



La Virtud de la Paciencia

Un hecho que cambia la vida

**Relatado por Naji Cherfan
a Karen Solomon**

La Virtud de la Paciencia

Un hecho que cambia la vida



Autora: Karen Solomon

Coautor: Naji Cherfan

Editado por Naji Cherfan

Editorial: CCM International

5 Konitsis, Maroussi, 15125, Atenas, Grecia

Artista: Elena Chirdaris

Dedico este libro a las dos mejores personas de mi vida:

A mi padre, George Cherfan, cuya presencia me dio el coraje necesario para superar todos los obstáculos.

A mi madre, Sana Cherfan, la mujer cuyo amor y cariño fueron un apoyo insuperable.

Naji Cherfan

Capítulo I	1
1978-1996 (Del nacimiento al estado de coma)	
Capítulo II	5
1996-1999 (La recuperación y la rehabilitación)	
Capítulo III	29
1999-2006 (Notas virtuales)	

Prólogo

La vida se define como la condición de ser libre que se caracteriza por el crecimiento, la reproducción y la respuesta al estímulo. Pragmáticamente, la vida puede considerarse un período entre el nacimiento y la muerte. El tiempo es un regalo. La voluntad de vivir consiste en una fuerza constante que mantiene la supervivencia y, al mismo tiempo, incentiva la evolución. Los seres humanos pueden sobrevivir sin expandir el orden de la existencia. Ampliar los límites de lo seguro. Lo cómodo y lo conocido requieren más que la simple insatisfacción con las condiciones presentes. Requieren de un deseo de algo que aumente la calidad de vida y el valor para implementar esos cambios a cualquier costo. Las elecciones, las decisiones y los actos del hombre dan forma a su realidad y, al mismo tiempo, determinan la fortaleza de su exterior y la revelación de su espíritu.

Desde el primero hasta el último suspiro, el hombre, como organismo, cambia y, así, crea, continuamente, ciclos de alegría y de dolor, de progreso y de lucha, de logros y de fracasos. La cara del hombre ríe y llora, mientras que sus ojos reflejan la esperanza y la desesperación. El hombre habla con una voz que calma y enoja, y estira su mano para acariciar o para destruir. Una naturaleza dual atrapada entre el cielo y la tierra, el hombre es un ser que elige mientras camina por la cuerda floja. Cuando se queda quieto, mirando hacia adelante y no hacia abajo, comienza la estabilidad. Cuando deshecha el miedo y logra el equilibrio, camina. Hay una conexión con un haz de luz que, lentamente, lo ayuda a avanzar. Consciente o inconscientemente, el hombre se desarrolla a través de la supervivencia. La fuerza de la vida instiga el cambio que actúa interna y externamente.

Naji Cherfan cree que la vida es un gran círculo en el que todo puede pasar. Durante más de diez años, este joven ha luchado con la frustración, el miedo, el dolor y el enojo. En su forma de hablar, en sus movimientos y en su expresión, hay guerra. Vive en esta realidad mientras que, terceramente, crea una realidad nueva, basada en las palabras de su padre quien le dijo que la paciencia es una virtud. La experiencia le enseñó que la virtud es una bondad moral y que la paciencia consiste en la cualidad de soportar la dificultad con calma. Al volver a aprender las habilidades básicas de pensar, hablar y moverse, Naji desarrolló la paciencia como un producto de ambos, de la realidad y de la imaginación. Día tras día, movimiento tras movimiento, la vida de Naji Cherfan se convierte en "la virtud de la paciencia".

Capítulo I (1978 a 1996)

Del nacimiento al estado de coma

En 1978, la guerra civil hizo estragos en el Líbano. Sana Cherfan estaba embarazada de su tercer hijo y estaba decidida a quedarse en Beirut para el nacimiento. Sin embargo, cuando las bombas comenzaron a ser cada vez más intensas, su esposo, George, tomó la decisión de mudarse con su familia a Jordania, donde trabajaba con una empresa estadounidense. La familia se estableció en su casa nueva y esperaba con ansias la llegada del niño. Hicham, de siete años, y Maher, de cinco años, compartían el entusiasmo por el nuevo bebé.

El 20 de noviembre de 1978, Sana dio a luz a su tercer hijo. Lo llamaron Naji, que significa "plegaria a Dios". En el idioma árabe, los nombres tienen un significado que puede traducirse en una imagen, en una idea o en un sentimiento. Diecisiete años más tarde, este niño sería la prueba en vida de la fe de los Cherfan en Dios y sus creencias en el poder del amor.

Un tiempo después del nacimiento, la familia se mudó nuevamente al Líbano. Una forma de vida que se había vivido durante cientos de años había desaparecido en el caos de la guerra. George Cherfan quería que su familia creciera en un ambiente de paz, así que se mudaron a Atenas, y ésta ciudad fue la sede para su empresa. Cuando Naji tenía dos años, los Cherfan se convirtieron en parte de una gran comunidad libanesa en Atenas. Al desempeñarse con facilidad en los círculos profesionales, el carácter diplomático de George y su calidez hicieron que él les cayera bien a los asociados comerciales y a la comunidad social, y que lo respetaran. Con buena voluntad y energía positiva, él estableció a su familia en Atenas rápida y sólidamente.

El único recuerdo de Naji de la mudanza del Líbano a Grecia es que allí se sentía seguro y, en esa seguridad, crecieron Naji y sus hermanos. Sus personalidades se desarrollaron en un hogar que era cómodo y satisfacía sus necesidades. Sus padres les brindaron amor, comprensión y conocimientos. La vida estaba llena de promesas para Hicham, Maher y Naji, y se hicieron amigos con facilidad. Aprendieron griego rápidamente para poder comunicarse con otros niños. Naji era un niño brillante; estaba lleno de energía y en constante movimiento. Pasó sus primeros años asistiendo a la escuela Lycee French School of Athens. Cinco años después, Naji se cambió a ACS, la American Community School of Athens. A los 17 años, tenía fluidez en francés, árabe, inglés, griego y español. La comunicación era un aspecto importante de la personalidad de Naji, y desarrolló mucho esta habilidad.

Como resultado de su propia curiosidad y del gran estímulo a su alrededor, la mente de Naji era constantemente desafiada. Era un precursor, un pensador, una persona emprendedora. Su cuerpo era fuerte y muscular por los deportes que practicaba y el ejercicio que hacía. El vivir cerca del mar le dio la oportunidad de nadar y hacer esquí acuático. El tener tiempo libre le dio la oportunidad de convertirse habilidoso en ping-pong, squash y tenis. Naji conducía desde que tenía 14 años y estaba fascinado con la velocidad, pero no se era consciente de las posibles consecuencias. Era organizado y no era tolerante con las personas lentas e ineficientes. Naji exigía que las cosas se hicieran rápidamente y con poco esfuerzo.

A los 17 años, Naji Cherfan tenía la suerte de tener una familia, amigos, salud e inteligencia. Tenía la habilidad de obtener cualquier cosa que realmente quisiera. Sin embargo, no tenía la motivación de esforzarse por algo que no lo beneficiara o le interesara directamente. Para Naji, no había nada más atractivo que pensar en algo excitante y usar sus habilidades para alcanzarlo. Al fantasear sobre cómo quería que fueran las cosas, creó un mundo en el que no había una conexión real con el mundo en el que vivía. Tenía una mente capaz y una voluntad fuerte; era generoso y cariñoso. Esto lo confirma el gran número de personas que sentían un cariño profundo y sincero por él. Años más tarde, entendió la suerte que tenía por estar rodeado de estas personas.

Sin embargo, Naji no era disciplinado y sólo lo motivaba el deseo de alcanzar lo que quisiera tan fácil y rápido como fuera posible. Este comportamiento no incentivaba el desarrollo de la paciencia en la personalidad de Naji. Socavaba su capacidad de usar la perseverancia como un método para alcanzar sus metas. Al no tener paciencia para luchar por las cosas que no le interesaban, Naji no estaba preparado para los desafíos imprevistos que requerían de tiempo y atención. Su actitud era: "Haz todo, obtén todo ahora". Esto hizo que él no se preocupara por los hechos y las situaciones que no se relacionaban directamente con sus deseos materiales y emocionales. Creía que podía hacer cualquier cosa que quisiera sin, primero, tener que aprenderla y practicarla.

En abril de 1995, tomó prestada la motocicleta de un amigo para pasear por las calles de su vecindario. No tenía ningún respeto por la poderosa máquina o el peligro de la velocidad, y manejó de la manera en la que le encantaba hacerlo: sin casco. Los adolescentes creen que no son vulnerables a los accidentes, ya que su juventud los aísla del peligro físico. Es fácil imaginarse viviendo por siempre cuando uno es un adolescente lleno de energía y entusiasmo. Esta actitud, por más optimista que sea, puede llevar a una falta de consciencia sobre cómo son realmente las cosas. En este espa-

cio entre sentirse demasiado seguro de sí mismo y el poder de una máquina hecha por el hombre, Naji condujo por calles familiares. Le encantaba la sensación de morir, así como la sensación de controlar la velocidad y el ánimo de su aventura. Lamentablemente, la motocicleta y las condiciones de la calle juntas le dieron a Naji algo que no esperaba. Naji no vio una hondonada en la calle; la motocicleta se patinó y se estrelló. La fuerza del impacto hizo que Naji atravesara el parabrisas con la cabeza. No perdió el conocimiento y sólo después de unos minutos se dio cuenta de que se había lastimado. Decidido, llevó la motocicleta a la casa del amigo. Lo llevaron al hospital; tenía la cabeza cortada desde la parte superior de su frente hacia atrás y arriba de la ceja izquierda. Sintióse casi ileso y un poco inmortal, Naji le contó después a un amigo que no había aprendido nada del accidente. Sin embargo, sí esperó dos meses antes de volverse a subir a una motocicleta.

Un año y algunos meses después del primer accidente, Naji ingresó a primer año de la universidad local. Soñaba con estudiar teatro y hacer una carrera en actuación. Aunque la universidad no ofrecía un título o cursos de teatro, pensaba estudiar sólo un semestre y, luego, ir a Montreal donde terminaría la universidad mientras viviría en la casa de su hermano Maher. Aunque a Naji le encantaba vivir en Grecia, quería experimentar cómo era vivir en otra parte del mundo. Grecia era hermosa y estimulante, pero vivir en Canadá le ofrecería diferentes oportunidades para desarrollar su mente y sus habilidades.

