

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL PERU

FACULTAD DE EDUCACIÓN



**PONTIFICIA
UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DEL PERÚ**

**“ENCUENTROS FORMATIVOS PARA ENFRENTAR
LA MUERTE”**

Tesis para optar el Título de Licenciado en Educación
con especialidad en Filosofía que presenta el Bachiller

Pbro. Felipe Fortunato Calle Chang

Asesora: Dra. Elsa Tueros Way

San Miguel, mayo de 2017





RESUMEN

¿Por qué ocultar la muerte? ¿Por qué no reflexionar que es y que no es la muerte? ¿Por qué hacer de ella un tabú?

Si la muerte es la certeza de la vida, si la muerte es tan frecuente como la vida y mutuamente se generan, se condicionan y contienen entonces, así como se enseña a vivir, habría que enseñar a morir con dignidad.

Se pretende reflexionar sobre el misterio de la muerte que nos empeñamos en ocultar, con serenidad, con libertad y respeto a las vivencias, experiencias y creencias que giran en torno a ella. Queremos estar preparados para que cuando toque a uno de nuestros seres queridos, en el momento que sea y de la manera que sea, evitemos negarla, y más bien sepamos asumirla, no alejarla sino adueñarnos de ella para enfrentarla, conocerla y aceptarla y podamos sacar de ella su enseñanza.

Queremos estar atentos, para que cuando nos llegue, estemos listos y preparados y sea no un camino al vacío, sino una puerta de esperanza que nos pone en el camino hacia el encuentro definitivo y total con Cristo “Rico en misericordia”.

Podemos enseñar para afrontar la muerte a los jóvenes, dar contenido para abordar esta realidad, dar pistas para replantear su sentido y ofrecer recursos para ayudar a asumirla.

INDICE

Introducción	8
CAPITULO I: JUSTIFICACION Y ANTECEDENTES DEL PROYECTO	9
1.1. Génesis	9
1.2. Formulación del problema	11
1.2.1. Situación problemática	11
Análisis de Factibilidad mediante el método FODA	12
1.2.2. Formulación del problema	13
1.2.3. Identificación de sus posibles causas, efectos e importancia	13
Causas	13
Efectos	14
Importancia	15
CAPITULO II: FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA:	
MORIR, MORIRSE, MORIRME	16
2.1. MORIR: “Una mirada al misterio de la muerte	16
2.1.1. Experiencias de muerte	16
Conclusiones: La experiencia de la muerte	19
2.1.2. La muerte nos hace pensar: reflexión filosófica	20
¿Qué es la muerte?	20
La muerte es universal, inevitable y plural y es un concepto análogo	21
¿Qué significa que una realidad inorgánica deje de existir?	21
¿Qué quiere decir que un organismo biológico, vivo y orgánico, muere?	21
¿Qué entendemos cuando hablamos de ‘muerte humana’?	22
Conclusiones: “el hombre es el único animal que sabe que es mortal”	25
2.1.3. Una mirada cristiana al enigma de la muerte: reflexión teológica	26
La muerte es un hecho que afecta a todos los hombres y a todo el hombre	26
La muerte es consecuencia del pecado: manifestación de la enemistad del hombre con Dios	27
El cristiano en gracia de Dios muere una muerte distinta al pecador	29
El cristiano por la gracia de Cristo vive en permanente tensión	29

Nuestra fe en el Dios de la vida	30
Los cristianos llamados a la Vida:	31
Conclusiones:	32
2.2. MORIRSEME: “He perdido un ser querido y me duele”	33
2.2.1. Reacciones ante la muerte	34
Frente a la pérdida, reaccionamos	34
Los otros reaccionan, intenta ayudar	34
Palabras desatinadas	35
Reacciones que pueden ayudar al momento de la muerte	35
Reacciones atípicas	36
2.2.2. Luego viene el duelo: alivio de tensiones y dolores	37
El proceso humano del duelo	37
¿Cómo es?	38
¿Cuándo?	38
Conclusiones	
2.3. MORIRME: “polvo eres y polvo te convertirás” (Gén 3,19)	40
2.3.1. Lo importante no es vivir mucho, sino, sino vivir virtuosamente	41
Angustia ante el morir y la muerte	41
2.3.2. En esta sociedad de hoy: vivir nuestra propia muerte	42
En esta sociedad de hoy: necesitamos aprender a vivir con confianza	42
Saber vivir con confianza y dinamismo, animados por el Espíritu	43
Saber vivir con confianza y dinamismo, animados por el Espíritu	
Contemplando a Dios que es Amor y Vida verdadera	44
2.3.3. El hombre de hoy, preparándose para la muerte	
Conclusiones	45
2.4. Educar para la muerte	46
2.4.1. El tabú para la sociedad moderna	47
2.4.2. La muerte, un hecho biológico y también biográfico y cultural	49
2.4.3. Educar para la muerte	50
Educación para la muerte	50

Para suscitar una nueva sensibilidad hacia la muerte	51
Para descubrir el valor educativo de la muerte	51
Para afrontar la única certeza de la vida: vamos a morir	51
En sus dos vertientes, preventiva y paliativa	52
2.4.4. Una educación para la Vida	53
Una educación de toda la Vida	59
2.4.5. Conclusión: Una educación para cambiar y transformar la vida	54
CAPITULO III DISEÑO DEL PROYECTO	56
3.1. Descripción del proyecto:	56
3.2. Objetivos del Proyecto de innovación	60
Objetivos generales	60
Objetivos específicos	60
3.3. Estrategias y acciones	61
Estrategias	61
Acciones	61
Criterios de acción	63
3.4. Talleres	64
Taller I: Muerte natural versus muerte violenta	64
Taller II: Mi amigo se ha muerto, ¿qué hago?	65
Taller III: Bienvenida hermana muerte	65
Taller IV: Morir con dignidad	66
Taller V: La muerte es parte de la vida	67
3.5. Acompañamiento educativo en tiempo de duelo	68
3.6. Recursos humanos	69
3.7. Monitoreo y evaluación	70
3.8. Sostenibilidad	72
3.9. Actividades y cronograma	73
RECOMENDACIONES	74

AL FINAL DEL CAMINO: DECÁLOGO PARA EDUCAR PARA LA MUERTE	76
FUENTES CONSULTADAS	80
ANEXO I: FICHA DIAGNÓSTICA	84



INTRODUCCION

No hay duda que cada vez es más frecuente tener que contemplar escenas tan fuertes e impresionantes, así como reales en las que la enfermedad, la soledad, el dolor, el salvajismo, el encarnizamiento terapéutico, le hacen la corte a la muerte para ayudarla a presentar su cara más tenebrosa en las que los familiares y el círculo de amigos se sienten solos, desamparados, impotentes, desarmados con su drama a cuestas sin saber cómo salir de él.

Entonces nos preguntamos ¿por qué no nos educan para la muerte? Si la única certeza del ser humano es saber que tarde o temprano morirá, por qué no nos preparan para afrontar con serenidad este momento y poder digerirla y asumirla y no que la muerte nos agarre desprevenidos e impotentes y nos desbarranque por el abismo de la desesperación, el llanto y el vacío. Por qué no aprovechar el momento de la niñez y la juventud que es más idóneo para irlos introduciendo poco a poco en el misterio de la muerte, no para entenderlo sino para asumirlo.

