

The background is a soft, warm, light-colored gradient. Several butterflies of various species and colors (including orange, blue, brown, and green) are scattered throughout the scene. Some are in flight, while others are perched on the rim of a clear glass jar at the bottom of the frame. The jar is empty and has a simple, rounded design.

Víctor Manuel
Cabanillas

MORIR HOY:

la muerte
desterrada

Desclée De Brouwer

Víctor Manuel Cabanillas Gutiérrez

Morir hoy: la muerte desterrada



Desclée De Brouwer

© Víctor Manuel Cabanillas Gutiérrez, 2019
Imágenes tomadas de Pixabay

© EDITORIAL DESCLÉE DE BROUWER S.A., 2019
C/ Henao, 6 - 48009 BILBAO
www.edesclee.com
info@edesclee.com

 EditorialDesclee

 @EdDesclee

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley.

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos –www.cedro.org–), si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

Impreso en España – Printed in Spain

ISBN: 978-84-330-3022-1

Depósito Legal: BI-1944-2018

Impresión: Itxaropena, S.A. - Zarautz

Espiritualidad en tiempos de cambio.

La ola es el mar

Descárgalo gratis en edesclee.info con el código:

ESPIRITUALIDAD3022

Sabes que eres aquí y ahora.
Vive al máximo cada latido de la existencia,
para profundizar en la herida de la vida.
Anda a fondo el camino del Retorno,
desde el árbol a las últimas estrellas.
Con la frente limpia,
una sonrisa en los labios
y en los ojos la Llama Viva.
En el pecho el corazón del mundo
y en la espalda dos grandes alas blancas
como dos grandes Silencios unidos en el ritmo.
¡Oh Uno de Todo en Todo!
¡Oh pequeña llama de Luz que palpita en el alma!
¡Oh latido infinito del palpitar eterno!
¡Oh Silencios de Silencio!
¡Oh Soledad del Sendero!
Descalzos son tus pasos sobre los mundos.
Sediento del Agua Viva,
buscando en cada esquina del tiempo
al Ser del que eres el reflejo.

(Arroyo, 1984)

Índice

Prólogo <i>por Marta Villaceros Durbán</i>	11
Introducción	13
1. La muerte, un encuentro ineludible.	19
1.1. Cuando la muerte viene a nuestro encuentro	21
1.2. Morir hoy: la muerte desterrada	31
1.3. Humanización de la muerte: Los cuidados paliativos. . .	37
2. El corazón herido: al encuentro con el espejo del otro.	49
2.1. Agentes de Salud	57
2.2. ¿Sanador? ¿Herido?	67
2.3. Peregrinos del hades, al encuentro con nuestra sombra	77
3. El proceso terapéutico como vía de integración de la propia muerte	87
3.1. El proceso de terapia. ¿Qué proceso? ¿Qué terapia? . .	91
3.2. Morir para aprender a morir	107
3.3. Al tercer día resucitó, la esperanza	117
Conclusión	123
Bibliografía	129

Prólogo

Este texto engancha como engancha la vida. En él, Víctor Cabanillas revisa las diferentes formas de comprender y vivir el proceso de muerte a lo largo de la historia y, con sencillez y mucha cercanía, nos re-explica la metáfora del sanador herido.

Este ensayo permite darse cuenta de muchas cosas. Para empezar, de que en algún punto de la historia, los seres humanos perdimos la capacidad de afrontar la muerte y, con ello, probablemente perdimos la capacidad de afrontar la vida.

Víctor nos relata cómo y cuándo pasamos de vivir una muerte aceptada socialmente a vivir una muerte clandestina, provocando en la persona al final de la vida una horrible sensación de desahucio.

Valiéndose de la mitología griega, abre una vía desde el dolor de la muerte hasta la Vida vivida en profundidad y enfoca el proceso de muerte como oportunidad y no como fracaso. Nos habla de integrar y de darle sentido a la muerte, con todas sus paradojas. De embellecerla encontrando la paz. Nos habla de ser peregrinos del hades, o de ir al encuentro de las luces y de las sombras.