El 25 de septiembre de 1996, Naji era el pasajero en una motocicleta poderosa; le delegó la responsabilidad de conducir a otra persona. Ninguno de los dos muchachos usaba casco, como si estuvieran protegidos del peligro por una armadura invisible. La falta de miedo se expresaba por lo cómodos que se sentían al conducir una máquina que era el doble de su tamaño y tenía el doble de su fuerza. Al andar, la motocicleta chocó. Nunca se determinó la causa del accidente. Ambos muchachos salieron despedidos, y el conductor murió en el acto. Naji sufrió una severa lesión cerebral por la cual entró en coma unos minutos después del impacto. En menos de un segundo, perdió 17 años de crecimiento y desarrollo. Durante las semanas siguientes, flotaba en el espacio entre la vida y la muerte. Su cuerpo necesitaba equipos de soporte vital y sólo respiraba a través de un tubo de traqueotomía en la base de su garganta. El informe médico establecía que estaba en coma total. Parecía como si estuviera durmiendo y no hubiera indicios de que se fuera a despertar.

Una de las realidades de la vida es que jamás se puede volver atrás. La única opción es avanzar desde el lugar en el que uno se encuentra en determinado momento. Para Naji, ya no había momentos, sólo un espacio en el que el tiempo no tenía significado y en el que, adelante, yacía un camino increíble. Tiempo más tarde, él consideró a este accidente un motivo por el cual cambiar sus valores y su filosofía. Él creyó que este evento le dio una manera nueva de crecer y madurar. Sin embargo, en ese momento, sólo dormía.

Capítulo II (1996 – 1999)

La recuperación y la rehabilitación

Muchas personas creen que Naji se mantuvo con vida gracias a la voluntad y a las plegarias de su familia y amigos. Los Cherfan buscaron todas las posibilidades para mejorar el estado de salud de su hijo. El enfoque optimista de este hecho era el responsable de gran parte del resultado positivo del accidente de Naji. George Cherfan sabía que la disciplina y el trabajo arduo llevan al éxito y vio lo que viviría su hijo más adelante mientras esperaba signos de la recuperación de Naji. Antes del accidente, en septiembre de 1996, la preocupación principal de Naji era terminar la universidad y disfrutar de su vida como el adolescente divertido, realista y ambicioso que era. A pesar de ser egocéntrico y ensimismado, tenía un corazón grande y era generoso. Su lado sensible estaba escondido por un comportamiento tranquilo y demandas fuertes. Era buen amigo, fiestero y un niño pequeño, todo en uno. Ahora estaba recostado y quieto. Nadie sabía si volvería a hablar.

Los Cherfan le brindaron siempre el mejor cuidado disponible para su hijo. Creían que Naji se recuperaría completamente y volvería a su vida productiva. Esta vida incluía una educación universitaria, logros profesionales y la satisfacción personal. George y Sana se centraron en su hijo más pequeño y rezaron para que se despertara. Se unían a ellos amigos y asociados del mundo que tenían una preocupación sincera por Naji. Muchos de estos amigos lo vieron crecer desde que era pequeño hasta su adolescencia. Sus dos hermanos más grandes y sus compañeros lo visitaban en el hospital día tras día para ver su progreso, y esperaban un milagro.

Sana Cherfan compartía la fe de su esposo de que Naji se despertaría y se recuperaría completamente. Era una mujer dinámica y energética con una personalidad cálida y una risa fácil. Era una esposa y una madre devota, y ejercía una influencia positiva en sus hijos. Los hijos mayores, Hicham y Maher, adoraban a su hermano más pequeño y le daban su cariño todos los días. Naji sabía que tenía toda la atención de las cuatro personas de su familia. Estas personas compartían el dolor y la ansiedad de su condición actual. Los amigos estaban a su lado en el hospital y rezaban por Naji. Mientras Sana miraba cómo dormía su hijo más pequeño, le tejía una manta y llevaba un cuaderno lleno de firmas de las muchas personas que lo visitaban.

Naji pasó varias semanas en coma sin dar signos de que se despertaría. Aún así, todos creían que este muchacho llamado "plegaria a Dios" abriría sus ojos. Tenían fe de que esta voluntad de vivir y el amor que le

tenían superarían el daño de su cerebro. Se comunicaban con él a través de la memoria y el deseo de transmitirle fuerza y esperanza a su cuerpo que dormía. Se veía igual, pero la lesión era severa. Los médicos eran pesimistas sobre el estado de Naji y le dijeron a su familia que, si se despertaba, iba a necesitar un tratamiento intensivo y de rehabilitación, porque sus habilidades estarían a un nivel muy bajo. Vivía gracias a los equipos de soporte vital, no respiraba ni funcionaba por su cuenta. Continuamente monitoreado esperando un signo de que estaba recuperando la consciencia, Naji estaba recostado, suspendido entre el sueño y la sobrevivencia, sin saber lo que estaba pasando.

A fines de noviembre, los Cherfan trajeron a un especialista del John Hopkins Hospital en Baltimore. El Dr. Dan Hanley estaba en Alemania cuando voló a Grecia para evaluar el estado de Naji. Consultó con los Cherfan sobre el tratamiento que requeriría su hijo si algún día salía del estado de coma. Después de examinarlo, el médico le preguntó a la familia qué le gustaba a Naji. Él esperaba obtener una respuesta de Naji y buscaba una clave de lo que quizá incentivaría una respuesta. Con la intención de obtener una reacción física de Naji, le hicieron varias pruebas, incluso le jalaban el cabello.

El Dr. Hanley insistía en hacer preguntas y descubrió que había una broma entre los integrantes de la familia en la que decían que Naji haría cualquier cosa por dinero. Hasta ese momento, había habido signos pequeños de que Naji estaba intentando recobrar la consciencia. Aprovechando la pista sobre la información de la obsesión de Naji por el dinero, el Sr. Cherfan le dio al médico un billete de la lira turca de \$1.000.000. En realidad, era de aproximadamente cinco dólares. Cuando el Dr. Hanley movió el billete en frente de él, Naji abrió los ojos y siguió el movimiento del billete. En el informe del médico, se establecía que Naji estaba en un coma profundo hacía, aproximadamente, dos meses como consecuencia de una lesión grave en la cabeza. Alrededor del 20 de noviembre, comenzó a despertarse de su sueño profundo. Tenía una amnesia postraumática de alrededor de tres a cuatro meses, pero su amnesia anterior (pérdida de la memoria anterior a la lesión) era muy pequeña. De hecho, recordaba hasta justo antes del accidente en sí.

El estado de coma es un estado único de la mente y, por lo tanto, es difícil estudiarlo en un ambiente controlado. La declaración del paciente juega un papel importante en el proceso de recopilación de la investigación. La definición más básica del estado de coma es un estado subconsciente de la mente en el que una persona no puede sentir ni responder a los estímulos externos. En el caso de Naji, hubo tres tipos principales de coma. El primero

consiste en un coma profundo en el que las funciones involuntarias del paciente operan al nivel más bajo, por lo general, con la ayuda de equipos de soporte vital. Por lo general, esto se conoce como el estado vegetativo. El segundo tipo es un semicoma, en el que el paciente, ocasionalmente, muestra signos de movimiento; por lo general, en respuesta a la actividad mental, no dirigida ni en respuesta a un estímulo externo. El tercer tipo de coma, conocido como el coma alerta, se caracteriza por la capacidad leída del paciente de comprender su situación.

El testimonio del paciente es útil al formular la taxonomía de los estados de coma. La analogía más cercana con el estado de coma que la persona promedio puede usar como punto de referencia para entender este fenómeno es el sueño. En este coma profundo, no hay nada que suceda en el cerebro del paciente que pueda llamarse estado consciente. Ninguna imagen mental o temor caracterizan este estado de limbo, ya que el paciente está al borde de la vida y la muerte. Las funciones vitales funcionan a un nivel extremadamente bajo, haciendo que sea casi imposible que el cerebro realice las funciones superiores, necesarias para estar en un estado de consciencia básico. Algunos pacientes informan experiencias de una naturaleza casi mística durante el coma profundo. En algunos casos, el paciente puede entender el paso del tiempo y, por lo general, se confunde la secuencia de sus propios procesos mentales. Naji recuerda el estado de coma como una oscuridad completa.

La voluntad para recuperarse es fundamental, y se debe incentivar al paciente para que salga de la depresión y tenga esperanza. La familia del paciente es la indicada para lograrlo, quien, a su vez, puede estar extremadamente traumatizada por la lesión casi fatal del paciente. Un terapeuta profesional puede ayudar a la familia a aceptar la tragedia colectiva y, al mismo tiempo, hacer sugerencias para combinar los medicamentos recetados con la rehabilitación. La apatía y la resignación son los peores enemigos de la recuperación. Por lo tanto, es muy importante convencer al paciente de que la recuperación es posible. Cuanta más atención la familia le demuestre al paciente, más obligado se sentirá a mejorarse. La familia le da al paciente un objetivo más importante que la simple recuperación personal. El deseo personal, por lo general, no es una motivación suficiente porque, muchas veces, el paciente siente que su vida ya terminó. El dolor provocado por la difícil situación del paciente afirma la relevancia de los otros.

El período de recuperación es largo y lento. La moral es crucial, y la esperanza es esencial. Además del tratamiento físico, el paciente, por lo general, debe padecer un tratamiento cognitivo. Los lóbulos frontales dañados complican las funciones cognitivas normales. En consecuencia, las

demás regiones del cerebro deben llenarse con la red sináptica relevante para reemplazar las que se han perdido. Siempre y cuando la persona que sufre y su familia y amigos crean tercamente en la recuperación, ésta puede pasar. La voluntad humana supera toda explicación racional. A través de la dura prueba de ambos, el accidente y el estado de coma, los Cherfan se mantuvieron positivos y optimistas de que la voluntad de Naji y la voluntad de quienes lo amaban superarían la muerte.

Para cuando el Dr. Hanley movió el dinero frente a sus ojos, Naji estaba saliendo de un estado de inconsciencia que lo había protegido del trauma físico que había sufrido por el accidente. Este estado también lo había aislado del mundo exterior. Los dos meses de inmovilidad le permitieron a su cuerpo descansar y comenzar a recuperarse del shock de la lesión. Naji se despertó ciego, mudo y paralizado. No sabía que estaba en el hospital. Sin embargo, sí recordaba que, el día del accidente, un amigo le debía dinero. Más tarde comentó que nació dos veces: una de niño y otra de adolescente. Una enorme tarea yacía delante de él: Volver a aprender todas las habilidades básicas de la vida. Reflexionaba si era un milagro o una maldición el haber regresado de la muerte. Durante los primeros meses después de que se despertó, sólo oía las palabras de su padre: La paciencia es una virtud; hay tiempo para todo; y ¡no tengas miedo! No tenía otra opción más que escuchar e intentarlo. Y así fue...

