

AFRONTAR LA MUERTE CON VERDAD Y ESPERANZA

*"Tengo que hacer de la muerte
mi muerte propia, preparada, conformada, trabajada, dada a luz por mí mismo".
Rilke*

La muerte es parte de todas nuestras vidas, nos guste o no algún día nos ocurrirá. Dentro del ámbito en que nos movemos esto significa que respeto la postura de los que creen que la muerte comporta un final radical y absoluto y que lo mejor es ignorarla, no darle importancia, tomarla con tranquilidad. La muerte es innata, es parte de la existencia y solo debemos aprender a vivir el momento: estar aquí, conscientes de lo que hacemos y no torturarnos por lo que vendrá en el futuro; y sobre todo encontrar la pasión, nuestro más profundo deseo del alma.

Mi ensayo se integra en dos partes:

- 1) Actitud de verdad frente a la muerte.
- 2) Actitud de esperanza.

I. ACTITUDES FRENTE A LA MUERTE

Las actitudes frente a la muerte podrían reducirse a cinco:

- a. La muerte *eludida*. Es la actitud más frecuente puesto que la muerte es lo contrario a la vida, la considera como obscena y paralizante. Hoy por hoy la muerte no puede ser eliminada pero sí la preocupación por ella; la fe en el progreso ha llevado a la humanidad a la eliminación de la conciencia de la muerte y a la vez del pensamiento en el más allá. El progreso de la medicina que prolonga la edad y la juventud (abuelos y abuelas jóvenes) produce una conciencia confusa de eterna juventud, una esperanza pseudo-científica de inmortalidad.
- b) La muerte *negada*. Se le quita peso e importancia. Es una simple despedida: "Adiós, lo he pasado muy bien".
- c) La muerte *apropiada*. La muerte no es algo extrínseco, algo que nos venga de fuera. Es algo que llevamos con nosotros. La muerte no es algo que esté por delante, está en nosotros, camina con nosotros.
- d) La muerte *absurda*. La muerte no es una posibilidad, sino la aniquilación de todas las posibilidades. El morir no nos perfila, ni cumple nuestra vida, la muerte nos enajena por completo. Hace de nosotros una especie de *presa de los vivos*, es decir de los que nos sobreviven.

II. ACTITUD DE VERDAD ANTE LA MUERTE

Para mí la muerte es una cosa muy seria. Pienso que el bagatelizarla no es simplemente humano. Que es normal que nos embargue la tristeza.

Estoy en contra de los que naturalizan la muerte, de los que quieren una tumba que nadie conozca, de los que deciden que sus cenizas sean arrojadas al mar.

El olvidar o camuflar o naturalizar la muerte no es ni deseable ni quizás posible.

"Si el ser humano es un valor absoluto y único, la muerte de cada uno es una tragedia y una pérdida irreparable. No hay historia que le consuele", y estamos tan desamparados cuando reflexionamos sobre la muerte.

Pero si cabe experiencia de la muerte si caben *presentimientos* de ella. Por supuesto que el ser humano es el único viviente que sabe teóricamente va a morir.

Afirma Voltaire: "La especie humana es la única que sabe que tiene que

morir”.

Pero además de esta oscura certeza de la propia muerte como horizonte, existen esos *presentimientos* como anticipaciones de nuestra propia muerte;

¿Cuáles serían esos presentimientos?

Primer presentimiento: El hecho personal de sentir *pasar el tiempo*.

Segundo presentimiento. Lo constituyen las *despedidas*: cambiar de país, ser lanzado al exilio, verse obligado a emigrar.

“Partir es morir un poco es morir a lo que se ama se deja un poco de sí mismo en toda hora y todo lugar.”

Si, la despedida es una experiencia más o menos fuerte de desposesión, de desnudamiento. Es un anticipo de lo que será la última y radical despedida.

Tercer presentimiento. *La enfermedad grave*. Es aquélla que nos sitúa en un punto que muy bien podría ser irreversible. La enfermedad sería con su experiencia de desvalimiento, de incertidumbre un anticipo de la muerte. Quizás, sólo el que ha pasado por este trance puede comprender esta anticipación.