A los profesionales de la salud nos cuestiona en nuestro quehacer diario y en nuestra “titulitis”, ¿desde dónde nos acercamos y qué significa para nosotros la muerte?, ¿acompañamos y

facilitamos el tránsito o evitamos nuestro miedo acallando el proceso? ¿Qué somos, sanadores heridos o heridos titulados? Como Víctor deja claro, la profesionalización técnica no nos hace personas maduras capaces de permitir hablar de la muerte, ni de abandonar los tabúes de nuestra cultura actual.

Este libro nos aclara la necesidad que tenemos los seres humanos –y la responsabilidad de los que acompañamos momentos difíciles y procesos psicoemocionales complejos– de enfrentar nuestros vacíos. Vacíos que gritan ante la muerte, ante la propia y la ajena, desde el abismo de la soledad. Nos explica por qué se crece al mirar nuestras heridas, por qué el sanador ha de ahondar en su miedo si quiere algún día acompañar a otro en su dolor.

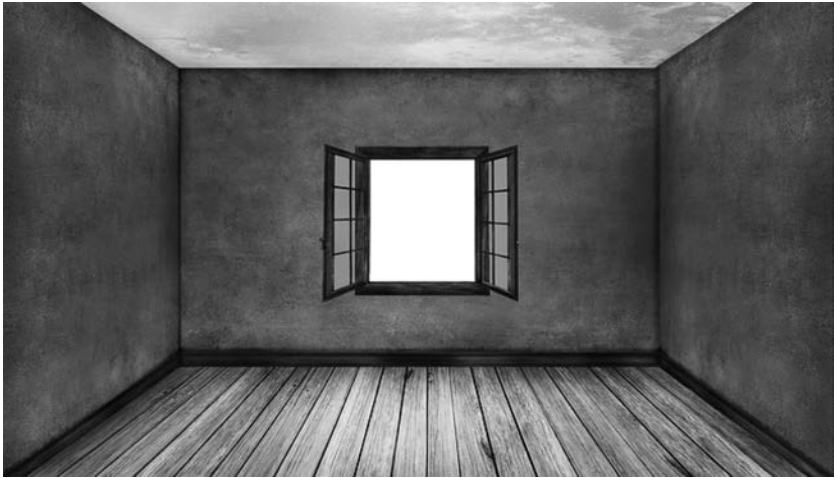
Nos cuenta cómo el profesional de la salud puede establecer una verdadera relación de ayuda, honesta, alma con alma, miedo con miedo.

Desde este precioso texto, Víctor nos propone un viaje mítico, al encuentro con la epopteia. Nos invita a convertir el sufrimiento en triunfo interior, a vivir los propios fracasos y heridas como proceso de vida. Más aun, Víctor nos abre su alma para exponernos, desde su propia experiencia de arqueólogo emocional, cómo “se puso el casco, encendió la linternita y se adentró en sus oscuridades” para poder continuar con su vida.

Víctor nos ayuda a comprender la misteriosa continuidad y lo que una y otra vez se nos olvida, que no todo está perdido, la muerte no es el final sino que lo es la Vida.

Marta Villacieros Durbán
Madrid, otoño de 2018

Introducción



Hace una tarde soleada de marzo. Se respira calma en los pasillos de la Unidad de Cuidados Paliativos (UCP). Los profesionales y familiares caminan por los mismos realizando sus tareas o charlando íntimamente entre ellos.

Al entrar en una de las habitaciones, esta se encuentra en penumbra. Hermanos, hijos, la esposa, se encuentran alrededor de la cama del paciente. Un hombre de más de 80 años. El ambiente cálido, se halla nutrido por una emoción que atraviesa el corazón nada más entrar. El paciente tiene los signos de la proximidad de la muerte. La familia, unos con la emoción contenida y otros sollozando, esperan el momento de la partida que les ha sido comunicado por el personal de la Unidad. De la misma manera que la primera respiración del neonato, inaugura su vida en esta tierra, la última exhalación está a la espera de determinar su partida.