Cuando Naji despertó, sus primeros pensamientos fueron recuperarse y regresar a su vida como adolescente. Las personas más cercanas a él permanecieron a su lado durante las semanas en coma. Si bien no entendía lo que decían, su familia y amigos continuaron comunicándose con él, leyéndole y hablándole en voz alta. Creían que podían convencer al cerebro lesionado de Naji para que respondiera y se recuperase.

La influencia de George Cherfan en Naji era más importante que nunca, y su presencia y energía determinarían el comienzo y la continuación del tratamiento de su hijo. Naji recuerda la calma y la actitud positiva de su padre al discutir los pasos siguientes de la recuperación. Esto incluía el tratamiento en los hospitales en Atenas y, luego, una mudanza a Alemania para continuar el trabajo intensivo en el centro de rehabilitación Jugenwerk Rehabilitation Center en Gailingen.

La siguiente es la recomendación del centro y el programa diario de Naji para la rehabilitación, tal como lo escribe el neurólogo, el Dr. A. Voss:

Naji Cherfan debería tener un programa diario regular que comience a la mañana, con un recreo a la hora del almuerzo de, aproximadamente, dos horas. El objetivo consiste en capacitar

el déficit cognitivo y motor, y tratar los problemas del comportamiento.

El programa debería consistir en ejercicios cognitivos y motores. 9:00-9:45 a.m. Entrenar la manera de andar y las reacciones posturales. Se comienza con el estiramiento de los tendones de las piernas, especialmente los de los pies. Entrenamiento en la cinta de correr durante 15 minutos y luego saltar con uno o con los dos pies. Entrenamiento para pararse en una pierna. 10:00-10:45 a.m.

Entrenamiento cognitivo: Lo mejor sería repetir las lecciones del último año escolar, leer el periódico y que relate los principales puntos a la hora del almuerzo. Al relatar, se entrena la coordinación de la respiración y el habla. 11:00-11:45 a.m.

Entrenamiento del brazo y la mano izquierdos. El terapeuta ocupacional te dará fotocopias y material para que uses para este fin. La Sra. Pilgermann te mostró los ejercicios con y sin el material. Los movimientos de los dedos se pueden entrenar trabajando con la computadora o tocando un piano eléctrico. Deberías usar la mano izquierda en las actividades normales de la vida diaria, tales como comer con cuchillo y tenedor, sacudir la mano, limpiar la ventana, etc.

12:00-2:00 p.m.

Recreo

2:00-3:00 p.m.

Sal a caminar por la ciudad. Corrige la manera de andar al caminar. Trata de caminar con fluidez y ritmo. Deja que el brazo izquierdo caiga. Descubre cuál es la velocidad correcta para ti. Al llegar a casa, haz ejercicios cambiando la posición de tu cuerpo. De estar sentado a parado, de estar acostado a parado. Intenta relajar el brazo izquierdo y déjalo caer.

3:15 - 4:00 p.m.

Entrenamiento cognitivo en la mañana.

Tres veces por semana, sería bueno que, por la tarde, vayas a nadar. Nadar entrena tus músculos y los suaviza, permite que los movimientos sean más fluidos. Por la tarde, sería bueno que, tres veces por semana, tengas la posibilidad de contactarte con el neurólogo o con el psicoterapeuta para hablar sobre el proceso de rehabilitación y desarrollar las estrategias para lidiar con esta situación.

Querido Naji:

Sé que un programa como éste demanda de mucha energía y compromiso de tu parte. Pero creo que tienes la energía y la posibilidad de hacerlo. Después de un tiempo verás los buenos resultados de tu propio esfuerzo. Es una responsabilidad contigo mismo que traerá aparejada el éxito. Durante los fines de semana, puedes descansar y encontrarte con amigos. Creo que una noche puedes regresar a casa más tarde de lo normal. Por ejemplo, el sábado a la noche. Puedes dormir hasta más tarde el domingo. Pero, durante la semana, lo mejor para ti sería que vayas a dormir entre las 10 y las 11 p.m.

Saludos cordiales, Dr. Voss

Antes del accidente, Naji jamás había pensado mucho en el valor del tiempo ni en la virtud de la paciencia. Y, menos aún, nunca había pensado en las consecuencias prácticas. De pronto, tenía un concepto totalmente nuevo de lo que significaba la paciencia y cómo se aplicaba a su situación. El tiempo también recobró un significado y un valor nuevos. Había perdido casi dos meses de su vida estando recostado, sin moverse, en estado de coma, mientras que el resto del mundo había continuado girando en un ciclo de crecimiento, descubrimiento y movimiento. Cuando finalmente despertó, aún seguía sin poder moverse. Ahora debía lidiar con la pérdida de la visión, del habla, de la movilidad y la memoria.

Este adolescente de dieciocho años estaba en shock y confundido por lo que había pasado y por qué le había pasado a él. Sintiendo un extraño en su propio cuerpo, le enviaba instrucciones mentales a todas las partes de su estructura física, pero nada respondía. Aunque escuchaba voces y detectaba movimientos a su alrededor, se sentía invisible. En un sentido físico, estaba allí para que todos lo vean y lo toquen, pero no podía unirse a su compañía. Muchas veces se sentía cautivo, sentía que flotaba entre la vida y la muerte, entre el cielo y el infierno. Si bien tenía respuestas emocionales a las actividades a su alrededor, no podía actuar ni comunicar estos sentimientos. Naji, que no tenía paciencia ni disciplina, se vio forzado a reconsiderar todo lo relacionado con el trabajo y el tiempo. Por suerte, su capacidad para pensar, razonar y recordar no se dañaron en forma permanente. Después de recuperarse de la amnesia, su memoria se recuperó rápidamente. Pronto ya recordaba números de teléfono de amigos, y de incidentes extraños y no relacionados.

Si bien el funcionamiento de su cerebro parecía normal y menos

debilitado, otros daños afectaban gravemente su capacidad física. Cuando se despertó, los médicos no tenían esperanza de que volviera a ver, hablar o moverse. Naji Cherfan tenía otra idea en mente y su familia estaba decidida a que se recuperaría en su totalidad. Esta combinación de voluntades estableció el tono para el viaje de Naji del estado de coma hacia su rehabilitación. Después de un mes, la ceguera de Naji mejoró a una visión borrosa. Lentamente, comenzó a hacer sonidos. Cuando finalmente habló, su primera oración fue: "Sáquenme de aquí". La forma de comunicarse directa de Naji y sus deseos continuaron siendo parte de su personalidad. A pesar de los momentos positivos de la salida del estado de coma y su recuperación constante, permaneció discapacitado en formas muy críticas. No podía utilizar el brazo izquierdo desde el hombro hasta los dedos, y no podía bajarlo. La mano estaba doblada y en una posición cerrada, y no podía utilizarla. La visión doble y borrosa había sido corregida y el parpadeo de su ojo derecho ya casi había desaparecido, pero necesitaba anteojos para leer. Si bien las piernas de Naji no funcionaban normalmente, comenzó a moverse lentamente y en forma constante. Los objetivos futuros consistían en recobrar el equilibrio y volver a estar físicamente activo. Era un objetivo realista considerando que Naji Cherfan estuvo sentado en una silla de ruedas durante cuarenta días, y un día dijo: "Al diablo con esto, voy a volar". Un tiempo después de haber dicho esto, se paró y caminó. Naji también experimentó lesiones graves en su tráquea, que requerían que respire a través de un tubo de traqueotomía durante el estado de coma y durante unas semanas después de que despertó del coma. El accidente dejó a Naji con una mente que funcionaba aproximadamente al mismo nivel que antes y un cuerpo que funcionaba a un nivel inferior al requerido para participar de una vida adolescente activa.

Mientras estuvo en el hospital de Atenas, comenzó a entender y a evaluar su situación. No podía creer lo que le había sucedido ni tampoco podía comprender el camino que yacía delante de él. En su mente, vio que todo lo que había logrado en sus 17 años había desaparecido en un insignificante movimiento de una motocicleta. Comenzó a darse cuenta el valor de las palabras de su padre cuando le advertía sobre la velocidad y que usara un casco. Finalmente, comprendió que el futuro dependía de su capacidad de volver a aprender todo lo que había sabido y también sobre su deseo de descubrir cosas nuevas.

El padre de Naji lo incentivaba diciéndole: "Si quieres algo, puedes lograrlo" y, por primera vez, Naji lo escuchó. Primero fue el milagro de que regresara de la muerte. En segundo lugar, la rehabilitación exitosa y el regreso a una vida productiva. Naji se concentró en volver a estar física-

mente activo y a continuar sus estudios. Tenía el amor y el apoyo de su familia y amigos, y también el mejor tratamiento disponible. Comenzó a trabajar para alcanzar los objetivos.

Después de recobrar el habla y los movimientos, él y sus padres se mudaron a Alemania donde trabajó muy intensamente con un terapeuta en un centro de rehabilitación en Gailingen. El cambio en el estilo de vida de Grecia a Alemania fue difícil para Naji, porque el sistema en el centro de rehabilitación era restrictivo y requería de autodisciplina por parte de todos los pacientes. Naji estaba acostumbrado a una gran cantidad de libertad y le fue difícil adaptarse al programa diario requerido como resultado del accidente. Su vida anterior estaba llena de autos, mujeres, fiestas, discos y noches largas. Ahora, sus días consistían en terapia ocupacional, del habla y física, más neuropsicología. Le aconsejaban nadar, leer periódicos y contar lo que leía durante el recreo del almuerzo.

Durante su estadía en Alemania, Naji era infeliz y estaba deprimido. Tenía dificultades para conciliar el sueño y estaba enfadado por estar separado de sus amigos y de sus actividades. Se pasaba muchas noches acostado y despierto preguntándose: "¿Por qué me pasó esto a mí?". Pensaba en sus amigos en Grecia, en Canadá, alrededor del mundo, conduciendo autos y motocicletas, yendo a la universidad y a tomar un café. Cuando finalmente se quedaba dormido, se levantaba para vivir otro día de terapia que comenzaba a las 7:00 a.m. y terminaba a las 5:00 p.m. Sentía profundamente la pérdida de su vida adolescente, que incluía a sus amigos y a la universidad.