¿Para que seguir con el guión de educar al hombre como eficiente todopoderoso que con su inteligencia puede dominar el mundo, de hacer creer la figura del joven hermoso, perfecto, atlético, lleno de vitalidad como el ideal cuando sabemos cuán efímero es todo esto y que con la muerte inevitablemente llega a su fin y no podemos evitarlo? Nada de hospitales, nada de cementerios, nada de muertos; así nos pretendemos inútilmente proteger del inevitable momento y cuando llega nos hunde en un profundo vacío y soledad.

Nuestra finitud, nuestra fragilidad, nuestra muerte más aún cuando viene con su rostro más terrible, nos convierte, seamos hombre o mujer, joven o anciano, creyentes o ateos, en alumnos cualificados para recibir formación permanente de la más trascendente asignatura “aprender a enfrentar la muerte”.

Lima, 30 de agosto de 2016
Fiesta de Santa Rosa de Lima

Pbro. Felipe Calle Ch

CAPITULO I

JUSTIFICACIÓN Y ANTECEDENTES DEL PROYECTO

1. El Proyecto

1.1. Génesis: ¿Por qué trabajar el tema “preparándonos para la muerte”?

En la Parroquia Señor Crucificado de Santa, a los pocos meses de estar en la Parroquia, me tocó asistir a una familia que había perdido al hijo de 15 años, su cadáver lo encontraron después de tres días en la acequia, cuando la secaron para limpiarla, se había suicidado. Su madre destrozada me decía, ¿por qué? una mezcla de sentimientos, de culpabilidad, de castigo quizá por los malos comportamientos, de pérdida, de desesperación, no estaba bautizado; a los jóvenes que estaban preparándose para el Sacramento de la Confirmación, algunos eran sus compañeros también de colegio les impresionó la noticia, comenzaron los rumores, los prejuicios, los comentarios que dieron pie para que pudiéramos conversar sobre el tema un buen rato y darme cuenta de los miedos, las creencias y dificultades en torno a la muerte.

Una chica de 22 años, hija de agricultores, la encontraron en el baño de su habitación, se había envenenado tomando los insecticidas del papá que tenía para el campo; era catequista, y nada hacía sospechar de esta decisión. Fue un momento para hablar con su grupo de la muerte, un tema que según ellos nunca habían hablado, tenían miedo, ideas e interrogantes, fue una oportunidad de hablar abierta y largamente sobre el tema. Creo que les hizo mucho bien sacar sus miedos y temores infundados sobre el misterio de la muerte.

Pedro, era un catequista, estaba en el coro, cantaba bonito; tenía 20 años cuando le dijeron que tenía una enfermedad rara que lo iba a debilitar paulatinamente, aun así

él tenía muchas ganas de vivir, en él brillaban siempre la emoción y la alegría. Él sabía que un día no muy lejano tendría que irse, pero le importaba más como caminar por la vida. Tres años después estábamos en el velorio, tenía 23 años y no quería morir, tenía muchas ganas de hacer tantas cosas. Hasta el último día dió testimonio de sus convicciones que le motivaban a vivir: fe, optimismo, esfuerzo, servicio. Estábamos en reunión cuando llegó la noticia de su fallecimiento; el amigo de Pedro dijo “la muerte sabe a quién lleva”. El grupo estaba abrumado por la noticia, no hubo más comentarios. A la salida, Christian y Esmeralda me buscaron, conversamos, hasta que ella dice: “Si habláramos más de la muerte, no nos hallaríamos tan perdidos y confusos al momento de perder a un amigo muy querido y el dolor se haría más llevadero”. Esto me llevó a pensar porque no hablar con más frecuencia y educar sobre este tema a los jóvenes,

Recuerdo perfectamente los duelos más significativos de mi vida. No sé si, en realidad, nuestra vida no quede marcada en muy buena medida por los duelos y por el modo cómo los vivimos. Recuerdo el primero, el de mi abuelo, a mis 9 años. Me despertó mi padre por la mañana llorando y diciéndomelo. Y me acompañó a verle cuando me vestí. A los pies del féretro, en mi fría casa, estaba mi abuela llorando “como ante un dormido encajonado”. Aquello se me clavó en mis células como no podía ser de otra manera. (Bermejo, Revista Humanizar, 2003;2)

Así se inició el proyecto, como una inquietud, desde la experiencia de ver tantas, diversas y todas muy personales, situaciones de dolor, de sufrimiento, de miedo ante la propia muerte y la del ser querido y tratar de ayudar a vivir y asumir este momento tan lleno de misterio. Una inquietud que se fue profundizando en la medida que veíamos estadísticas de muerte en la que se presentaba con su rostro más cruel e inhumano porque las circunstancias que la rodean la hacían cada vez más inteligible – accidentes de tránsito, suicidios, violencia callejera- y las víctimas tenían rostros de niños y jóvenes en la que aparece el sinsentido en su expresión más radical y leía testimonios de pensadores, escritores, artistas, religiosos sobre la muerte.

Hay una situación, que agrava el dolor y el miedo a la muerte y esa es la realidad de nuestra sociedad que es “tanatofóbica” (Bermejo 2003: 7); “¿no será al mismo tiempo el miedo a morir y el aburrimiento de vivir?” (Evely 1980: 27) Es verdad que el miedo a la enfermedad y a la muerte son ancestrales, pero el avance científico y tecnológico que vivimos y que se materializa en grandes hospitales y en

sofisticados tratamientos médicos nos crean falsas expectativas, permiten prolongar la vida de unos pocos, pero no logran protegernos ni del miedo ni de la muerte. Quizá nuestros abuelos hayan vivido la experiencia de la muerte con más naturalidad, porque nosotros hemos conseguido sustituir vidas más cortas y muertes más tempranas y rápidas por vidas más largas y muertes más lentas, prolongadas por intervención médica y tecnología, pero nos estemos distanciando a nivel subjetivo de la experiencia del vivir el morir como última etapa de la vida.

El hombre no suele pensar en su muerte, vive entretenido, sabe que va a morir, pero vive como si fuera a vivir siempre, intenta matar el tiempo, cuando es el tiempo que lentamente lo consume y lo mata como una vela que arde. Pero cuando toca a su puerta un accidente mortal, una grave enfermedad, el fallecimiento de un ser querido, entonces se le viene a la mente la muerte; y como le tiene miedo no sabe qué hacer, se desespera, llora, maldice... “la muerte propia se constituye como el objetivo de toda la vida, que se tensa como un arco hacia ese momento de máxima intensidad vital que es la muerte propia” (Bermejo 2002:17).

Finalmente, hay que señalar que hay autores que apuestan por la necesidad de una educación para la muerte. Es en estos autores se encontró apoyo para el proyecto

“La muerte ha sido y sigue siendo el gran tabú de nuestro tiempo, y aunque en nuestra sociedad de comienzos del siglo XXI hemos superado muchos prejuicios, -podemos hablar de todo, cuestionar, poner en duda, dar soluciones...-, sin embargo, observamos que de la muerte sigue sin poderse hablar. Educar para la Muerte resulta inseparable de educar para la vida, y viceversa. Más aún: es la única manera posible y sincera de Educar para la Vida. Sin duda saber que algún día tenemos que morir, que nuestra existencia es finita, no debe conducirnos ni a la desesperación ni a la angustia, sino a la serenidad de saber vivir intensamente cada momento, porque cada instante de nuestra vida es único e irreplicable y tiene valor por sí mismo y la vida, por esta razón, es apasionante y vale la pena de ser vivida.” (García & Leiva 2011: 4)¹

1.2. Formulación del problema:

1.2.1. Situación problemática (FODA)

Empezar esta sección planteándonos algunos interrogantes que permiten orientar el análisis; ¿Es importante educar a los jóvenes para enfrentar la muerte? ¿Qué tan

¹ Diversas voces se alzan en defensa de una Educación para la Muerte, encontramos a Agustín Herrán y María Cortina. “hoy la Educación para la Muerte es una de esas áreas de experiencia y conocimiento pendientes, cuya normalización en la enseñanza (desde su planificación y desarrollo) es sólo cuestión de unos cuantos vaivenes de opinión, reflexión e investigación en las aulas y un poco más de tiempo y de complejidad de conciencia” (De la Herrán y Cortina 2007: 99); a Elisabeth Kübler-Ross, a Javier Gafo, a Karl Jaspers y otros.

importante es hablar con los jóvenes sobre este tema? ¿Entenderán los jóvenes el significado de la muerte? ¿Qué tan profundo llegará el tema de enfrentar la muerte en los jóvenes? ¿Con qué recursos contamos para llegar con el tema a los jóvenes? Responder a estas preguntas nos dará la guía para clarificar en qué camino estamos para de allí llegar a la meta final.

