**“Quiero que me digan lo que no deseo escuchar”**

**Dr. Alejandro Jadad**

### El buscador

Inquieto, incapaz de dejar de hacerse preguntas y rápido, muy rápido. Su currículo es inmenso, fundador del Centro (de referencia mundial) de Innovación en Salud Global de la Universidad de Toronto, y de la escala de Jadad, la herramienta más utilizada para evaluar la calidad de los ensayos clínicos en el mundo. Pionero en el tratamiento y estudio del dolor, lidera la Iniciativa Global para una Buena Muerte. Reconceptualizó el concepto de salud y de felicidad. Según la revista Times es uno de los diez hispanos más influyentes del mundo. Pero nada de eso le acomoda. Hace un par de años este vitalista publicó El festín de nuestra vida, que resume su filosofía entusiasta. La UOC acaba de investirle doctor honoris causa.

La persona más importante de nuestra vida somos nosotros mismos. Tenemos una voz interna que siempre está ahí, orientándonos, pero la ignoramos.

**Una voz muy loca a veces.**

O muy cuerda. Se trata del mí, no del yo, que es el responsable de todos nuestros apegos y una carga muy fuerte. El mí es el que siente. ¿Qué pasaría si tu yo se comunicara con tu mí?

**¿No se comunican?**

Es una conversación eternamente pendiente que uno aplaca conversando con los otros. Da miedo hacerse ciertas preguntas. Y además enfatizamos el ver para creer, cuando en este momento deberíamos revertirlo.

**¿Creer para ver?**

Sí, creer en otras posibilidades, tanto personal como colectivamente, porque los modelos de vida que tenemos nos están haciendo más daño que beneficio. Yo provengo del sector de la salud, que en realidad es el de la enfermedad, y soy docente en un sistema que uniformiza.

**Esto sí es autocrítica...**

El sistema sanitario nos enferma y nos mata, el educativo nos embrutece, el financiero nos empobrece, el alimentario nos envenena y el político nos oprime. Debemos reimaginar, repensar, reconectar. Las preguntas son esenciales.

**¿Cuál es su pregunta?**

A nivel personal, cómo ser libre (es decir prescindible) y cómo morirme tranquilo, las dos cosas que más miedo nos dan.

**Es muy abstracto.**

Siendo médico, cómo conseguir que la población esté más sana sin mí que conmigo. A nivel de especie, cómo conseguir alinear nuestras necesidades con la conciencia de ser parte de un superorganismo que va más allá de la Tierra y que no entendemos.

**Cierto.**

Somos muy arrogantes como especie, y probablemente lo que más nos ayudaría es la aceptación de nuestra insignificancia, naturaleza efímera y dependencia.

**¿Cuándo empezó su cuestionamiento?**

Cuando era pequeño mis padres se estaban separando y discutían. Me sentía muy solo, pero un día oí mi voz interna, me di cuenta de que no estaba solo y comencé a preguntarme cosas.

**Una de sus preguntas, qué es la salud, le llevó a liderar un estudio internacional.**

Era algo que me había cuestionado y en un evento en la OMS levanté la mano y lo pregunté. La OMS la definía como un estado de completo bienestar físico, mental y social…, pero ¿quién tiene eso?... Allí estaba la editora del British Medical Journal, que me propuso comenzar una conversación global para averiguarlo.

**¿Qué concluyeron?**

Que más que una condición debería de ser una habilidad para adaptarnos y gestionar los desafíos físicos, mentales y sociales, y eso nos abre la posibilidad de aprender a ser saludables como sociedad, de enfocarnos en ello. Creer para ver.

**¿No estamos enfocados en ello?**

Vemos la salud como la ausencia de enfermedad, y ese combate contra la enfermedad nos lleva a una paradoja: los efectos secundarios de los medicamentos, las complicaciones de las intervenciones y los errores son la segunda o tercera causa de muerte en los humanos.

**También preguntó a sus colegas si querrían morir como sus pacientes.**

Sí, en un congreso internacional sobre cuidados paliativos, una de mis áreas, y nadie levantó la mano. Eso me llevó a otro gran estudio cuyo resultado es que queremos morir en casa, sin dolor y rodeados de nuestros seres queridos, y a una iniciativa global para una buena muerte.

**Usted simuló su propia muerte.**

Superé un diagnóstico de cáncer (2008) y decidí prepararme para la muerte. Me metí en el ataúd. Mi familia cargó el cetro. Escogí mi música fúnebre con la que me despierto a diario.

**Poderoso revulsivo contra el desánimo.**

Dediqué tiempo a mis remordimientos, a pedir perdón, a agradecer, a enfrentar las frustraciones. “Si tuvieras la oportunidad de repetir indefinidamente tu vida sin poder cambiar nada, ¿querrías?”, preguntó Nietzsche.

**¿Quién quiere eso?**

Nadie, cierto, pero a mí me sirvió para decirme: A partir de ahora viviré de tal manera que si me dieran esa oportunidad diría que sí. Ese fue el gran cambio, y me busqué cómplices para conseguirlo: mi esposa, mis hijas, mi equipo.

**¿Qué les pidió?**

Franqueza, que me digan lo que no deseo escuchar. Todos tenemos puntos ciegos en los que no somos capaces de ver cómo nos dañamos y dañamos a los demás. Les pedí que me guiaran para ser mejor compañero, padre, médico. Nos sentamos una vez al mes para hablar de ello.

**¿Y qué ha aprendido?**

Que hay mucho por desaprender, pero la mayoría son aprendizajes inconscientes, y por tanto sólo nos queda saber cuál es nuestro norte.

**¿Y cuál es su polo magnético?**

Consciente de que hay que tomar decisiones en la incertidumbre, sólo hago lo que me hace sentirme tranquilo y libre.

**Póngame un ejemplo.**

Todo lo que tengo cabe en dos maletas. Hace diez años, mi familia y yo probamos de vivir ligeros de equipaje. Nos gustó. Vendimos nuestra casa y lo regalamos todo. Le damos valor a lo que queremos darle valor, todo es un símbolo.

**¿Cómo lograrlo a nivel colectivo?**

Tenemos de todo en abundancia, salvo dinero, que está diseñado para generar escasez.