Naji hizo terapia cognitiva para retener la memoria y aumentar el entendimiento. Lo colocaron en una clase de recuperación de inglés, pero, cuando lo evaluaron en matemáticas, sus habilidades permanecían muy buenas y más completas. Afortunadamente, su capacidad natural y su capacidad de comprender con dígitos no se dañaron y permanecieron sólidas. Durante la terapia en Alemania, una familia amiga incentivó a Naji. Lo incentivaron con palabras excelentes y un poco de risas. Después de esta experiencia, Naji le contó a un amigo que la vida es un gran círculo y nunca se sabe qué va a pasar. Llegó a la conclusión de que era mejor vivir el momento y planear las cosas que uno quiere hacer. Al vivir y trabajar en el presente, determinaba su futuro con cada paso que hacía para, así, convertirse en un todo.

Naji cambió de muchas maneras a través de los meses de terapia. Si bien se volvió más inteligente a nivel emocional e intelectual, aún reaccionaba inmaduramente cuando estaba aburrido. La terapia diaria lo forzaba a desarrollar una nueva sensación de autodisciplina. Un resultado exitoso se relacionaba con su esfuerzo y el trabajo que hacía. Este concepto no era

familiar para Naji. Si no practicaba los movimientos, no podía caminar. Si no practicaba hacer círculos con la mandíbula, silbar, escupir o mascar chicle, no podía hablar. Durante las mañanas y las tardes, hacía pequeñas tareas que lo ayudarían a que vuelva a tener sus habilidades normales y necesarias. Cualquier persona que conocía a Naji antes del accidente lo respetaba y admiraba por mantener su personalidad alegre y su buen humor durante las horas y los meses de tratamiento en Alemania y Grecia.

Naji estaba convencido de que era posible volver a su vida anterior. Fantaseaba que estaba bien y rezaba por otro milagro, creyendo que, algún día, se despertaría y estaría perfecto. Algunos días imaginaba que lo operaban del cerebro y los médicos reparaban todo lo que estaba dañado; que podía usar su brazo izquierdo otra vez y sus piernas corrían en vez de caminar lentamente de un lado a otro balanceándose; que podía sentir el mar y sentir el aire en su cara; que se movía a una velocidad rápida. De repente, se despertaba y se daba cuenta de que estaba viajando sólo en sus sueños. Su realidad era una mente que recordaba la perfección, y un cuerpo que no le respondía. Ahora, el deseo de lo que él consideraba normal debía basarse en su estado actual, no en sus habilidades pasadas. Naji pensaba en su vida en diez años y se imaginaba la perfección. Para él, la perfección requería de cooperación, motivación e influencia positiva.

Al cruzarse estos pensamientos por su mente, lentamente comenzó a desarrollar una nueva filosofía de vida. Se dio cuenta de que la vida es un ciclo constante de dar y recibir; que participar de la vida es lo que la hace valiosa. Se cuestionaba el propósito de vivir y la función del hombre desde el nacimiento hasta la muerte. Al mantener su buen humor, se volvió más considerado en determinadas cuestiones. Como consecuencia de la terapia intensiva, Naji Cherfan desafió su mente y su cuerpo de una manera que jamás lo hubiese pensado antes del accidente.

Naji regresó a Grecia el 14 de junio de 1997. Hacía casi diez meses que no estaba en su habitación o en su casa, y estaba expectante y ansioso. Antes del accidente, manejaba, por las calles, autos y motocicletas a alta velocidad. Ahora, alguien debía llevarlo a cualquier lugar que él necesitara ir, y necesitaba ayuda para la mayoría de sus movimientos. Aún así, Naji logró avanzar un montón. Los médicos y amigos estaban maravillados y contentos al verlo caminar, hablar y hacer bromas. Todos lo alentaban a que luche para poder volver a una vida funcional e intentaban entender las dificultades que él enfrentaba.

Antes del accidente, Naji era una persona egocéntrica, ensimismada y demandante. Ahora era malhumorado y temperamental. Esto se hacía evidente cuando estaba muy cansado y no había dormido lo sufi-

ciente. El descansar era un factor importante en la recuperación de Naji, porque su cerebro y su cuerpo sencillamente no podían funcionar a sus niveles anteriores. Tenía mal genio y su comportamiento se comparaba con aquél de un niño. Antes del accidente, era emocionalmente inmaduro; ahora, su comportamiento era aún menos constante y controlado. Les gritaba a las personas por cualquier pequeño incidente y demandaba una atención inmediata de aquéllos a su alrededor.

Durante este periodo de ajuste, los amigos de Naji eran respetuosos y considerados con el mal humor y las limitaciones de Naji. Sus amigos varones lo sacaban a pasear y lo trataban como cualquier otro. Sus cambios de humor no afectaron su capacidad de ser honesto o de dar su opinión. Era diplomático cuando quería algo, aún conservaba su talento para comunicarse. Era encantador y convincente cuando tenía algo que ganar. Éste era el Naji que regresó de Alemania; caminaba lento, pero decidido. Ninguna de las personas cerca de Naji había experimentado lo que él estaba viviendo. Estaban orgullosos de lo que había logrado y le decían que debía sentirse orgulloso. Aún así, frustración y enojo eran emociones que él experimentaba diariamente y, a veces, se preguntaba si era una bendición o una maldición estar vivo en esa condición.

Si bien Naji estaba demandante, los amigos y la familia lo aceptaron y cuidaron durante los primeros meses que regresó a Atenas. Quería que lo trataran normalmente y continuar viviendo como un estudiante universitario. Los médicos le recomendaban que se fuera a dormir temprano y que saliera sólo una vez por semana. Sin embargo, Naji no podía controlarse a sí mismo y se quedaba despierto hasta más tarde de lo recomendado. Luego, reconoció que su comportamiento retrasó su recuperación. Durante las primeras semanas después de que salió del coma, Naji sintió que vivía entre dos mundos. Se imaginaba como un fantasma que rondaba fuera de su cuerpo y veía y escuchaba, pero no se movía. Como si fuera el hombre invisible. Una vez tuvo una experiencia fuera de su cuerpo, en la que flotaba entre dos dimensiones. Durante un tiempo, vivió en tierra de nadie; veía y sentía, pero no podía responder ni a las personas ni a las cosas a su alrededor. Se sentía confundido, frustrado y asustado. Un minuto estaba andando a través de la luz y el viento. Dos meses después, se despertó sin memoria, sin poder moverse ni entender lo que había pasado y por qué le había pasado a él.

Al pasar el tiempo, Naji sintió que había vuelto a nacer físicamente el día que se despertó del estado de coma. Al igual que un bebé comienza de cero a caminar y a hablar, Naji también enfrentó la enorme tarea de volver a enseñarle a su cuerpo a hacer cosas que las había hecho automáticamente y sin esfuerzo durante 17 años. Luchaba por entender que todo lo

que había tomado por hecho, como caminar, correr, conducir, incluso reír, era, de pronto, imposible en su estado actual. En los momentos más oscuros, tenía pánico de la vida que tenía por delante. Todo lo que él quería hacer requería de un gran esfuerzo. El tratamiento requería de disciplina y paciencia, dos cualidades que él aún no había desarrollado. Aunque tenía miedo de que no fuera a regresar a su condición física anterior, su actitud para con el tratamiento era encontrar la manera más fácil y rápida de recuperarse. Finalmente, el miedo que sintió fue más fuerte que su pereza innata. Se comprometió a hacer todo lo necesario para recuperarse.

Después de progresar mucho, se encontraba en una condición en la que los objetivos futuros para recuperarse eran realistas y alcanzables. Ahora caminaba por su propia cuenta. Volvió a hablar y, aunque a su voz le faltaba color e inflexión, se le entendía cuando hablaba. Para Naji, éstos eran logros importantes. Al no estar imposibilitado, podía comunicar sus sentimientos y deseos. Al igual que al comienzo del tratamiento, su condición intelectual era superior a su condición física. En su mente, se sentía como siempre y esto lo incentivaba a trabajar para poder hacer todas las cosas que hacía antes.

Lamentablemente, este patrón de pensamiento creó una falsa ilusión de lo que realmente era capaz de hacer. Vivía con expectativas no realistas y no aceptaba que fuera discapacitado. Al mirar hacia atrás, Naji cree que, si se hubiera quedado en Alemania y hubiera continuado con el programa agotador de tratamiento que habían aconsejado los médicos, se habría recuperado más rápido y mejor. En su lugar, él eligió regresar a Atenas donde reanudó su vida en un cuerpo que funcionaba muy por debajo de su condición previa. Todos aún creían que podría convertirse nuevamente en un adolescente fuerte y deportista. Naji continuó esperando otro milagro que le devolviera su cuerpo y su mente a la perfección. Se había despertado del coma. Ahora quería despertarse y estar curado por completo. Al volver a la universidad en septiembre de 1997, tomó una clase de inglés para volver a familiarizarse con los requerimientos que implican el asistir a la universidad. No era difícil, pero sí aburrido. Sin embargo, el trabajo arduo del tratamiento le dio un nuevo sentido de autodisciplina, y esto lo ayudó a continuar trabajando más en forma independiente. En este entusiasmo por estar de vuelta con sus amigos y regresar a una vida activa, Naji pasó por alto algunas realidades relacionadas con su estado. A veces, se sentía tanto como él era antes que olvidaba sus limitaciones. Sus discapacidades lo asustaban y frustraban, hasta que se calmaba y miraba todo desde otra perspectiva. Había progresado mucho en tan sólo un año y tenía la posibilidad de avanzar mucho más en los meses siguientes. Sin embargo, no había aceptado el

hecho de que todo lo relacionado con su futuro dependía de él y de su capacidad de centrar la energía y el esfuerzo. El estar rodeado de amor y atención no era suficiente para que esté completamente bien.

Asistir a la boda de su hermano en el Líbano en julio de 1997 fue un gran paso para Naji y lo ayudó a prepararse para volver a entrar a un mundo en el que el movimiento y la comunicación constantes se daban por hecho. Los resultados exitosos del tratamiento del año anterior fueron dos eventos: La boda y el regreso de Naji a la universidad. Sin embargo, en otoño de 1997, se encontró a sí mismo en una vida que él conocía, pero con un cuerpo nuevo que no siempre respondía a sus instrucciones.

Durante el tratamiento, aprendió que sus nervios estaban bloqueados; por lo tanto, debía enviar instrucciones a su mano y a su pierna a través del cerebro. Ahora enfrentaba el desafío de usar su cerebro de una manera única, ordenándole mentalmente movimientos y funciones que, anteriormente, eran automáticos. Naji Cherfan estaba por usar sus habilidades de computación y pensamiento rápido para jugar al juego más competitivo y demandante que jamás haya jugado. Sus únicas armas eran el coraje, la determinación, la disciplina y la paciencia. Él ya poseía algunas de estas armas. Otras debía aprenderlas en el camino. Respiró profundamente y escuchó la voz de su padre: "La paciencia es una virtud; hay tiempo para todo; y no tengas miedo". Después de despertarse del coma y pasar un año en tratamiento, aceptó que estas palabras serían el arma más potente en la batalla para recuperar su vida cotidiana.