Análisis de Factibilidad mediante el método FODA

OBJETIVO DE	FORTALEZAS	DEBILIDADES
ANÁLISIS Determinar el nivel de aceptación al tema de la muerte entre los jóvenes y miembros de la comunidad de la Parroquia Señor Crucificado de Santa.	F1 Parroquias con sacerdotes calificados para tratar el tema de la muerte. F2 Jóvenes dispuestos a sensibilizarse y asumir nuevas conductas frente al problema de la muerte.	D1 Personas temerosas a tratar temas relacionados con la muerte. D2 Jóvenes desinteresados, que prefieren otras actividades y huyen del tema
OPORTUNIDADES	Posible línea de acción en la que se integran Fortalezas y Oportunidades.	Posible línea de acción en la que se integran Debilidades y Oportunidades.
O1 Una comunidad preocupada por los temas relacionados a la muerte capaces de buscar resignación. O2 Presencia de diversas instituciones católicas cercanas a la Parroquia Señor Crucificado de Santa.	1 Proponer en las diversas parroquias de la comunidad que el tema de la muerte se desarrolle permanentemente. 2 Capacitar a diversos miembros de las instituciones a cumplir un rol protagónico sobre el tema.	1 Fortalecer a las familias de la comunidad a aceptar la muerte como parte de su vida cotidiana, perdiendo el temor de tratar este tema. 2 Generar interés en los jóvenes a tratar estos temas a partir de la motivación de las diversas instituciones cercanas a la parroquia.
AMENAZAS	Posible línea de acción en la que se integran Fortalezas y Amenazas.	Posible línea de acción en la que se integran Debilidades y Amenazas.
A1 Jóvenes que no toman con seriedad el tema de la muerte.	1 Proponer charlas continuas con respecto al tema de la muerte.	1 Realizar talleres en la parroquia para sensibilizar sobre el tema de la muerte y cómo enfrentarla.

A2 Falta de actitud positiva a enfrentar a la muerte como parte de su vida cotidiana.	2 Sensibilizar a los jóvenes a tomar la muerte como parte de su vida cotidiana.	2 Realizar el seguimiento adecuado a las personas que tienen problemas para asimilar la muerte como parte de su vida.
---	---	---

1.2.2. *Formulación del problema*

No se sabe morir, no se llega a madurar y a elaborar la propia muerte, por lo que la vida nos es arrebatada desde fuera, muriendo de una muerte en serie, que nada tiene que ver con ellos. El anonimato y la banalidad convierten en horrorosa la muerte. Es necesario educar para la muerte.

Educar para la Muerte es la única manera posible y sincera de Educar para la Vida. Saber que algún día tenemos que morir, que nuestra existencia es finita, no debe conducirnos ni a la desesperación ni a la angustia, sino a la serenidad de saber vivir intensamente cada momento, porque cada instante de nuestra vida es único e irrepetible y tiene valor por sí mismo, y la vida, por esta razón, es apasionante y vale la pena ser vivida. El sentido de la vida puede darnos una respuesta al interrogante de la muerte y prepararnos para la muerte de nuestros seres queridos y también para la propia.

1.2.3. *Identificación de sus principales causas, efectos e importancia*

Causas:

Estamos en una sociedad inmadura, superficial, consumista; cuya molécula es el egocentrismo individual y colectivo, vive apegada al cuerpo, a sus cosas, a sus bienes, a sus experimentos, a sus conductas limitadoras que le ofrecen seguridad y consuelo inmediato, pero no duradero; se queda en lo exterior. Hay una falta de cultura generalizada que suscita miopía; vemos bien cuando la mirada es corta y superficial, porque la cosa está delante y cerca de nosotros, pero cuando la vida exige una mirada profunda y sentida, exige que ahondemos y asumamos posturas, entonces nuestra mirada pierde el nivel, se extravía en la oscuridad y el llanto; y cuando la vida nos presiona a alzar la mirada, y nos invita a una mirada de esperanza, entonces se ve borroso, no se comprende, no se distingue, el horizonte pierde relevancia, la

trascendencia pierde altitud y se vuelve inmanencia y no se incorpora a la escena personal y social. Así no se avanza, se retrocede, así no se crece sino se paraliza y se acaba envuelto en el caos, en el miedo y la desesperación.

Existe entre la gente una actitud generaliza, que cuanto menos se piense, se hable, se evite o se oculte la muerte es mejor, cuanto más alejados estemos de ella, menos nos alcanzará y podremos gozar mejor de la vida; que equivocado éste razonar, la experiencia nos dice otra cosa, cuanto más nos empeñemos en alejarnos de la muerte cuánto más difícil se hará el camino de su comprensión y la madurez de la vida no llegará nunca. ¿Por qué nos negamos a entender la muerte? ¿Por qué no queremos aceptarla? si morir es un fenómeno tan frecuente como la vida, ¿por qué la escamoteamos?

A los niños, jóvenes y adultos, lo más probable es que les hayan enseñado cómo ganar dinero, cómo manejar los últimos aparatos tecnológicos, a tener una familia con todas sus comodidades, a construirse una vida llena de lujos y confort, y también que no hayan sido provistos de recursos existenciales para situaciones terribles, como cuando pierdan los bienes, se destruya la familia o se encuentre en situaciones de crisis, haya un accidente, o tenga que enfrentar a la terrible experiencia de la enfermedad, el dolor, el sufrimiento y la muerte. Entonces todo lo tienen que inventar sobre la marcha; y a solas, sin que nadie haya meditado solidariamente con ellos, detenidamente, la condición humana y el dolor del fin.

Efectos

“Es necesario crear espacios de apertura e investigación personal, donde a cada persona se le otorgue la oportunidad de aceptar e integrar la muerte como un hecho natural y hermoso, que libera al ser humano de sus ataduras terrenales, permitiéndole expandir y fundir su esencia infinita...” (Olmedo 2009: 15).

