.
- *El camino de las lágrimas*, de Jorge Bucay. Sobre duelo en general, un apartado pequeño sobre pérdida del embarazo.
- *Déjalos ir con Amor*, de Nancy O'Connor. Sobre la pérdida de un ser querido.
- *When the Bough Breaks*, de J. Bernstein. Es sobre experiencias de papás que han perdido hijos en diferentes circunstancias. No cubre muertes neonatales, pero las experiencias son aplicables.
- *We Were Gonna Have a Baby, But We Had an Angel Instead*, de Pat Schwiebert y Taylor Bills. Un cuento ilustrado para hermanos mayores.
- *Cuando cosas malas le pasan a la gente buena*, de Harold S. Kushner. Escrito por un rabino que perdió a su hijo, explora la respuesta a esa pregunta, a los sentimientos de culpa, entre otros.
- *Un Nuevo Embarazo*, de Carol Cirulli. Escrito por una mujer que perdió a su primer hijo y posteriormente entrevistó a mujeres que habían logrado tener hijos después de una pérdida, detalla razones, emociones, sentimientos desde pensar en intentarlo de nuevo hasta el regreso a casa con un bebé, pasando trimestre a trimestre.
- *To full term*, de Darci Klein. Una mujer narra en forma de diario la experiencia de un nuevo embarazo tras dos pérdidas con diagnóstico de trombofilia y cervix incompetente.

Foros en Internet:

- www.eraenabril.org
- <http://estrellas-fugaces.foroactivo.com/>
- <http://www.nationalshareoffice.com/>
- <http://www.elpartoesnuestro.es>, sección "Siempre en el corazón"
- <http://www.planetamama.com.ar>, sección Foros de discusión / Perdimos nuestro embarazo

Otras páginas de Internet:

- www.missfoundation.org que tiene un enlace en español con información útil: <http://www.missfoundation.org/spanish/index.html>
- <http://www.griefwatch.com/>
- <http://gruporenacer.wordpress.com/>
- <http://drasarto.blogspot.com/> Sobre trombofilias y complicaciones del embarazo.

Para contactar a la autora: mamadefer@yahoo.com