A raíz del tratamiento exitoso de Naji en Alemania y su reingreso a la universidad, George Cherfan creyó que era hora de evaluar el estado de salud de su hijo. Eso determinaría la mejor manera de continuar su progreso. El 25 de octubre de 1997, Naji fue recibido en el Oliver Zangwill Center for Neuropsychological Rehabilitation en Inglaterra. El propósito de la cita era realizar una evaluación breve de su funcionamiento neuropsicológico, identificar sus necesidades de rehabilitación y analizar si su participación en el programa Oliver Zangwill Center Program implicaría un beneficio importante para él.

El Dr. Jonathan Edwards obtuvo información a través de conversaciones que mantuvo con Naji y su padre: En primer lugar, le pidió a Naji que diera detalles del accidente y de la lesión. Hablaron sobre el tratamiento que recibió en Alemania, y el médico se enteró de que Naji recibía, en ese momento, tratamiento en el hogar en Atenas. Un terapeuta ocupacional trabajaba sobre el funcionamiento de su brazo, y un terapeuta físico trabajaba sobre el desempeño general de Naji. Además, Naji nadaba como parte del tratamiento, y su mayor preocupación física era la pérdida del funcio-

amiento de su brazo izquierdo. No lograba relajar el brazo, el cual permanecía en una posición levantada, con la mano doblada, cerrada en forma de puño. El aspecto físico de su brazo lo hacía sentir incómodo. A raíz de la gran cantidad de etapas diferentes en el proceso de rehabilitación de su brazo izquierdo, a Naji se le ocurrieron analogías visuales simples para describir la manera en que se veía su brazo a medida que se curaba. Llamó a las etapas de la siguiente manera:

1. La garra
2. El anzuelo
3. El palo de golf
4. La telaraña
5. El guante de boxeo

Su pierna derecha continuaba dándole problemas, con movimientos lentos y torpes. Tenía problemas para ponerse de pie con facilidad y debía mecerse hacia atrás y hacia delante para levantarse cuando estaba sentado. Si bien podía hacer estas cosas por sí solo, aún necesitaba ayuda ocasional, lo que le generaba frustración. A pesar de sus problemas físicos, Naji sentía que su funcionamiento cognitivo era normal. Le dijo al médico que su memoria y concentración eran excelentes y que comprendía las cosas que pasaban a su alrededor. Cuando el médico le preguntó acerca de sus metas, Naji le respondió que quería mejorar el funcionamiento físico de su brazo, pierna y el equilibrio. Otra meta era volver a la universidad.

Naji fue evaluado en varias áreas, inclusive las capacidades intelectuales generales, la memoria, la atención, la concentración, la velocidad del proceso de la información, el lenguaje y el desempeño ejecutivo. Si bien no había disfrutado de las evaluaciones neuropsicológicas en el pasado, cooperó con la evaluación, la cual fue bastante intensa y minuciosa. Los resultados de la evaluación indicaron que había atravesado una recuperación notable en tan sólo un año, teniendo en cuenta el grado de las lesiones. El médico consideró que su progreso era milagroso y le dio una indicación muy positiva para continuar con su mejoría. Aun Naji tenía dificultades físicas que involucraban a su brazo izquierdo, pierna derecha y el equilibrio. Si bien Naji creía que no tenía dificultades cognitivas, las evaluaciones neuropsicológicas no mostraron lo mismo e indicaron que podía haber problemas relacionados con la velocidad en el procesamiento de la información y la memoria. Esto era muy común después de una lesión cerebral, y hubiera sido extraño que no manifestara una discapacidad en tales áreas.

Naji le dijo al médico que debían concentrar la rehabilitación en la recuperación física. Era evidente que continuaría trabajando en el funcionamiento de su brazo y pierna. Él sostenía que su mente estaba igual que

antes y que sólo su cuerpo había cambiado. El médico sugirió juzgar y evaluar las capacidades cognitivas de Naji en un entorno realista que demandaría ciertos tipos de funcionamiento. Regresar a la universidad era un modo de actuar positivo y apropiado. Mientras Naji creía que estaba desempeñándose bien, el Dr. Evans le recomendó que aumentara gradualmente sus exigencias académicas y que tuviera acceso a una persona con quien pudiera discutir el progreso, anticipar las áreas de dificultad y evaluar los problemas a medida que se presentasen. El médico le dijo que, después de una lesión cerebral, era una conducta común que las personas se involucraran en un alto nivel de actividad. Esto podría resultar en un fracaso que sería difícil de aceptar. Sugirió a Naji que intentara progresar gradualmente, en vez de intentar todo al mismo tiempo. Asimismo, sugirió que Naji tuviera sesiones con un psicólogo familiarizado con las discapacidades relacionadas con una lesión cerebral.

Los problemas de irritabilidad y furia eran comunes después de la lesión cerebral, y aún más frecuentes con personas conocidas. Esto era evidente cuando Naji gritaba y perdía el control cuando las cosas no le salían como él quería. También se enfurecía cuando no podía hacer las cosas lo suficientemente rápido o cuando las personas no estaban de acuerdo con él. Estos ataques de rabia se contrarrestaban con problemas de atención, concentración y, en particular, fatiga. Como resultado de la lesión cerebral, Naji se cansaba con más facilidad. Los días que se acostaba tarde y perdía horas de sueño, estaba de mal humor y su nivel de desempeño era bajo. Su nivel de habla y reflejos físicos también se volvían más lentos. Si bien se disgustaba con los familiares, rara vez se peleaba con sus amigos y compañeros de la universidad.

Se le aconsejó a Naji que desarrollara una serie de estrategias para lidiar con la furia y la irritación. También se le sugirió que aprendiera algún tipo de técnica de relajación o una manera de evadir una situación justo antes de que se tornase agresiva. El método de Naji para lidiar con la falta de control era respirar profundo tres veces o golpear su puño con firmeza, pero sin violencia, contra una superficie sólida, por ejemplo, una mesa o su pierna. Esto lo ayudaría a centrar sus emociones antes de continuar la conversación o actividad. Al hacer esto, aprendió a enfrentar una situación, en lugar de buscar la manera de eliminar la verdadera discapacidad. Sin embargo, sí marcó una diferencia significativa en su capacidad de funcionamiento. Al igual que sucedía con toda la rehabilitación de Naji, estas situaciones requerían que él reconociera que tenía un problema y, luego, mostrara buena voluntad para enfrentarlo.

El resultado de la evaluación de Naji en Inglaterra reveló que su

progreso sería mejor en un entorno familiar y que su asistencia al Oliver Zangwill Center sería inapropiada. En ese momento, se le aconsejó que continuara con la terapia privada y que se pusiera exigencias graduales, tanto intelectuales como académicas. El Dr. Evans sugirió que Naji comenzara una terapia cognitiva con alguien que pudiera ayudarlo a comprender sus dificultades a través de la concientización y de mejores aptitudes de comunicación. Cuando el Sr. Cherfan preguntó acerca del beneficio de los juegos o programas de computación para la recuperación de Naji, le dijeron que los juegos y programas ilustraban los aspectos de mayor y menor dominio de una persona. Sin embargo, el grado en el que podrían mejorar la atención y el desempeño no estaba claro científicamente y no se generalizaba fácilmente a otras situaciones de la vida cotidiana. Naji ya había comenzado a jugar al ajedrez en la computadora. Tenía, además, acceso a Internet y al correo electrónico, lo que le daba la capacidad de comunicarse con amigos alrededor del mundo. Su computadora tenía varios programas interesantes que representaban un desafío para su mente.

La evaluación del estado neurológico de Naji fue considerada benéfica para la etapa siguiente de su desarrollo y tratamiento. Teniendo en cuenta su estado después del accidente, el estado actual de Naji mostraba un gran progreso. Naji recibió bien y aprobó la opción de continuar el tratamiento en Atenas, ya que quería estar cerca de sus amigos y de la universidad. Sabía que la independencia y la libertad llegarían como resultado de su propia perseverancia y disciplina. Observó nuevamente dónde había estado, dónde estaba y dónde quería estar. Gracias al apoyo de su familia, amigos y terapeutas, consideró la posibilidad de volverse físicamente activo y aceptó la realidad de lo que le demandaría alcanzar esto. Sabía que sólo podía depender de sí mismo. Cuanto más dependía de los demás, menos iba a progresar. Las sesiones de terapia lo ayudaron a darse cuenta de que tenía fortaleza, pero no siempre armonía. El reconocimiento de su potencial lo inspiró a cambiar su filosofía de vida. Debido a su falta de disciplina, le fue difícil mantener su nueva filosofía y realizar el trabajo para instigar un cambio en la conducta y en la manera de pensar. A pesar suyo, Naji Cherfan comenzó a evolucionar lentamente.

En Atenas, Naji trabajó en privado con un fisioterapeuta llamado Vassilis Borotis, quién se convirtió en su terapeuta preferido, ya que era extrovertido y hacía que los ejercicios fueran divertidos. Las sesiones diarias consistían en cinco a ocho horas de caminata, natación, ir al gimnasio y fisioterapia tradicional en donde Vassilis estiraba y manipulaba los brazos y las piernas de Naji. La relación creció como resultado de un respeto y comprensión mutuos. Trabajando juntos, lograron mejorar el estado físico de Naji,

quien aumentó su resistencia y logró caminar cinco kilómetros al día en 1998. Esta actividad requería perseverancia y resultó ser el mejor ejercicio para su estado, ya que ayudaban a continuar con el desarrollo y el equilibrio de su cuerpo.

Este progreso incentivó a Naji y lo motivó a trabajar más. Si bien las horas interminables de terapia tediosa le resultaban aburridas y extenuantes, Naji sabía que el resultado sería positivo y lo acercaban más a su meta de recuperar lo que había perdido. Nadie le pedía a Naji que desarrollara la virtud de la paciencia. La paciencia era necesaria. La persistencia se convirtió en un hábito, porque había intentado en repetidas ocasiones hacer ciertas cosas que nunca habían requerido pensamiento o esfuerzo.