Cuarto presentimiento. *El envejecer*. Es un auténtico tabú en nuestra cultura de la cosmética y de la cirugía estética. El envejecer, entraña un sentimiento progresivo de limitación a las posibilidades de expansión y de realización del yo. Es lo que revela la experiencia de encaminarse a la muerte.

Quinto y último presentimiento. *La muerte de los que amamos*.

No simplemente la muerte de los otros. Mi conciencia sí está ahí hasta el final y aun después en la muerte de los que me dejan para siempre.

La muerte de otro me revela el fondo de la experiencia mortal. El otro se aparta radicalmente de mí.

Con este duelo experimento mi propia muerte, mi propia ausencia, si no como actual, sí al menos como necesaria en cierto modo como próxima.

III. ACTITUD DE ESPERANZA ANTE LA MUERTE

Además de una actitud de verdad ante el problema de la muerte, yo defendería una actitud de esperanza. La esperanza es un afecto o vivencia de espera y espera positiva, a diferencia del miedo y el terror. Dilata el ánimo, no como el miedo y el terror que encogen el corazón. Es uno de los sentimientos más humanos. Hablo de la esperanza como agilizadora de la vida de la persona. La desesperanza, por el contrario es inmovilizadora y no se debemos confundir esperanza con optimismo.

El optimismo es superficial e ingenuo, la esperanza es profunda, sería, provista de fundamento.

Es verdad que a lo largo de la historia se ha pensado en la muerte como en un final absoluto. Pero también existe la convicción de la muerte como algo superable. Millones creen y han creído que la muerte no es un final absoluto. Han contado con el *más allá*. Así las grandes religiones históricas, como el hinduismo, el budismo, el islamismo y el cristianismo.

Durante la etapa de aceptación, admitimos definitivamente que vamos a morir, aunque hasta aquí, siempre tuvimos la esperanza de que exista algo que nos salve la vida. Sin embargo, cuando caemos en cuenta de que esto es imposible, comenzamos a experimentar una gran paz espiritual en la que sólo deseamos morir tranquilamente.

No podemos seguramente demostrar con la razón la supervivencia de nuestro yo. Sin embargo la filosofía del conocimiento insiste hoy en que la razón y la lógica no lo son todo. El corazón tiene también sus razones, sus intuiciones, la esperanza tiene también sus propios ojos.

Creo que en el momento de la muerte; una mente tranquila, pacífica con el pensamiento puesto en Dios, nos llevara a un estado de profunda calma. Y concluyo que hasta los no creyentes comprenden que es mejor morir de una manera pacífica y no con ira, odio, culpa etc.

La muerte, inevitable en nuestra existencia, es un acontecimiento absurdo soportado con ignorancia y pasividad. Y así en una visión universal, la existencia del mal, o la inexistencia del alma ya no le dieran sentido, la muerte perdería toda comprensión y justificación. Y es justamente la pérdida de sentido que hace que el temor a la muerte sea difícilmente manejable.

Cada persona se enfrenta a la muerte de manera diferente y ante esta posibilidad, existen tantas reacciones como personas en el mundo. Pero, las mismas están determinadas en gran medida por la edad y la personalidad de cada quien. Saber enfrentar la muerte, es saber vivir, es saber Ser Humano; donde la esperanza nos hará luchar.

Escrito por: Luz Maria.

BIBLIOGRAFIA

GONZALEZ DE C., O., *Madre y muerte*, Salamanca, 1993.

TOLSTOI, L. (2011) *La muerte de Iván Ilich*. NEZAHUALCOYOTH.

HEIDEGGER, M., *Ser y tiempo*, México, 1962.

MANDINO. O. (1993) *El ángel número doce*, México: DIANA

NULAND, S., *Cómo morimos*, Madrid, 1995.

RUIZ DE LA PEÑA, J.L., *El hombre y su muerte: antropología teológica actual*, Burgos, 1971.

SARTRE, J.P., *El ser y la nada*. Buenos Aires, 1964.

WWW. GOOGLE.COM.MX