La familia han tenido la oportunidad de prepararse ante la proximidad de la muerte de su ser querido a través del magnífico y sensible trabajo de los profesionales de la UCP. Han podido hablar con él, preparar los asuntos familiares para que paciente y familia estén tranquilos con los asuntos materiales. El dolor físico ha sido mitigado y se han podido despedir de él, serenamente.

Al traspasar la puerta con la psicóloga de la UCP para apoyar a la familia, la emoción se contagia en nosotros. El espacio devenga en un momento sagrado, ante el profundo misterio a la que la muerte nos confronta. A nuestra finitud poniendo contrapunto a una idea de eternidad, con la que tratamos de escapar de la muerte. A nuestra impotencia ante lo que no podemos controlar. Al terror que nos origina el vacío que pueda derivar nuestra no-existencia al morir, cuando no nos sustenta unas creencias espirituales o religiosas.

INTRODUCCIÓN

¿Cómo afrontare la mía? ¿Cómo será mi partida? Preguntas que íntimamente surgen ante la presencia de la muerte y confrontan con los sentimientos y creencias. ¿Estaré preparado para dejar partir? ¿El miedo y la angustia se apoderaran de mí, agarrándome a un hálito de respiración para así, ilusoriamente creer que puedo escapar del final? ¿Final de qué?

Preguntas, sentimientos, emociones, miedos que surgen ante el encuentro con la muerte. Es un final o el comienzo de una nueva etapa. O tan solo un transitar.

Estas consideraciones que en gran medida nos hacemos todos los seres humanos en algún momento de nuestra existencia, ¿cómo nos afectan a los que nos dedicamos como agentes de salud (médicos, psicólogos, enfermeras, trabajadores sociales, etc.), estando en continuo contacto con la muerte, sea esta la física o la muerte psíquica, de aquello no vivido?

¿Nos podemos preparar para ese momento?, ¿hay un camino que podamos recorrer para prepararnos al momento de nuestra extinción física?

Estas preguntas que, a lo largo de estas páginas pretendo de forma sencilla exponer, no son nuevas. Tanto en los clásicos latinos como, en el contexto cristiano por mencionar tan solo estas dos aproximaciones, se habla del camino a preparar para la muerte, una buena muerte. Disponemos de textos que tuvieron difusión a lo largo de los siglos XV al XVIII que instruían a prepararse a la partida, tales como *Ars moriendi*, o *Tractatus de art bene moriendi*. Así podemos encontrar admoniciones, como las de Tomás de Kempis, (como se cita en Urdeix, 2008, p. 7), en su poema “Negligencia en meditar sobre la muerte”:

Muy pronto te encontrarás en este trance
Y además te fijaras en cuál es tu condición:
Hoy goza el hombre de vida y mañana no le veremos más.

De igual manera que desaparece de la vista,
También pronto cae en el olvido.
El corazón humano es insensible y duro:
Solo persigue las cosas del momento presente
Y nada cuentan para él las del futuro.
En todo lo que haces y piensas deberías comportarte
Como si hoy fuera cuando ibas a morir.
Si tu conciencia está tranquila,
La muerte no te dará miedo alguno.
Evitar el pecado es mejor que zafarse de la muerte.
Si hoy no estás preparado, ¿acaso lo estarás mañana?
Nada es lo que sabes del día de mañana,
No sabes siquiera si habrá un mañana para ti.

Introduciendo, de manera sintética, las formas de morir que a lo largo de la historia se han dado, y como se ha hecho frente a ella. Para luego referirnos a la manera de morir hoy. Haciendo referencia, en los primeros capítulos de este trabajo, a las Unidades de Cuidados Paliativos. Y sobre todo al papel del agente de salud. Incidiendo especialmente, no en su preparación técnica, fundamental y necesaria, sino partiendo de la metáfora del sanador herido, profundizar en la figura de quien se expone a la muerte sea esta física o como mencionamos al principio, psíquica y lo que moviliza en él y sus posibles efectos.