A comienzos de 1998, Naji Cherfan iba a clases dos mañanas a la semana y tenía un cronograma continuo de rehabilitación que incluía fisioterapia, terapia ocupacional, aptitudes del habla y de comunicación. Practicaba caminar y respirar desde el centro de su cuerpo. Naji mostró un gran progreso al lograr entrar y salir de las habitaciones, las casas y los autos. A medida que su voz recuperaba parte de su viejo color y expresión, su mente estaba llena de nuevos pensamientos sobre la vida y su propósito. Naji celebró su cumpleaños número 19 en noviembre de 1998 con una gran fiesta, a la que asistieron sus amigos y familiares. Se consideraba 80% recuperado en esta etapa del tratamiento. El 20% restante de su recuperación sería la más difícil de conseguir. Cuando atravesaba momentos de oscuridad, rodeado de los demonios del miedo y el ego, se preguntaba si tendría el coraje de llegar al final del camino. Durante el período difícil, aceptaba la voluntad de Dios en relación a su vida y todas las lecciones que vendrían. Después de unas semanas más de tratamiento, asesoramiento y una vida social más activa con amigos, Naji se preparaba para alcanzar un sueño que tenía desde hace meses. Comenzaba a comprender el valor y la posibilidad de la vida a medida que se preparaba para viajar a Canadá.

El 3 de marzo de 1999, Naji se fue a vivir con su hermano, Maher, y su mujer, María, quienes esperaban su primer hijo. Estaba entusiasmado acerca de vivir en Montreal, cerca de su hermano y de buenos amigos. Esperando con ilusión la llegada de un bebé a la familia, disfrutaba de la idea de ser tío. Sus dos hermanos se habían casado hacía poco tiempo, y él vio su felicidad y satisfacción. En sus momentos de mayor reflexión, Naji pensaba en casarse y formar una familia. Sin embargo, en esta etapa de su vida, él sabía que lo esperaban varios años de arduo trabajo por delante antes de contemplar las responsabilidades de la vida familiar. Feliz de estar en Canadá, rápidamente se adaptó en la casa de su hermano. Mientras continuaba con su sueño de ser actor, continuó recibiendo la mejor fisioterapia y

terapia ocupacional posibles. Antes de irse de Atenas, tuvo algunas sesiones beneficiosas con un excelente terapeuta. El trabajo realizado con este hombre le dio un voto renovado de paciencia y perseverancia. Naji llegó a Canadá con una actitud positiva y un sentido de la anticipación ante las posibilidades de la vida.

Naji y su padre buscaron un lugar donde Naji pudiera estudiar actuación, ya que creían que un ambiente que pusiera el foco en la persona sería lo más conveniente para su educación y desarrollo. Después de asistir a clases de actuación por dos sesiones, Naji llegó a la conclusión de que la actuación es parte de la vida y que estudiarla lo arruinaría todo. Después de encontrar otra universidad, se inscribió en marketing internacional.

Cuando Naji salió del coma, sentía que había estado suspendido en un estado de purgatorio. Cuando buscó el término purgatorio en el diccionario, vio que el significado era un lugar o estado de sufrimiento. Ya no sufría de la misma manera, pero no era completamente feliz. A pesar de que había recuperado el 80% de su estado normal, aún tenía muchas limitaciones físicas. Esto hacía que se sintiera emocionalmente limitado, y le costaba volver a encontrar la felicidad. Quizá el amor y las plegarias que recibía de sus amigos y familiares provocarían otro milagro. Lo que más lo atormentaba era el tema del propósito de vivir, que lo llevó a preguntarse por qué estaba vivo y a qué estaba predestinado.

A continuación aparece un mensaje de correo electrónico que Naji escribió a su familia en Atenas:

“Cuando estoy lejos de la gente, los extraño más y me doy cuenta cuánto los quiero. Si uno se pregunta constantemente “por qué y por qué”, uno y sólo uno encontrará la respuesta. La pregunta que uno siempre se hace es: “¿Quién soy?” La respuesta aparece por descarte. No soy un cuerpo, entonces ¿qué soy? No soy un alma, entonces ¿qué soy? Debo dejar de dar las cosas por hecho, especialmente mi familia. Si utilizo mi enfermedad para conseguir algo, especialmente de las personas que me quieren, en un punto, las personas se cansarán y simplemente me ignorarán. Debo considerarme una persona normal y no una persona discapacitada. También creo que la ilusión es la ignorancia de la realidad. La confusión de la mente quita la ilusión de la realidad. Mi ilusión de la perfección me dio el incentivo para trabajar más. La ilusión es lo que las personas piensan que es la vida. La palabra clave para la vida es conciencia o concientización. Concientización de quiénes somos... quiénes somos realmente. Uno debe prestar atención a sus pensamien-

tos y observarlos, y si uno no logra observar sus pensamientos directamente, debe observar lo que dicen o hacen. Cuando uno dice que se siente bien y realmente se siente bien, significa que sus pensamientos están bajo control. Sé que necesitaba relajarme y no estar controlado por mis pensamientos. Esto se llama tener dominio de mí mismo. Siento mucha frustración, y nadie sabe por lo que estoy pasando. Las personas y los médicos no me dieron esperanza en el pasado, pero yo me concedí un período más corto de tiempo para mi recuperación total. Sé que no estoy aceptando el hecho de que no soy más el viejo Naji."

Al comienzo de su estadía en Canadá, Naji lidió con "las mismas viejas cosas", todo tipo de terapias y una vida de práctica de la virtud de la paciencia. Estaba cansado de ir a diferentes centros de rehabilitación. Si bien podía manejar la terapia de todos los días, la idea de la neuropsicología lo hacía enfadar. El creía que no necesitaba ningún tipo de ayuda mental. Cuando finalmente accedió a ver a un neuropsicólogo en Montreal, se dio cuenta de los beneficios de hablar con alguien acerca de sus preocupaciones y miedos. Naji se dio cuenta de que su viejo patrón de no apreciar las cosas era negativo y destructivo para su desarrollo. Siendo penosamente consciente de lo que debía hacer para cambiar, simplemente no podía encontrar la disciplina para hacerlo. El deseo de independencia se convirtió en un incentivo para continuar con la terapia y ansió llegar a vivir solo algún día. Al pensar en lo rápido que pasaba el tiempo, estaba preocupado por estar entero físicamente para poder estar feliz desde el punto de vista emocional.

Fue en esta época que Naji también decidió concentrarse en su salud. Dejó de fumar y comenzó a comer alimentos más nutritivos. También había manifestado este tipo de determinación anteriormente, cuando hacía dieta y ejercicio en el gimnasio durante la secundaria. Ahora, su meta era similar. El resultado dependía de la capacidad que había descubierto hace poco de concentrarse y utilizar la autodisciplina. Siendo crítico y, por momentos, juicioso, ahora se daba cuenta de que juzgar a los demás lleva a hacer un juicio de uno mismo. Hacía todo solo y sentía que lograba cosas porque tenía un mayor sentido del valor de uno mismo. Su idea de logro se basaba en sus cualidades internas, más que en los bienes externos. Al relajar su mente para poder concentrarse, creó una realidad virtual. Esta realidad combinaba su discapacidad con la fantasía de su recuperación.

Con gran anticipación, Naji hizo planes para viajar a Atenas durante julio de 1999. Su llegada estuvo repleta de viejos amigos, viejas actividades

y viejos recuerdos. Estos recuerdos lo confundieron y lo pusieron triste. Había soñado con volver a ser completamente normal, pero cuanto más lo creía, la realidad se tornaba fría y difícil. Estaba mucho mejor, y tal mejoría era visible, pero no era el viejo Naji ni incluso el Naji que esperaba ser. Al menos, no aún. Durante las semanas que estuvo en Grecia, mantuvo un diario. Y, un día, escribió: “Quiero ser mejor que el Naji que fui alguna vez. Si no es físicamente, definitivamente, más sabio, ya que aprendí muchísimo del accidente. Una técnica para volver a ser casi la misma persona que solía ser es enfocarme y concentrarme a fin de fortalecerme”.

Naji estaba entusiasmado acerca de retomar su vida en Atenas, pero su entusiasmo se transformó firmemente en una confusión emocional. Tenía demasiados conflictos entre su pasado y la realidad presente. Las personas, los lugares y las situaciones de su vida anterior le ejercían presión y los sentimientos eran abrumadores. Vacilaba entre lo que recordaba que podía hacer y lo que realmente podía hacer. El viaje no le brindó el placer, el alivio o la satisfacción que necesitaba.

Durante este viaje, escribió en su diario: “En agosto de 1999, alcancé alrededor de un 85% de salud. Olvídalo. Voy a seguir todo el recorrido. Cuando hagas algo, hazlo bien. Sólo hazlo, sólo hazlo. Pensé en darme un año más y ver los resultados. Comencé a apreciar la vida, a valorar las cosas y, por último, comencé a valorar a las personas. Me desperté un día y me di cuenta de que me trajeron al mundo, y me ahorré de pensar varias veces de que era parte del mundo por una razón. En el pasado, siempre decía que la vida había llegado a su final y todo se había acabado. Ahora digo que la vida recién empieza.” Creyó estas palabras y se convirtió en una nueva persona. Un día se despertó y se dio cuenta de que el dinero no es tan importante como la buena salud o el valor de la vida. Este descubrimiento contrastaba con el adolescente que solía ser, cuyo sistema de creencias giraba en torno de “desear y adquirir”. Esta filosofía le dio estabilidad mental y una nueva apreciación de las personas y de las cosas a su alrededor. Mejoró sus capacidades organizacionales, y mantenía una agenda en la que registraba su programa diario.

El mejor tratamiento es asistir a la universidad y vivir una vida normal, como todos los demás. Olvídate del pasado. Tengo la oportunidad de lograrlo, al igual que la mayoría de mis amigos. Puedo caminar, pensar y, sobre todo, estoy consciente. Honestamente, no me importa. Podría haber sido peor. La vida es mi tratamiento”.

Tres años antes, Naji nunca se hubiera imaginado que iba a pronunciar esas palabras. La vida puede ser injusta, pero siempre te da la oportunidad de crecer y aprender. Escribió en su diario las palabras siguientes:

“Imagínate a ti mismo en dos años a partir de ahora y considérate una persona normal, salvo que se necesite una ventaja por discapacidad muy importante”. Durante alguno de los momentos de mayor oscuridad, salía a caminar por las montañas para respirar aire puro por unos momentos. Luego se decía a sí mismo: “Nunca, nunca, pero nunca dejes que las personas sientan lástima por ti, salvo que te guste que sientan lástima. Siempre ten orgullo y dignidad”. Durante estos momentos, consideraba a las demás personas menos afortunadas que él y se daba cuenta de que tenía la capacidad de ser más feliz. Comenzó a apreciar lo que tenía y el momento que atravesaba en su vida.