Necesitamos formar a la persona en aquello que es lo más importante, en la conciencia de su condición humana y su finitud: ¿quiénes somos? ¿Dónde estamos? ¿De dónde venimos? ¿A dónde vamos? ¿Por qué el sufrimiento, el mal? Es situarlo en el universo y en la humanidad común y al mismo tiempo reconocer la diversidad y la singularidad de cada uno. Es interrogarlo por su unidad compleja y multidimensional, por su condición cósmica e histórica en constante evolución continua y discontinua,

en su doble principio biofísico y psico-socio-cultural. Es abrirlo a la trascendencia, hombre y mujer creados por Dios que le ha infundido su espíritu y los hace partícipe de su misma vida, le ha dado un proyecto de vida y lo ha llamado a participar de su plenitud. “El siglo XXI deberá abandonar la visión unilateral que define al ser humano por la racionalidad (homo sapiens), la técnica (homo faber), las actividades utilitarias (homo economicus), las necesidades obligatorias (homo prosaicus). El ser humano es complejo y lleva en sí de manera bipolarizada los caracteres antagónicos: sapiens y demens (racional y delirante) faber y ludens (trabajador y lúdico) empiricus e imaginarius (empírico e imaginador) economicus y consumans (económico y dilapidador) prosaicus y poeticus (prosaico y poético)” (Morin 2009:26)

Importancia

No se trata pues de ayuda psicológica en caso de desastres, tampoco una atención por las tensiones o el estrés, o un tratamiento en caso de duelo no superado; no tiene nada que ver con adoctrinamientos basados en creencias o ideologías; se trata de una apertura para la formación que se construye desde la muerte como ámbito de extraordinario potencial formativo, es una formación desde la interioridad, desde la conciencia y desde ella dar pistas para replantear el sentido de todo lo que hacemos.

Se trata de llenar el vacío vital de la persona y de la sociedad, para que sea capaz de conectar la vida con la muerte, conocer la verdad al respecto para no asustarse y tratar de comprenderla, porque entendiéndola se tendrá mayor capacidad para asumir la situación, de otro modo, muchos se pasan toda su vida, tratando de rehacerse de una pérdida o de una ruptura porque nadie les preparó para pasar por ello.

“Debemos encontrar sentido al presente, ya que el aquí y el ahora, tiene sentido en la medida en que algún día tendrá su fin. Si la persona tuviese un tiempo infinito a su alcance, el mañana sería tan bueno como el hoy, y no habría ninguna razón para hacer nada, para empezar nada. El presente, en este marco, dejaría de tener sentido. Sin el horizonte de la finitud no existe ilusión por el instante, por los momentos precarios, frágiles” (Pedrero & Leiva, 2011:4).

CAPITULO II

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA: MORIR, MORIRSE, MORIRME

2.1. MORIR: Una mirada al misterio de la muerte

“La muerte sólo tiene importancia en la medida en que nos hace reflexionar sobre el valor de la vida”. (Platón)

La primera mirada es contemplativa al hecho de la muerte; mirada desde la vida, don precioso y primoroso de Dios que crece con una imaginación, creatividad, complejidad, perfección y dinamismo creador realmente maravilloso, marcada por la confianza en el Dios de la Vida que ha decidido volcarse hacia afuera, en la creación y en la encarnación; y con la mirada puesta en ese espectáculo popular, terrible y horroroso, en la ciudad santa abarrotada de peregrinos por la pascua, que fue la crucifixión y muerte de Jesús, pero también escuchando a los ángeles aquella madrugada del primer día que le dicen a las mujeres *“No está aquí ¡Ha resucitado!”* (Mt 28,6). El Crucificado/Resucitado nos abre la puerta de la Vida, nos enseña el camino y nos acompaña como ‘Buen Pastor’ a la casa paterna.

2.1.1. Experiencias de muerte

*“Así como una jornada bien cumplida produce un dulce sueño,
así una vida bien usada causa una dulce muerte”*
Francois Mauriac (1905-1970) escritor francés

¿Quién no ha vivido de cerca experiencias de muerte frente a las cuales hemos tratado de cubrirnos, porque vimos en ella horror, absurdo, sufrimiento inútil y penoso, algo insoportable? ¿Quién no ha contemplado la muerte de personas que la asumieron con serenidad y esperanza?

Ante nuestra vista están siempre los que transitaron los delicados caminos de la “muerte natural”: los ancianos, que encuentran la muerte frecuentemente como producto de la enfermedad, que en su particular estado de fragilidad resulta mortal, sin embargo, aunque no mediara la enfermedad, “la muerte se produciría probablemente un poco más tarde” (Leep 1967;23). Aunque la muerte natural, casi siempre llega después de un largo proceso de abandono, ignorancia, postración, miseria o soledad que hace de la ancianidad un tiempo difícil de asumir.

La experiencia de la muerte se agrava cuando nos presenta su rostro más grosero, terrible e inexplicable y lamentablemente es cada vez más frecuente, y aunque mucha gente “le echa la culpa a Dios” en su desesperación, sin embargo, sabemos que sucede como producto de cómo ha organizado el mundo el hombre.

Nos quedamos sin palabras cuando los medios de comunicación social nos presentan la noticia, especialmente cuando son niños que mueren en el más completo abandono, han vivido y mueren en una situación de miseria total y las estadísticas la confirman que son el 40% de las muertes en el mundo y lo peor que podían haberse evitado con un poco de justicia y solidaridad con ellos. Ante nuestros ojos aparecen muertos torturados, otros como producto de la violencia callejera, crímenes, guerras, ejecuciones sumarias, abuso policial, violencia de género, violaciones, y desapariciones. En muchos casos son muertes masivas.

Como no quedarnos perplejos ante la escena de personas que encontraron la muerte en accidentes de tránsito; una muerte horrible por el sufrimiento que muchas veces provocan o por el estado en que quedan los cadáveres que le añaden más sufrimiento a los deudos. Igualmente son cada vez más frecuentes las muertes producto de los desastres naturales, muchos de ellos devastadores; terremotos, inundaciones, huaycos, derrumbes, y otros que destruyen familias enteras o borran del mapa pueblos enteros. Es el dolor colectivo de los supervivientes que vieron de cerca la muerte.

Esta también los que mueren después de una larga agonía, de largos, costosos, exigentes y dolorosos tratamientos, en medio de grandes aparatos y en la soledad de una fría habitación del hospital. Que decepción para todos, cuando la técnica y la medicina nos vende una imagen de poder y omnipotencia, nos vende la idea de la eterna juventud, y se esfuerzan por alargar la vida y de quitarnos nuestra fe en la esperanza de la vida eterna. Los progresos de la medicina son espectaculares, la

esperanza de vida especialmente en los países ricos avanza con rapidez; pero con todo, la muerte parece marcar el ritmo, a pesar que el hombre moderno se empeñe en ocultarla. Una ciencia médica que nos coloca ante situaciones complejas, como el suicidio asistido, la eutanasia, el aborto, el ensañamiento terapéutico, que dejan a los parientes una secuela de dolor e incertidumbre difícil de responder.

Y que decimos cuando los noticieros nos enfrentan ante la noticia de un condenado a muerte, una muerte “absolutamente innecesaria”. No se puede invocar la paz y despreciar la vida (Juan Pablo II, Jornada de la Paz 2009:5). Sigue siendo la violencia y la muerte el rostro que presenta la sociedad a los niños y jóvenes de hoy.

Si hay una herencia que nos ha dejado el II Milenio, y especialmente el siglo XX, esa es una herencia de muerte, en su nueva modalidad de muerte: las megamuertes, primero por su magnitud; millares de personas que murieron víctimas de los conflictos armados, como la I y II Guerra Mundial, el genocidio de Armenia (1915) el conflicto Irán-Irak (1980), la Guerra de Kosovo (1999), la Guerra Civil en el Salvador (1981), la Guerra de Afganistán (1978) o el genocidio de Ruanda (1994) y segundo por la manera tan inhumana, tan técnica y tan devastadora que llega: por ejemplo, la que traen la presencia de armas nucleares, con sus víctimas que se calculan en millones, y con la posibilidad de una eliminación real del género humano. “El siglo XX, es un siglo de muerte porque se aliaron dos barbaries: una barbarie que viene desde lo hondo de los tiempos históricos con las destrucciones de ciudades, de civilizaciones, que no se queda nada más que en los imperios de la antigüedad. A esta barbarie de muerte, de tortura, de odio, de fanatismo se ha aliado con una barbarie fría, helada, anónima, que viene del desarrollo técnico y científico que generó una capacidad gigante de destrucción y también de manipulación”. (Morin 1999; 56)

Finalmente nos encontramos con otro tipo de muerte; aquella que vivieron muchos hombre y mujeres entregados a Dios y a su proyecto de salvación, que no les importó entregar sus vidas por amor a Cristo, son los mártires de la fe; y aquellos que dieron su vida por defender a su patria o defender una causa noble; son los héroes de la historia.