En una segunda parte de esta exposición, de carácter experiencial y personal, abro una puerta a explorar, a través de trabajos terapéuticos vividos en primera persona, vías de acceso a la muerte psíquica.

Un encuentro con las heridas del sanador. Heridas que en cuanto no están sanadas, como si de una herida física se tratase, nos desangran a lo largo de la vida. Heridas sustentadas en el miedo al encuentro con el dolor personal, con el dolor psíquico,

con el dolor existencial, con el dolor espiritual. Muriendo poco a poco, antes de morir, a través de enfermedades psicosomáticas, de depresiones de profundas raíces existenciales, de sinsentido vital.

En este sentido, comparto con el lector, primero una aproximación a través de procesos terapéuticos, al encuentro con la muerte sustentada en nuestro interior, con lo que Jung denominó “la sombra” y las implicaciones de su no integración. Y por otro lado, una reflexión sobre como acercarnos a nuestras heridas internas, fruto de nuestra biografía personal, a través de un proceso analítico como ritual de paso, con sus pros y contras.

Ambos procedimientos, posibilita un encuentro vivo con el inconsciente personal y colectivo, abriendo a la consciencia las heridas profundas que albergamos en nuestro corazón y que imposibilitan el encuentro sereno y nutricio con nuestra alma. Sin este encuentro, la transcendencia no es posible.

Permítanme introducir unas palabras de la epístola del maestro Bernardo Pérez (1497-1547) a la señora doña Francisca de Castro, duquesa de Gandía (como se cita en Rey, 2003, p. 25-27) y como desde el siglo XVI, nos hace una hermosa descripción del sentido espiritual de la vida:

Toda la vida que el hombre vive en este mundo desde que nace hasta que muere, según opinión de buenos filósofos, es una preñez de naturaleza. En esta manera: que cuando el hombre nace del vientre de su madre, entra en el vientre de naturaleza, y cuando el hombre muere es el parto de naturaleza [...] el hombre tiene dos concebimientos, dos vidas, y ninguna muerte. Alta cosa es decir que cuando el hombre sale del vientre de su madre entra otra vez en el vientre de su madre, y que cuando sale de la vida entra en la vida [...]. En el primer parto se desnuda el hombre de aquella tela en que nace envuelto, en el segundo se despoja

del cuerpo, para que salga el alma de prisión. De manera que lo que llamamos muerte es parto para la vida, y lo que llamamos morir es nacer... Sabemos que ha de nacer como niño recién nacido cuando saldrá de este vientre del cuerpo, ¿y no le aparejamos mantillas y pañales para la envolver? Las mantillas y pañales son las buenas obras, sin las cuales no nos dejarán entrar en las bodas del Cielo [...]. Desean tener los hombres lienzos para una mortaja, y aun se tiene por gran desventura no tener para una mortaja el día de la muerte: cuanto, pues, es mayor desventura no tener ropas espirituales en que envolver el ánima cuando la desnudan del cuerpo.

El propósito de los siguientes capítulos es generar una reflexión a partir de la metáfora del sanador herido, sobre la necesidad que el encuentro con la muerte nos genera, y si es posible una preparación para este tránsito, ya no solo técnica y racionalmente, a través de una adecuada especialización en conocimientos; sino humanamente, en un saberse dejar ir, al encuentro con nuestro corazón.

1

La muerte, un encuentro ineludible



La vida del hombre se trama en el telar de plata,
siguiendo una urdimbre que él no ve,
mientras las hilanderas trabajan y los husos vuelan
hasta el alba de la eternidad.

Algunos husos tienen hilos de plata,
y otros tienen hilos de oro,
pero muchos solo pueden contener
los colores más oscuros.

Mas la hilandera con ojo experto sigue
el vuelo y el vaivén de cada huso,
y ve la trama tan diestramente urdida
mientras el telar se mueve con firme lentitud.