Estos eran nuevos pensamientos para Naji, ya que acostumbraba ir por la vida con un sentido de indiferencia. Expresó estas ideas tanto oralmente como por escrito. Habiendo cambiado física y espiritualmente, vislumbró que un día se despertaría en perfecto estado. A medida que pasaban los días e iba logrando movimientos, vio cómo iba progresando. Se dio cuenta de que la recuperación dependía del tiempo, la paciencia y de gran esfuerzo. Ansiando un nuevo milagro, insistió en que podía hacer cualquier cosa. Su mayor miedo era no recuperarse, así que jugaba juegos con su subconsciente para convencerse a sí mismo de que un día sería perfecto a los ojos de los demás. Se dio cuenta de que engañarse a sí mismo de esta manera realmente funcionaba. Al creerlo con el corazón, Naji comprendió la delgada línea que existe entre la realidad y la fantasía, y la relación entre la concentración y el resultado. Finalmente había tropezado con el poder de la concentración y su beneficio para las habilidades físicas y emocionales. Se dio cuenta de esto durante una sesión de fisioterapia en Montreal, cuando su terapeuta, Frank, le dijo que debía integrarse a la sociedad. Le aconsejó a Naji que viviera en la realidad, en lugar de esconderse en alguna parte, esperando que ocurra otro milagro. En este momento, Naji enfrentó su situación actual con la verdad y no viviendo una ilusión. Al mirarse al espejo, veía a un hombre joven a unas semanas de cumplir 20 años. En lugar de caminar con dificultad, ahora se movía de manera más refinada, más equilibrada. Su visión, memoria y concentración mejoraron notablemente. Le iba bien en la escuela y estaba motivado por sus clases y la terapia. El comunicarse con sus amigos por teléfono e Internet le proporcionaba bienestar y fuerza.

Si bien tenía dificultad para concentrarse cuando estaba cansado, las capacidades mentales de Naji permanecieron fuertes después del accidente. No era consciente de lo poderosa que puede ser la mente hasta que se volvió más serio y se dijo a sí mismo: “Debes desafiarte y considerar que todo es posible”. La idea motivó a Naji a desempeñarse con normalidad con un cuerpo que se rehusaba a escuchar y no recordaba lo que había hecho

antes de la lesión cerebral. Su mente recordaba la libertad física y le rogaba a los brazos y piernas esa libertad. Sus brazos y piernas seguían sus órdenes, pero con limitaciones. El pensamiento determinaba a la estructura física y emocional a estirarse y a ser desafiada. De a poco, Naji aprendió que la mente es una espada de doble filo. Un lado es el enemigo, mientras que el otro lado es el salvador. Naji envió el siguiente fax a un amigo en Atenas:

“Un día en la universidad, no lograba concentrarme en el problema que se explicaba en la clase. Luego, comencé a preguntarme: “¿Por qué tengo tanta dificultad para concentrarme?” Se me ocurrió una idea. Es la tensión en la mente. ¡Vaya! Si la mente puede sentir tensión, y sabemos que todo viene de nuestra mente, esto significa que la tensión en mi cuerpo proviene de mi mente. ¡GENIAL! ¿He comprendido? Si relajo mi mente, mi cuerpo se relaja. Es simple. Es tan simple que parece que fuera muy fácil. Bien, ¿cómo funciona? ¿Cómo puedo relajar mi mente? El concentrarme en demasiadas cosas genera tensión. Solución. Concéntrate en una única cosa a la vez”.

Como resultado de “muchas sesiones de terapia y sermones de personas que lo aman y lo apoyan”, Naji dejó atrás su actitud prejuiciosa. La madurez lo convenció de que “no podía irse y no podía salir”. Naji hace su propia terapia mediante la concentración y el uso de la autodisciplina. De a poco, va comprendiendo y apreciando el significado del respeto por sí mismo y por los demás.

Estar con Naji Cherfan es una experiencia estimulante. Su comunicación es directa y, si bien su conducta es por momentos egoísta, tiene un encanto único. Naji continúa desarrollando su mente y experimenta con grandes pensamientos. Ha descubierto una gran cantidad de bendiciones que tornan su vida satisfactoria y llena de oportunidades. Un día, descendió las escaleras que conducen al departamento de la familia en Montreal. A medida que descendía en la oscuridad, se dio cuenta de la insignificancia de sus pensamientos hasta ese entonces. A veces, estaba “enganchado” entre su mente y su corazón, hasta el punto en que ya no podía negar un propósito para su vida. Debía pensar en grande, ir más allá de lo que quería su ego o de lo que sus patrones le indicaban que debía hacer. Repetía en voz alta: “Soy sólo yo, yo mismo y yo”. Esta vez, creía en sus palabras. Comprendió que tenía las cualidades para el éxito y todas las bendiciones que su familia, amigos y el amor podían brindarle. Contento porque era época de verano, estaba agradecido con los terapeutas y médicos por ayudarlo a encontrar aquel nuevo espacio brillante donde las cosas tenían sentido. Se reía para sí mismo y decía: “Sólo véanme volar”.

Durante los años de tratamiento, Naji mantuvo un diario y quería escribir un libro contando su experiencia. En 1998, comenzó a editar sus diarios, dándole prioridad sobre todas las demás actividades. Este proceso lo acercó a su meta de escribir un libro que describiera los eventos que llevaron al accidente, el período en coma, el tratamiento y la recuperación. “Conozco tantas personas que pasaron por casos similares, incluso peores, pero ninguno de ellos efectivamente habló sobre sus experiencias. Yo lo hice simplemente para sacarlo a la luz y para que todos sepan por lo que pasé. Más que nada, mi intención es ayudar a todos aquellos que están en la misma situación en que yo estaba. Todo lo que dice este libro es muy personal, pero yo tenía que sacarlo a la luz y expresar lo que sentía”. Por último, terminó el libro en su mente y se lo dedicó a los terapeutas que lo ayudaron a caminar y al que lo ayudó a respirar y hablar desde el centro de su cuerpo. Finalmente, comprendió las palabras de su padre: “La paciencia es una virtud; hay tiempo para todo; y no tengas miedo”.

Un estado de realidad es aquel basado en hechos y en la verdad. Cuando una persona vive en la realidad, las condiciones alrededor de ella son prácticas, honestas y genuinas. Tales condiciones no siempre son confortables o placenteras, pero la incomodidad demanda atención y obliga a estar conscientes. Cuando una situación se torna dolorosa, uno se ve forzado a quitar el velo de la ilusión que tan misericordiosamente nos separa de lo que deseamos olvidar. Naji Cherfan le escribió estas palabras a su familia en Atenas. “Mi vida se ha convertido en una realidad virtual. Pero ¿saben qué? La realidad es dura.” Estas palabras fueron el resultado de un mal estado de ánimo debido a la fatiga. Sus cambios de estado de ánimo eran un recordatorio constante de cuánto había cambiado su vida a raíz del accidente. Siempre que se sentía triste o estaba deprimido pensaba: “Y qué, todos tienen sentimientos así.” Reconocía la existencia de los demás y comprendía que, de muchas maneras, él era igual que todos los demás. Empezó a sentir que “cada uno de nosotros tiene su propia cercanía con Dios”. Un joven pensante renacía de la disposición necesaria para manejar las condiciones de su vida. Luchaba por contener la frustración, pero tenía la costumbre de comenzar peleas para eliminar la tensión que sufría en su cuerpo y en su mente. Escribió: “Sólo necesitaba descargar la tensión en alguien”. Controlaba sus estados de ánimo a través de la natación, la respiración y la meditación.

A medida que Naji Cherfan maduraba, compartía sus lecciones de vida y trabajaba en ellas a fin de crecer. Se dio cuenta de que una parte de él tenía una visión renovada de la vida. Aún cuando estaba de malhumor y cansado, era igualmente feliz. Naji se dijo a sí mismo que el tiempo es espacio dividido en pequeños pedazos, y escribió en su diario: “El tiempo es el

momento de la mente, desde el pasado hasta el futuro y desde el futuro hasta el pasado, pasando por el presente. A quién le importa escribir (o no escribir) un libro sobre su vida cuando está tan ocupado escribiendo sobre su propia vida. Por qué nos preocupamos tanto por la vida cuando está sucediendo. La vida es como un juego. Cuantas más cosas buenas hagas por los demás, más recibirás y más ganarás. Concéntrate y no te distraigas. Si no soy feliz, digo: "Seré feliz". ¿Qué es ser feliz hoy? La felicidad es sentirse bien. Sentirse bien, bien, bien. Entonces, bien, estoy súper bien, bien, bien. Ahora tengo los pensamientos correctos. Quiero ser mejor que el Naji que fui antes. Hoy es un nuevo día. Tenemos algo que hacer.

Voy a ser muy amable y fenomenal con la gente. Todos me van a amar porque yo los amo. Así es como se ha transformado mi vida. Todos están contentos. Voy a sonreírles. Si no estás contento y tienen un problema conmigo, entonces, no hagas tanta historia de ello." Naji había alcanzado un estado donde cuanto menos tenía que trabajar en su recuperación, más se tornaba en un desafío. A medida que mejoraba su estado físico, también trabajaba sobre su temperamento y mostraba cambios positivos en su actitud y su conducta. Las palabras de su padre: "La paciencia es una virtud; hay tiempo para todo; y no tengas miedo", se habían convertido en parte de la existencia diaria de Naji. George Cherfan le brinda una fuente de fortaleza e incentivo a su hijo, y Naji había comenzado a apreciar más que nunca el ejemplo de sabiduría y coraje de su padre.

De manera lenta pero constante, Naji Cherfan se acercó hacia su recuperación y la promesa de una vida con propósito y sentido. Descubrió la voluntad de vivir con plenitud, a la vez que desafiaba su discapacidad. Su experiencia lo había motivado en su deseo de ser un ejemplo para los discapacitados. Al compartir su historia con los jóvenes discapacitados, Naji Cherfan se consideraba a sí mismo "un milagro en potencia", y creía que seguramente había otros milagros allí afuera esperando tener lugar. El coraje y la perseverancia son los requisitos para la recuperación, junto con el tiempo y la oración. Una vida de la virtud de la paciencia lentamente se había convertido en una realidad virtual.

El 8 de junio de 1999, Naji Cherfan escribió lo siguiente y lo envió por fax a un amigo en Grecia: "Mientras estuve en Canadá, me di cuenta de que no tenía tantos problemas con mi cuerpo. Entonces, ¿qué hay de malo si mi mano izquierda y mi pierna derecha no funcionan al 100%? Después de todo, nadie es perfecto. Tengo mucha suerte. Hay personas que no tienen piernas o brazos. Debo aceptar las cosas y mejorar lo más posible, ser feliz conmigo mismo, como soy, y luego hacer todo lo posible por mejorar. No habrá límites en cuanto a lo que mi mente puede lograr." Diez años después

de la lesión cerebral que le costó la vista, el habla y la capacidad de moverse, este joven está logrando cumplir sus sueños. Ha aprendido que la paciencia es una virtud y la pone en buena práctica. El camino que comenzó con el accidente, luego, el coma y la terapia hasta llegar a una vida normal continúa para Naji Cherfan.