Conclusión: la experiencia de la muerte:

Esta rápida mirada por la experiencia de la muerte nos dice que nos hallamos en medio de una gran crisis de orientación social frente a la inevitable experiencia de

la muerte, que ha hecho surgir nuevos problemas y necesidades, e irrumpir nuevos miedos y nostalgias. El drama de la muerte en la sociedad actual es tan vasto como complejo y afecta a todos sin distinción.

El dinamismo natural nos dice que un día hemos de morir, no tenemos elección, somos seres finitos; pero a diferencia de los demás seres vivos, somos los únicos que tenemos conciencia de nuestra finitud y cada muerte se sitúa en un contexto específico. Son millones de personas que mueren como animales salvajes, “Mueren muertes indignas de seres humanos; revientan literalmente, con los miembros extendidos, tan miserablemente como perros vagabundos” (Küng y Jens, 1997: 14). Si la muerte de un anciano es aceptada, la del niño aparece como dolorosísima especialmente para sus padres; la muerte que sigue a una enfermedad terminal, es de naturaleza diversa de la muerte improvisada, la primera ha dado tiempo para prepararse, la segunda produce en muchos casos un shock enorme. Dramática y embarazosa es la muerte debido al suicidio, porque en los supervivientes no sólo queda dolor, sino también preguntas sin responder o sentimientos de culpa. La muerte violenta resulta cruel e injusta, “El impacto con cada una de estas circunstancias de muerte tiene su peso, sus interrogantes, sus retos específicos para los supervivientes”. (Pangrazzi 1993: 32) La forma como muchos encontraron la muerte nos plantea la necesidad de morir con dignidad, el reto es grande, se necesita que la sociedad ofrezca condiciones de vida digna para todos, y sepa abordar el tema de la muerte desde convicciones profundas. No se trata de alargar la vida sino se trata de posibilitar una actitud fundamental distinta ante la vida, que lleve a la persona no a olvidar o negar la muerte, sino de asumirla conscientemente. “Significa no entender el morir simplemente como la fase final de la vida, con la que uno se enfrenta sólo cuando la muerte está ineludiblemente ya en nuestra puerta. Significa, por el contrario, entender el morir como una dimensión de la vida, que influye en todas las fases y decisiones de esa vida. Tan pronto como un hombre llega a la vida, ya tiene edad suficiente para morir” (Küng y Jens, 1997: 14).

Quien deja su muerte para el ‘lejano futuro de la hora de la muerte’ aparecerá como algo injustificable, sin sentido totalmente si la miramos como un acto, pero aparecerá diferente si la contemplamos como algo que la vida de algún modo ‘contiene’.

La actual situación de confort y bienestar del hombre actual, ¿no nos estará pidiendo, más aún, exigiendo que hablemos del morir y de la muerte, aun en contra de lo que sucede? A la luz del aumento de situaciones particularmente difíciles de muerte, que vivimos, si sabemos que vamos a morir ¿no sería bueno que desde niño nos prepararan para afrontar de un modo positivo tan inevitable realidad, en vez de ocultarla? La larga etapa educativa ¿no sería la más apropiada para que nos formaran en nuestra condición mortal? Entonces nos ahorraríamos mucho sufrimiento inútil y dolor incomprensible, nos ayudaría a vivirla con realismo y se convertiría en una brújula que ayudaría a orientar y valorar mejor la vida y aprovecharla intensamente.

2.1.2. La muerte nos hace pensar: reflexión filosófica

*El animal perece; el hombre se muere:
es un hecho biológico y un acontecimiento biográfico*

Si hay algo que diferencia al hombre de todos los demás seres es la muerte. La especie humana es la única que la tiene presente toda su vida, que la rechaza, que la acompaña con ritos funerarios y que cree en la supervivencia de los muertos; la muerte nos hace filosofar. Es precisamente ante la muerte del amigo tan querido cuando brotó para Agustín la pregunta básica: "me he convertido en interrogante para mí mismo" (Confesiones IV, 4,9); desde Platón a Heidegger, pasando por Schopenhauer, han sido muchos los pensadores que se han detenido ante el misterio de la muerte a filosofar.

¿Qué es la muerte?

“Es el cuestionamiento máximo en el límite de la reflexión y la situación privilegiada que patentiza el carácter irrepetible, temporal y personal de la vida humana” (Masiá 1977: 263). Es la interrogante que el hombre se ha planteado siempre al mirarla, y le obliga a replantearse su identidad. Las respuestas llegan a través de una multiplicidad de respuestas e imágenes, desde diversos ángulos, desde la ciencia, el arte, la poesía; desde la magia, la sabiduría popular y los mitos, hasta la filosofía.

En la filosofía las respuestas han oscilado entre dos extremos; una amplia donde la muerte designa todo fenómeno en el que se produce una cesación y uno restringido aplicada a la muerte humana. La respuesta clásica ha sido la muerte como ‘separación del alma y del cuerpo’, el cuerpo una unidad vital, capaz de conservar las funciones vitales ‘internas’ (mantenimiento) y capacitado para mantener las

manifestaciones externas (crecimiento, locomoción...) y con la muerte pasa a ser un conjunto de elementos sin una actividad unitaria y se va descomponiendo en un proceso de corrupción y por tanto indispuerto con respecto al alma.

¿Qué evocamos con el vocablo muerte? Pedro ha muerto, hemos encontrado un perro muerto, la fiesta estaba muerta, y aunque todos sabemos lo que quiere decir, sin embargo, se necesita una aclaración:

La muerte es universal, inevitable y plural y es un concepto ‘análogo’

“El Universo se nos aparece como un devenir evolutivo en el que emergen diversos niveles de realidad” (Fernandez del Riesgo 2007: 41) y en todas ellas aparece la ‘cesación’:

¿Qué significa que una realidad inorgánica deje de existir?

Muchas veces decimos que una realidad inorgánica, ya no existe (una roca, un mineral). Su morir designa una forma de acabar, de terminar, de cesar. Es constatar que de hecho ‘ya no está ahí’, porque se ha desintegrado producto de la energía.

¿Qué quiere decir que un organismo biológico, vivo y orgánico, ‘muere’?

Un organismo vivo y orgánico, tiene algo de inorgánico, de mecánico y de psíquico; actúa, derrocha energía y vitalidad, quiere vivir cada vez más, sufre cambios, adaptaciones y transformaciones en su constitución, conservación, reproducción y mantenimiento y tiende a individualizarse. “La muerte significa la definitiva detención de las funciones vitales, seguidas de la desorganización de las estructuras que componen tejidos y células. La muerte orgánica, pues, se entiende como un proceso de desorganización y desintegración irreversible” (Fernandez del Riesgo 2007: 42).

