

Ars moriendi

Allí donde lo infalible y la certeza se repliega, aparece la negación, la represión, la angustia, el miedo, la culpa... Actitudes y emociones usuales, un laberinto cultural construido en torno a la forma de vivenciar y sentir la muerte.

La muerte al igual que la sexualidad constituye parte de la naturaleza humana. Ambos aspectos se han materializado como tabú en nuestra cultura, constituyéndose en objeto de manipulación y dominio. Si bien en los últimos tiempos los cambios se han sucedido de manera diferente en uno y otro caso. La diferencia entre los dos estriba en la aparición de nuevos discursos sobre la sexualidad y la diversificación en la expresión de sus prácticas, algunas obligadamente ocultas, todavía hasta poco. Ha habido, ciertamente, un cambio importante en la forma de vivir la sexualidad modificándose en formas más abiertas e integradoras. Algo que no ha sucedido con respecto a la muerte. La tendencia en este caso es acallarla y ocultarla. Se puede decir que, en algún sentido, el silencio sobre ella es ahora más sutil, pues el mutismo ante dicho tema se produce en una cultura que deifica permanentemente la juventud, estigmatiza la vejez y clandestiniza la muerte. Los discursos, rituales y vivencias en torno a la muerte han evolucionado pero no se ha experimentado una apertura y aceptación como lo que es, un hecho consustancial del ser humano.

Los antiguos mitos de la muerte con sus dioses y espacios sagrados, o posteriormente los discursos y rituales tradicionales, propios de un contexto agrario y religioso, han sido fundamentalmente integradores para un tipo de comunidad cohesionada. Pero ese universo ha caído cada vez más en desuso o bien ya no satisface realmente las necesidades psíquicas y emocionales de la persona resultando insuficiente para orientar y dar sentido a su vida. Además, la evolución que se observa no ha dado una apertura a formas más aceptadoras y receptivas del hecho natural de la muerte, pues ni los diferentes grupos sociales ni las instituciones no religiosas las han sustituido por otras.

La expansión del conocimiento científico y tecnológico lejos de aportar sentido a la impermanencia y la muerte parece ocuparse en exclusiva de lo contrario, su negación, afanándose en su prolongación con la inmortalidad como meta. En consecuencia, el abordaje de la muerte se ha profesionalizado y se lleva a cabo fundamentalmente desde la medicina y prácticas administrativas de diversa índole. A distancia le siguen otras disciplinas como el tratamiento del duelo (psicoterapia), la antropología o la sociología. Es un hecho que la muerte se ha medicalizado pero, como es obvio, su campo es restringido quedando fuera de su competencia el mundo interno del ser humano. Nos referimos a la muerte subjetiva, internalizada, la que puebla las ideas, pensamientos, obsesiones y sentires..., la que anida en la mente y corazón del individuo.

Lo que resulta habitual es que no se ofrezca la posibilidad de expresar, contrastar y reflexionar sobre los distintos aspectos de algo tan complejo como es el tema de la muerte. Existen pocas opciones en donde poder hacerlo y si, en cambio, una gran carencia sobre todo en distintos ámbitos educativos que abarcan desde la infancia hasta la vejez. Ante esta carencia se hace evidente la necesidad de nuevos relatos, relatos que vayan más allá de las creencias y resulten útiles y significativos para afrontar una realidad tan íntima.

Si bien se puede dar un aprendizaje ante la pérdida del otro, sobre todo cuando se trata de alguien cercano y querido, posibilitando preguntas sobre la identidad, el tiempo, el apego o la impermanencia, no obsta para estar a la espera de que tal hecho suceda. Por esta razón es un reto abrir un debate en diferentes ámbitos sociales -educativos, sanitarios...- capaz de suscitar la reflexión así como una actitud de apertura y flexibilidad para poder integrarla en lo cotidiano y desde una nueva comprensión generar otras perspectivas. Entonces reflexionar sobre la muerte y compartir experiencias y saberes se convierte en herramienta útil para tomar conciencia de las representaciones, creencias y construcciones mentales que poseemos sobre el inevitable fin de nuestra vida. Es así como podremos plantearnos preguntas que vayan más allá de las categorizaciones que se tiene de uno mismo y la vida, y de esta manera pasar de las palabras que enmascaran el miedo a actitudes más serenas, vitalmente comprensivas y predisuestas a una aceptación genuina.

Se hace necesario salir de la univocidad del discurso negador de la muerte. Conocer, investigar e inspirarse en las prácticas y los discursos filosóficos de otras culturas, útiles para la reflexión sobre la naturaleza humana, la vida y la muerte, así como para la experiencia interna de la autoindagación. Todos estos universos confirman la multidimensionalidad y plasticidad del ser humano. Así lo constatamos cuando, más allá del mundo racional o emocional, identificamos y reconocemos experiencias que por falta de referencias, de hecho, suelen pasar desapercibidas. Hablamos de percepciones como pueden ser los distintos estados de concentración, la intensa interacción o fusión con los objetos del mundo externo, o el silencio mental. Todo ello no hace sino descubrirnos nuestro universo mental y abrir nuevas vías de percepción, necesarias para poder abrirnos a la vida y a la muerte con mayor comprensión y una actitud más abierta. En definitiva se trata de transitar a universos recónditos, a ese no-lugar en el que la identidad individual no posee las fronteras de la realidad ordinaria. A ese presente en el que tiempo lineal de pasado a futuro se desvanece, y a ese instante silencioso que asoma al umbral del infinito.