“Querer es poder”

Virgil

Capítulo III (1999 – 2006)

Notas Virtuales

1. Negación. Vivía en la negación, y aún sigo viviendo, en parte, en la negación. Finalmente me he dado cuenta de que necesito aceptar algunos hechos de la vida. Nadie es perfecto. Este es un hecho que no aceptaba. Quizá me estoy dando cuenta cuán profundo y doloroso era recuperarme del accidente. ¿Hubiera sido capaz de ser la persona que soy si no hubiera tenido el accidente? Hora. Ha llegado la hora de dejar de lado la negación y comenzar a adaptarme a mi vida.

2. He aprendido a construir principios adecuados y a guiarme por ellos, y que si uno cree en algo, debe saber por qué cree en ello.

3. Una voluntad y fe sólidas me guiaron durante mi recuperación.

4. Necesito resguardarme de algunos de mis pensamientos. Cuando era un niño, usaba una analogía de obtener una actitud positiva de multiplicar dos cosas negativas. Ahora comprendo que si respondo de manera positiva a algo negativo crearé una energía positiva.

5. Sólo aquéllos que pasaron por una experiencia traumática similar a la mía pueden comprender lo que estoy atravesando.

6. Un problema que enfrente después de nueve años de tratamiento y gran esfuerzo es dejar que los pensamientos obsesivos controlen mi vida. Si bien he logrado mucho, necesito comprender que hay mucho más por lograr. Cada experiencia me da una llave para abrir una puerta diferente a todas las áreas de mi vida. Debo usar estas llaves cuidadosamente, sin abusar. Todos tenemos el potencial para ir hacia adelante, con amor. Me incentivaron a que tenga la autoestima alta, y comprendí que la madurez llega a través de la experiencia.

7. Nos hacemos tanto problema por nosotros y las cosas que tenemos. No siempre es un día soleado. A veces necesitamos imitar a la naturaleza. Nadie es perfecto.

8. Siempre tendremos malentendidos. Yo tengo una actitud positiva y veo la parte positiva de la vida a través del amor, el trabajo y el juego.

9. En esta vida, nacemos sin nada y, al morir, nos vamos sin nada. Manejamos nuestro propio espacio y cómo queremos vivir esta vida.

10. Las personas entran en tu vida por una razón. Si las personas están destinadas a estar juntas, el amor verdadero los une y Dios los bendice.

11. No tengas miedo. Cierra la puerta a la corriente del miedo y déjalo atrás.

12. Cuando oramos sinceramente, únicamente la fe verdadera puede marcar un sello en la mente, el corazón y el alma. Aprendí a “orar por lo que quiero y a trabajar por lo que necesito”.

13. Me siento mucho mejor cuando ayudo a alguien y luego veo una sonrisa en su rostro.

14. No permito que las opiniones de los demás perturben mis sentimientos. Quizá las personas creen que te conocen. Al fin y al cabo, sólo tú sabes quién eres y lo que necesitas. No se trata tanto de abrir la mente, sino de expandir el corazón.

15. Todas mis experiencias me muestran y enseñan la virtud de la paciencia. La paciencia es el amor verdadero y la belleza absoluta.

16. Todos tenemos un sexto sentido. Me di cuenta de que, a veces, puedo ver y sentir muchos mensajes ocultos.

17. El ser independiente, ocuparme de mí mismo y creer que soy capaz de hacer todo lo que me propongo realmente me ayuda a crecer.

18. Sólo Dios puede dar y quitar la vida. Nos dio la vida y la capacidad de ser creativos. Dios nunca nos abandona. Son los seres humanos los que se alejan de Dios.

19. Cuando el hombre desea algo, piensa en ello. El pensamiento se convierte en líquido. El líquido va a las células. Si piensas en mover el dedo de tu mano izquierda, entonces, el líquido va a las células que están a cargo de esa área. Si las células en esa área han sufrido una lesión o traumatismo, entonces, llevan el mensaje del líquido, pero lo interpretan mal, entonces, cuando envían el mensaje al dedo, la orden es incorrecta. No es el error del dedo o

del pensamiento. El problema está en las células que son responsables de enviarle el pensamiento al dedo: Existe una cadena funcional entre el pensamiento, la célula y el dedo. Si existe un problema con algún eslabón de la cadena, todo se ve afectado.

20. La experiencia me enseñó que si imagino el movimiento de cualquier parte de mi cuerpo, eventualmente lo haré. La perseverancia, concentración y disciplina fueron los requisitos para este esfuerzo. El sufrimiento individual de una lesión cerebral debe encontrar la manera de concentrarse en la parte del cuerpo que ha sido afectada por la lesión.

21. El cuerpo es un caparazón, sólo una casa. El cuerpo no define quién eres. Si alguien te dice que eres limitado, tal es su propia percepción de tu cuerpo. Pero no eres tú. Alguien puede convencerte de que tú eres tu cuerpo. En ese caso, las limitaciones de tu cuerpo se convierten en lo que eres.

22. Las peores dos palabras alguna vez creadas son "No puedo". Dios no escucha tus palabras; escucha tu corazón. Con perseverancia, tu mente puede alcanzar lo que sea que tu corazón desee. Virgil una vez dijo: "Querer es poder".

Algunas de las cosas más difíciles:

1. Si me resulta muy difícil caminar por la calle y luego intentar abrir una puerta, alguien más la abrirá por mí. Eso es muy amable de su parte, pero luego me digo a mí mismo, a veces, en voz alta: “¿Qué?!” Hablo seis idiomas y crees que no puedo abrir la puerta. Finalmente he comprendido que las personas ven sólo lo que quieren ver.

2. En muchas ocasiones, incluso me he medido en función de la evaluación de los demás. Al tratar de satisfacer las expectativas de los demás, siempre arrancaré de cero. El dejar que muchas personas me evaluaran y el ir a todos esos diferentes centros fue la experiencia más difícil que he atravesado. Al estar buscando siempre un camino corto hacia la recuperación, me he engañado a mí mismo. Sentía que alguien, en algún lado, me daría la clave de la gratificación instantánea. La paciencia fue mi mejor apuesta. Parece muy fácil de decir. Bien, es fácil, pero aprendí que todo debe hacerse primero de manera lenta y cuidadosa.

3. También me di cuenta de la razón de mi existencia. No venimos al mundo y luego SIMPLEMENTE nos vamos, ¡¡no!! El accidente me enseñó que sobreviví para contarles a los demás mi experiencia. Cada uno de nosotros sufre de manera diferente, a fin de aprender sobre la vida y las personas. Esto significa el crecimiento y la evolución del alma. Mi experiencia me ha hecho pensar en satisfacer las necesidades de los demás.

4. Una gota continua de agua puede hacer un agujero en una roca. Esto me inspiró a seguir intentándolo y nunca darme por vencido.

5. El atarme mucho a algo requiere desapego.

6. Nuestra concepción de lo que es normal es relevante para la persona. Lo normal es, sin embargo, lo que la persona define como normal.

EPÍLOGO

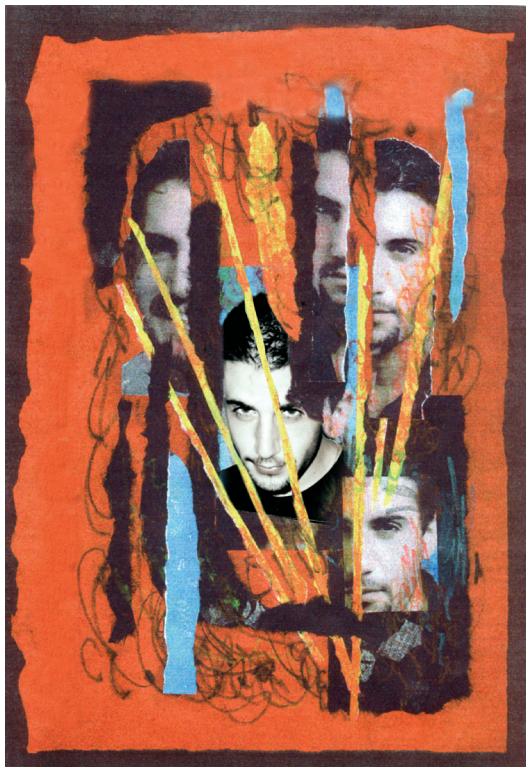
De 1999 a 2001, Naji y su padre viajaron a centros de tratamiento en Arizona, Texas y Florida. En cada ciudad, conocieron médicos y personas buenas que ayudaron a la recuperación y el progreso de Naji. Por último, Naji se mudó a Florida, donde hizo muchos amigos. Estudió multimedia en el Art Institute of Fort Lauderdale y luego regresó a Grecia, donde se inscribió en BCA (Business College of Athens) y se graduó con el título de asociado en comercio electrónico. Durante los últimos tres años, trabajó en la empresa familiar en la administración y las relaciones públicas. Durante los años de su recuperación, continuó escribiendo y editando sus escritos. Su recorrido es un camino de determinación, coraje y cambio. Sus pensamientos más recientes figuran en las últimas páginas de este libro. Estas son las palabras de un hombre que tomó una experiencia traumática y la transformó en una manera de vivir. Naji Cherfan tenía 17 años cuando tuvo la “experiencia que duró dos segundos” que lo obligó a analizar todo lo que alguna vez había sabido y aprendido. El 20 de noviembre de 2005, cumplió 27 años. Esta década de su vida se revela en las “Notas virtuales”.

Al lector:

Gracias por su interés en mi historia, ya que me hizo revivir
el acontecimiento.

“La victoria pertenece al más perseverante”

Napoleón



La Virtud de la Paciencia

A la edad de diecisiete, Nají Cherfan sufrió una lesión cerebral que lo dejó en coma. Al despertar, no podía moverse, hablar ni ver. Él cree que esto le dio la experiencia de ser un bebé dos veces en su vida. Sin embargo, en la segunda oportunidad, estaba consciente y había madurado de una manera más difícil. Desde el momento en que Nají pudo hablar otra vez, tuvo una gran necesidad de contar su historia, a fin de comprender lo que sucedió y el por qué sucedió. El hecho de poner sus pensamientos y emociones en palabras lo ayudó a convertirse en la persona que es hoy en día.