¿Por qué mueren? La muerte es el resultado final de una serie de factores bioquímicos y físicos, estructurales y orgánicos, fruto de una “desprogramación programada” que tiene su sede en el ADN, que va ocasionando una serie de desarreglos y errores que van afectando los tejidos, órganos y sistemas hasta que el organismo va progresivamente perdiendo su complejidad, su solidaridad su unidad, su flexibilidad, su fuerza, su capacidad de resistencia a las fuerzas contrarias y su capacidad recuperarse, regenerarse y revivir. La mortalidad del organismo vivo es la del

individuo. El individuo muere y la especie permanece, así como la vida biológica en general. Lejos de romper el círculo de la vida, la muerte lo renueva.

¿Qué entendemos cuando hablamos de ‘muerte humana’?

Zubiri sostiene que los seres vivientes en general viven; el hombre, en cambio no sólo vive, hace vida. El hombre es un conjunto, cuyo único subconjunto es él mismo (Zubiri 1986: 17). La vida humana es personal y en íntima relación con todas las demás dimensiones:

- El hombre tiene un cuerpo, un cuerpo conformado de elementos inorgánicos, por eso participa de la cesación, y la desintegración propia de estos elementos.
- Como ser vivo, su cuerpo participa de esa desprogramación programada en el ADN, vive en proceso permanente de disfunción de los centros vitales hasta la autodestrucción de los tejidos, es la muerte física y orgánica.
- Pero el hombre es más que un organismo vivo, posee características propias en él, la muerte es un hecho (hecho biológico, clínico y social), pero es también un enigma vital, la muerte nos da que pensar; sugiere, oculta y cuestiona el misterio de la persona, se "revela" a sí misma, porque crecer es ir muriendo y se "rebela"; porque teme que con ella se acabe todo; confrontado con la muerte, no puede menos que plantearse la pregunta kantiana: "¿qué puedo esperar?".

Hay características específicas en el hombre que hacen que su muerte tenga también rasgos muy especiales;

Posee una personalidad. El hombre no es una cosa, es ‘alguien’ que ‘se va haciendo’; es persona, un ser espiritual, individual, singular y único, además es racional. Se autoposee en la medida en que conquista su ser. Tiene capacidad de auto-determinación o libertad, que lo convierte en ser moral; al ser humano la vida le es dada como tarea con posibilidad de negarse a realizarse a sí mismo, porque es libre, y no está sujeto a nada. “El hombre es, en suma, el ser que se hace y que se deshace; es el ser que tiene la posibilidad de ser sí mismo y de dejar de serlo; que puede apropiarse a sí mismo y enajenarse de sí mismo; que puede existir y dejar de existir con independencia de que sea o no sea, devenga o no devenga,

pero sin que su existir pueda jamás cortar enteramente sus amarras con el ser u con su devenir” (Ferrater Mora 1972: 175)

Es ser en el mundo. Su existencia está en referencia directa al mundo, a la familiaridad con el mundo, al trato habitual y práctico con las cosas. Esta relación permite al hombre decir ‘no’ a las cosas, distanciarse de ellas o elevarlas a la dignidad de cosas valiosas. El mundo es horizonte de posibilidades.

Tiene un cuerpo. Existe por y mediante el cuerpo, gracias a él, el mundo es para nosotros y nos relacionamos con los demás porque podemos expresarnos. Por ser cuerpo, el hombre está sujeto a las leyes naturales. Somos cuerpo, pero acaba zafándose definitivamente de nuestro control en la muerte. “Somos seres encarnados” (Fernandez del Riesgo 2007: 245)

Es un ser comunitario, abierto no sólo al mundo, sino a los demás, llamado a relacionarse con el otro a través del amor sincero y del diálogo abierto que lo lleva a formar comunidad, “Individualidad y comunitariedad exigen un difícil equilibrio, el hombre que rehúye su soledad se vacía; el hombre que se entrega imprudentemente se pierde” (Fernandez del Riesgo 2007: 248)

Situados en el tiempo. Vivimos en el escurridizo presente de los acontecimientos, posibilitado por el pasado y nos proyecta inevitablemente al futuro. El pasado es lo ocurrido y no se puede alterar, es fijo e irreversible (la memoria) y nos proyecta al futuro que está por determinar (la espera). Somos temporales de una manera consciente y dramática.

En la historia. La vida del hombre no es sólo transcurrir del tiempo, se va forjando en situaciones concretas, individuales y colectivas; no es sólo circunstancias o destino, es proyecto de futuro que se va haciendo a partir de potencialidades, capacidades y oportunidades, que avanza en medio de la lucha y la esperanza en medio de inconformismos, de dificultades y obstáculos, de aciertos y desaciertos personales que nos llevan a la alegría, pero también al sufrimiento.

A partir de la originalidad de la persona humana, ¿cómo entender su muerte? Aunque el ser humano cesa como entidad material y como ser orgánico, tales formas de cesación no son suficientes para entender su muerte, sus estructuras existenciales, le dan un carácter muy particular.

Su carácter personal, único e irrepetible. La muerte en el hombre no es un mero momento del ritmo biológico. El que ha muerto tiene nombre que lo hace único; cualidades y limitaciones con las que ha labrado su vida con aciertos y desaciertos y en ella vibra su dignidad de persona que la hace irrepetible e intransferible. Aunque la muerte es igual para todos, es cierto también que ninguna es igual a la otra porque cada uno llega a ella de manera distinta y luego de un camino realizado, de allí que la muerte de la persona se revista de una profundidad, solemnidad y dramatismo únicos; cada muerte es personal e íntima. No hay dos muertes iguales.

La temporalidad. Con la muerte se acaba una etapa de la vida, pero al mismo tiempo nos permite vivir abiertos y orientados al futuro, eso nos hace conscientes que el margen de tiempo a nuestra disposición es limitado, está orientado y es irreversible.

Da un valor especial a la vida. El saber que somos únicos, con tiempo limitado, abiertos al futuro, permite que tomemos en serio la vida, le da dramatismo y dinamismo, el tiempo apremia, las oportunidades son contadas, no vuelven, se aprecia y se valora la vida. La vida se vuelve mortalmente importante para mí. Una vida coherente hará que la muerte no nos coja desprevenidos, por sorpresa y sin saber qué hacer

La muerte aparece como el acto personal de mayor interioridad y suma trascendencia, define irremediamente al hombre y brota del núcleo más personal del sujeto que lo lleva a cabo. Es a la persona que le compete hacer su vida de modo consciente y responsable, de disponer de la totalidad de su existencia y así el morirse constituye el acto supremo, donde no hay más opciones, y por tanto culmina, corona y le da el carácter de irrevocable a nuestra vida. Es el broche de oro que cierra, configura, culmina y le da sentido a nuestro existir. “Es en la ‘vida humana’ donde la muerte aparece no solo como algo a la vez inmanente sino donde además emerge en el trasfondo de la vida como lo que, colorea incesantemente todos nuestros contenidos” (Ferrater Mora 1972: 194)

La muerte se reviste de contradicciones. Aunque el morir es lo más propio del hombre y está muy dentro de él, sin embargo, hay una fuerza irresistible en el hombre por traspasar los límites de la muerte; el hecho de morir no tiene ya nada que ver con la vida, nos transporta a un mundo extraño, que para el cristiano es la vida eterna.