Dios sin duda planeó la urdimbre;
cada hilo, el oscuro y el claro,
se escoge con destreza suma
y se incluye en la trama con cuidado.

El sólo conoce su belleza,
y guía los husos que contienen
esos hilos tan pocos atractivos,
así como los hilos de oro.

Sólo cuando cada telar calle
y los husos cesen de volar,
Dios revelará la urdimbre
y a todos explicara por qué
los hilos oscuros eran tan necesarios
en la diestra mano que hilaba
como los hilos de oro y plata
para la urdimbre que El planeaba.

“El telar del tiempo” de William Blake

(como se cita en Bennett, 1995, p. 610-611)

1.1

Cuando la muerte
viene a nuestro encuentro



El hombre a lo largo de su historia, desde el Neanderthal hasta ahora, ha dado sepultura a sus muertos. Siendo esta, la sepultura, la que da testimonio universal, de la muerte humana. En la sepultura se constata el sentido espiritual del hombre. Como señala Morin (2011), “no existe prácticamente ningún grupo arcaico, por primitivo que sea, que abandone a sus muertos o que los abandone sin ritos” (p. 23). Trasladándonos la idea de que la muerte nos acompaña desde los albores de la humanidad, como un acontecimiento al que se respeta y teme.

La muerte ha enfrentado al hombre a la conciencia de su temporalidad y al horror del “no ser”. Despertando en él, tanto ideas de un espacio trascendente/espiritual, como de una nada angustiosa. Esta conciencia de su ser mortal, le ha llevado a buscar la inmortalidad como mecanismo de defensa, huyendo de la muerte, construyendo una “mentira vital del carácter” (Becker, 2003, p. 11), como una primera línea de defensa que nos protege contra la dolorosa conciencia de nuestra indefensión y vulnerabilidad ante la misma. Una segunda línea de defensa será la sociología del momento, plagada de un heroísmo infantil, donde el héroe sale siempre inerte de las situaciones más catastrófica, escapando de las heridas mortales. Esa visión heroica, donde la muerte no existe, viene amplificada por la frivolidad de la misma. Acostumbramos a ver siempre la muerte en la televisión, en las películas, como la muerte del otro. El héroe siempre sale indemne, ante situaciones límite, escapando una y otra vez, de sus garras. Pero en esta ocasión, es un héroe que huye de la muerte. No se enfrenta a ella, ni tan siquiera mirarla.

Nuestros antepasados de la costa mediterránea oriental tenían por héroes a aquellos que habían traspasado la línea de la muerte y regresado vivos. Dando lugar a cultos místicos donde el héroe era alguien que había regresado de la muerte (Heracles, Orfeo,

Eurídice) y en nuestra tradición cristiana, se celebra el triunfo de Pascua de Jesús resucitado.

Como nos recordaba el maestro Bernardo Pérez (como se cita en Rey, 2003), la muerte viene a nuestro encuentro nada más nacer y lidiamos con ella, a lo largo de toda nuestra vida. Y, ¿cómo lidiamos con ella?

A lo largo de la historia el encuentro con la muerte ha sido vivido desde la particular cultura de la época, implicando a los hombres a un estar y sentir particular. Pasaremos una revisión de las mismas, para entender mejor cómo es el morir hoy.

Realizaremos esta mirada a los distintos tipos de enfrentar la muerte a lo largo de la historia de la mano de Philippe Ariés (2017). Para así posteriormente, entender cómo afrontar la misma desde nuestros temores a su encuentro. Ariés en su investigación sobre los ritos funerarios y la manera en que la humanidad ha tenido de dar sepultura a sus muertos, distingue distintos tipos de muerte. Diferencia la muerte domesticada, la muerte propia, la muerte ajena y la muerte prohibida, en el orden enunciado.

a) La muerte domesticada

Era la muerte de los caballeros de la canción de gesta o de las narraciones medievales. Era una muerte advertida, pues uno no se moría sin haber sido advertido de saber que iba a morir. “Conviene señalar que la advertencia venía dada por signos naturales o, con mayor frecuencia, por una convicción íntima, más que por una premonición sobrenatural o mágica. No había trampa posible ni modo de fingir que no se había visto nada” (Ariés, 2017, p. 25). La persona al saber de su muerte, toma las disposiciones que ha interiorizado a lo largo de su vida, para una muerte digna y noble que le permita entrar en el otro mundo con la grandeza

debida. Este se dispone a esperar la muerte echado, yacente, para que su rostro mire siempre al cielo. Con su cabeza orientada a oriente, hacia Jerusalén. Con tal disposición puede cumplir con el ceremonial tradicional.

El primero es el lamento por la vida. La persona al final de su vida hace una evocación, triste y discreta de los seres y cosas amados, evocando los logros alcanzados y las experiencias recorridas. Tras el lamento por la vida, viene el perdón de los compañeros, de los asistentes que rodean al moribundo por el daño que les haya podido causar en vida y encomienda a Dios a los que le van a sobrevivir. Es una ceremonia pública y organizada, en la medida que la habitación del moribundo se convierte en un lugar abierto a los vecinos, amigos y familiares. También se llevan a los niños para que asistan al ceremonial que habrán de aprender. Todo ello se hace, sin un carácter dramático. La muerte es familiar y próxima. Se admitía la muerte apaciblemente, aceptándola sin excesos emocionales.

Tras lo cual, es tiempo de olvidar el mundo y de pensar en Dios, a través de una plegaria, donde primero, el moribundo confiesa sus culpas, en voz alta, con las manos juntas y levantadas al cielo, rogando a Dios el perdón para así, poder entrar en el Paraíso. Tras lo cual, reza, según las investigaciones de Ariés (2017), “Padre Verdadero que jamás mientes, Tú que evocas a Lázaro de entre los muertos, Tú que salvaste a Daniel de los leones, salva mi alma de todos los peligros...” (p. 30) para la salvación de su alma.

Después de los rezos venía la absolución dada por el sacerdote que leerá salmos e incensará el cuerpo, rociándole con agua bendita. Esta absolución se repetirá, nuevamente, sobre el cuerpo del muerto en el momento de la sepultura.

Con posterioridad a estos rituales se espera a la muerte que ha de venir sin tardanza. Si ocurre que la muerte tardará en llegar,

la esperará callado. El silencio no se llenará de palabras vanas. Y se retirará en calma, con el deber cumplido.

Había una familiaridad con la muerte y una coexistencia entre los vivos y los muertos. Los muertos les resultaban familiares, como familiarizados estaban ellos con la idea de su propia muerte. Lo cual no eximía de un temor a la vecindad de la muerte que, los llevaba a lugares apartados, honrando las sepulturas. El mundo de los vivos debía de estar separados de los muertos.

b) La muerte propia

Aparece durante los siglos XI-XII, durante la Baja Edad Media. Durante este periodo habrá modificaciones sutiles que darán un sentido dramático y personal a la relación del hombre con la muerte.

Si bien el hombre experimentaba la muerte como algo natural, de la que no trataba de escapar, aceptándola con justa solemnidad, se introducen aspectos que darán lugar a una vivencia de singularidad a la muerte. Los fenómenos que Ariés detecta en sus investigaciones son: *“la representación del Juicio Final, en la postrimerías de los tiempos; el desplazamiento del Juicio Final de cada vida, en el momento puntual de la muerte; los temas macabros y el interés por las imagines de la descomposición física; el retorno a la epigrafía funeraria y a un principio de personalización de las sepulturas.* (Ariés, 2017, p. 44).

En la concepción anterior, la muerte domesticada, no había sitio para una responsabilidad individual, de recuentos de buenas y malas acciones a la hora del Juicio Final. Por pertenecer a la Iglesia, tenías asegurado un sitio en el Paraíso, tras una espera de sueño, sin juicio ni condena, hasta el Juicio Final.