Conclusión: 'El hombre es el único animal que sabe que es mortal'

¿Qué será la muerte para un ser humano hecho de corporalidad, que ríe, que llora, que se alimenta? ¿Qué será la muerte para 'esta persona' que en su llorar, en su sonrisa, en su sufrimiento muestra su humanidad? ¿Será simplemente dejar de reír, o de llorar, o de sufrir? O ¿será un encuentro con la plenitud eterna? No tenemos con exactitud una idea sobre ella; se nos escapa a nuestra reflexión, lo que captamos es su anticipo y el presentimiento que estamos unidos a la muerte de los demás, pero al ser consciente de su muerte, tiene la posibilidad de preverla, de prepararla y de reaccionar ante ella: ignorándola, deseándola, temiéndola o integrándola.

Hay una fábula antigua que nos puede ayudar a comprender, aunque no totalmente el enigma de la muerte humana:

“Cuenta la fábula que un día aquellas celulitas vieron aterrizar algo así como una nave espacial que se adhirió a la pared cerca de ellas. Es que había descendido por las trompas de Falopio un óvulo fecundado. Durante meses lo vieron desarrollarse, tomar forma, palpar y comenzar a flotar como nadando en aquel espacio. Se encariñaron con la criatura. Pero hete aquí que, de pronto, se agita todo: un terremoto, unas convulsiones y contracciones, unas corrientes de agua... y aquella criaturita, con la que se habían encariñado, se les escapa por un túnel oscuro. La sujetan para retenerla, pero alguna fuerza parece tirar desde fuera. Al fin se les escapa y se cierra la salida o entrada de aquel túnel. Y dice la fábula que aquellas celulitas se quedaron solas y tristes en el interior del útero materno llorando por la criatura desaparecida. Se pusieron a organizar un funeral por su muerte, pero les molestaban los ruidos que venían del exterior. No sabían que allá fuera se estaba celebrando con júbilo el nacimiento” (Masiá 1977: 265)

Aunque es una fábula, sin embargo, no deja de tener realidad que depende desde donde se mire será también nuestra respuesta; desde dentro, desde el oscuro 'seno materno' y entonces será muerte solamente, o si lo miramos desde fuera, desde el lado de la luz, de la vida, de la fe, entonces será nacimiento. Y si la miramos como nacimiento entonces no será un acto o un momento, sino un proceso de crecimiento y de maduración personal en una dialéctica continua entre autonomía (dentro) y dependencia (exterior); de constantes muertes y nacimientos, de sucesivos tránsitos/pascuas de morir y renacer, hasta alcanzar el equilibrio, la última pascua, el último renacer: la muerte; un proceso en el que encontraremos una doble dimensión, “el 'proceso biológico' de morir que comienza muy pronto, el organismo se va deteriorando, una enfermedad lo acelera, la enfermedad terminal lo precipita, después de la muerte sigue la corrupción del cadáver hasta la total putrefacción y el 'proceso humano' de alguien que ha vivido, “lo que cesa no es el último eslabón de una cadena sino toda una vida. Lo que cesa no es, sin más, un conjunto de funciones, sino un ser

y una vida. Lo que cesa no es una mera secuencia de fenómenos, sino la biografía de alguien” (Masiá 1977: 272).

Sería bueno que estas interrogantes no las enfrente cada uno personalmente, sino con la ayuda de especialistas que ayuden a situarlas en el único contexto que le da todo su sentido que es el compuesto vida – muerte. Los jóvenes tienen la oportunidad de hacerlo en medio de su formación. ¿No sería este un momento extraordinario para hablar de la muerte?

2.1.3. Una mirada cristiana al enigma de la muerte: reflexión teológica

*“La muerte ha sido destruida en esta victoria.
Muerte ¿dónde está ahora tu triunfo? ¿dónde está muerte, tu aguijón?” (I Cor 15,55)*

Una mirada nos lleva a constatar un proceso que se repite en todos: nació, vivió más o menos feliz, un tiempo largo o corto, fue muy bueno, santo, inteligente o audaz y termina convertido en polvo. Pero hay un adjetivo añadido a esa ‘mirada’, que lo transforma todo: la ‘mirada cristiana’ cuyo eje es la muerte y la resurrección de Jesucristo “*primogénito de los que han de resucitar de entre los muertos*” (Ap.1:5) y nos ilumina el camino de nuestra vida hacia la Vida.

La muerte es un hecho que afecta a todos los hombres y a todo el hombre

Todos los hombres murieron y morirán los que ahora estamos vivos, y desde la fe encontramos una primera explicación: “la catástrofe moral de la humanidad en el primer padre, es el único motivo de la muerte, en definitiva, indiscutible universalidad de la muerte” (Rahner 1969: 17). Y desde la fe, la muerte es el término de la peregrinación del hombre sobre la tierra.

“Separación de alma y cuerpo” es la descripción clásica de la muerte desde el punto de vista teológico. Entre el alma principio vital del hombre y el cuerpo, la muerte establece una relación distinta. El alma deja de ser la forma del cuerpo, el cuerpo deja de vivir y el alma conserva su vida espiritual y comienza un nuevo estilo de vivir que se consuma en una relación abierta que abarca la totalidad del universo y ya no está limitada por el espacio y el tiempo del cuerpo humano. Esta nueva relación abierta y total con el universo se completa con la resurrección del cuerpo (ICor.15). ‘Fin definitivo de su estado de viador’, el hombre como persona espiritual y moral adquiere

carácter y consumación definitiva “La decisión tomada y actuada en su vida corporal hacia Dios o en contra de Dios pasa a ser totalmente definitiva (Lc.16:26; IICor.5:10)” (Rahner 1969: 29)

La vida del hombre está marcada por la temporalidad y la contingencia, que camina a la consumación definitiva y que la alcanza con la muerte biológica, “el universo todo entero, la totalidad de la realidad creada, tiende lentamente a su propio estado definitivo” (Rahner 1969: 31). Las decisiones morales fundamentales, tomadas libremente por el hombre durante su vida se hacen absolutamente definitiva en la muerte, por lo que resulta que hay que tomar en serio la presente vida histórica, real, irrepetible, e inderogable. La muerte es el acto más trascendental de la vida, la última decisión personal, es el último testimonio que resume toda su propia vida.

La vida eterna del hombre con Dios no es ni rígida ni estática, sino es una ulterior evolución del hombre (purgatorio, resurrección universal) en orden a su perfección total, una actividad espiritual dentro de la vida de Dios.

“La enseñanza general que se deriva de ella es que hay dos dimensiones de la realidad: una más profunda, verdadera y eterna, la otra marcada por la finitud, por la provisionalidad y la apariencia. Ahora bien, es importante subrayar que estas dos dimensiones no se siguen en simple sucesión temporal, como si la vida verdadera comenzara solo después de la muerte. En realidad, la vida verdadera, la vida eterna comienza ya en este mundo, aun dentro de la precariedad de las circunstancias de la historia; la vida eterna comienza en la medida en que nos abrimos al misterio de Dios y lo acogemos en medio de nosotros. Dios es el Señor de la vida y en Él "vivimos, nos movemos y existimos" (Hch 17,28), como dijo san Pablo en el Areópago de Atenas”. (Benedicto XVI, Homilía en la misa de cardenales y obispos difuntos: 2008)

La muerte es consecuencia del pecado: la enemistad del hombre con Dios

El hombre es una unidad compleja, irreductible, de dos elementos contradictorios y dependientes de la constitución del hombre: materia y espíritu, y cada uno de estos elementos tiene su parte en la muerte humana; como material biológico es ruptura venida desde fuera, despojo, reducción, es el fin; como término de la persona espiritual, es consumación desde dentro, toma de posesión definitiva, cosecha de resultados buenos o malos según haya sido la vida. La experiencia humana sólo capta la parte externa, natural y biológica, el fenómeno de muerte con su sombra fantasmal de pérdida, de ruina; pero no logra captar la otra parte, interior y profunda, ‘el lado oculto’ que no la podemos saber; eso hace que todos los hombres mueran la misma muerte, pero en cada uno sea un proceso personal e irrepetible. “El fenómeno

externamente perceptible que en la vida cotidiana llamamos muerte es siempre de la misma calidad, pero justamente tras esta máscara que cubre a la muerte, el núcleo del hecho puede ser completamente distinto en el justo y en el pecador” (Rahner 1969: 56)

El testimonio de las Sagradas Escrituras nos dice que el hombre muere por el pecado del primer hombre, y por la gracia que transforma la naturaleza del hombre penetrando su corporalidad, se le abre la posibilidad de resucitar. Eso no quiere decir que la muerte es consecuencia del pecado porque la muerte es un hecho natural, anterior a nuestra experiencia y decisión; ‘consecuencia del pecado’ es la oscuridad de la muerte y su vocación sobrenatural a la participación en la vida de Dios, la gracia nos ayuda a mantener la tendencia hacia aquella consumación total en Dios, que sin el pecado sería una tendencia normal y pura.

Cristo con su encarnación se hace semejante a nosotros incluso en la muerte, no sólo participó de la muerte del hombre como acontecimiento palpable, visible, en tiempos de Poncio Pilatos, sino que ‘descendió a los infiernos’ (Hch.2:24,31), expresión bíblica de la identidad esencial de la muerte de Cristo con las restantes muertes humanas. La muerte de Cristo es una muerte redentora; aunque sus acciones fueron esencialmente finitas, por su naturaleza divina, tienen valor infinito. “La muerte de Cristo es el choque y batalla finales entre los poderes del mal (el pecado, el Tentador, las tinieblas) por un lado y Cristo por el otro”. (Gonzalez de Cardedal 2003: 84). El Padre liga la devolución de la gracia al hombre, no a alguna acción de Jesús, sino a la aceptación libre de la muerte y que el Nuevo Testamento subraya que fue un acto libre de obediencia, de humillación y de amor de Cristo (Filp.2:7-8) y se realizó como sacrificio cruento. “La conexión profunda se establece entre el pecado, que lleva consigo la muerte, y la obediencia incondicional de Jesús, que lleva consigo la vida”. (Gonzalez de Cardedal 2003: 84). “Así, la muerte de Cristo, igual que la nuestra se convierte en algo totalmente distinto en expresión y corporeidad de su obediencia y amor de la libre entrega a Dios de todo su ser creado. Lo que era aparición del pecado, se convierte, sin eliminar su oscuridad, en aparición de la aceptación de la voluntad del Padre, que es la negación del pecado”. (Rahner, 1969: 70).

El cristiano en gracia de Dios muere una muerte distinta que el pecador

La muerte en gracia, no tiene carácter de castigo del pecado, sino es un *'morir en el Señor'* (Ap.14:3; ICor.15:18) y *"todo el que cree en mí no morirá para siempre"* (Jn.11:26). La muerte del cristiano es un "conmorir con Cristo" (Rahner 1969: 75) que da la vida (IITim.2:11). Con la muerte de Cristo, la muerte de manifestación del pecado se convierte en puerta de gracia, la muerte se hizo vida, la condenación visible se hizo inicio visible del Reino de Dios; nuestra aceptación y participación en la muerte de Cristo comienza en el Bautismo y domina toda nuestra vida (Rom.6:6.11; 7:4-6) "Por el hecho de morir Cristo, la gracia justificante de Dios muestra y afirma una cualidad que hasta ahora no había mostrado y permanecía oculta para nosotros, y es que cuando el pecado colmó su medida, la gracia fue más poderosa" (Rahner 1969: 75).

El cristiano, por la gracia de Cristo, vive en permanente tensión

El cristiano vive en permanente tensión, la muerte como un alejamiento de Dios y su amor al Señor, su fe en su misericordia y su esperanza en verse dentro de la vida divina que vive el cristiano. La fe impregnada de la gracia transforma la muerte, sigue experimentándose, pero ya no como el fin, sino ahora como la obra máxima de su creer, esperar y amar, y penetra la vida transformándola en una rendida obediencia, una esperanza contra toda esperanza y un amor total al Señor. "La espantosa caída en las manos de Dios que parece ser siempre la muerte como aparición del pecado, es en realidad el grito del Señor mismo: 'en tus manos encomiendo mi espíritu'" (Rahner 1969: 80)

El 'conmorir con Cristo' adquiere un carácter visible, oficial y comunitario y una corporeidad en la Iglesia a través de los sacramentos. Los sacramentos nos hacen ir apropiándonos cada vez más profundamente de la muerte de Cristo.

- Por el Bautismo, el cristiano muere al pecado para caminar en la novedad de la vida divina, *"somos sepultados con Cristo"* (Rom.6:4), somos configurados a la muerte de Cristo (Filp.3:10). Es el comienzo sacramental del morir cristiano.
- La Eucaristía, celebración y renovación de la muerte de Cristo en el aquí y ahora nos aproxima, nos atrae, nos somete, nos comunica, nos configura a la muerte del

Señor; la muerte de Jesús es así la forma de vida del cristiano. *Pues, Si hemos muerto con él, también viviremos con él* (II Tim.2:11)

- Por la Unción de los Enfermos, el cristiano fortalecido por el óleo santo asume con la ayuda de la gracia la última prueba de su vida y consume su última acción en comunión con el Señor. “El Bautismo funda por vez primera la posibilidad del morir cristiano. La eucaristía es la fuerza constantemente ofrecida al cristiano para conformar más y más su vida a semejanza de la muerte de Cristo. La extremaunción es la consagración del fin de esta vida dentro de la muerte de Cristo. Estos tres sacramentos señalan y consagran el comienzo, medio y fin de la vida cristiana como apropiación de la muerte de Cristo.” (Rahner 1969: 86).

El cristiano es llamado y se le da la gracia para morir con Cristo, nos es dada como paradigma y poder para que pueda convertirse en muerte nuestra; y así el suceso de la muerte a la que todos vamos queda ofrecido a los misterios de Dios. Las palabras de Jesús en la cruz manifiesta lo más bajo y lo más alto de la muerte: “*¡Dios mío, Dios mío, ¿por qué me has abandonado?* (Mc.15:34) *¡Padre, en tus manos encomiendo mi espíritu!*” (Lc.23:46).

Nuestra fe en el Dios de la vida

“La vida que Dios da al hombre es original y diversa de la de las demás criaturas vivientes, ya que el hombre, aunque proveniente del polvo de la tierra (cf. Gn 2, 7; 3, 19; Jb 34, 15; Sal 103 102, 14; 104 103, 29), es manifestación de Dios en el mundo, signo de su presencia, resplandor de su gloria (cf. Gn 1, 26-27; Sal 8, 6). Es lo que quiso acentuar también san Ireneo de Lyon con su célebre definición: « el hombre que vive es la gloria de Dios ». Al hombre se le ha dado una altísima dignidad, que tiene sus raíces en el vínculo íntimo que lo une a su Creador: en el hombre se refleja la realidad misma de Dios”. (EV 24)

“*¡Feliz culpa que mereció tal Redentor!*” canta la Iglesia en la Liturgia de la Noche Pascual. Cristo al comenzar a vivir nuestra vida mortal, comenzó a morir poco a poco, consumiéndose lentamente hasta entregarse totalmente, con la fuerza del Espíritu Santo llegó hasta la muerte “voluntariamente aceptada”, y una muerte de cruz; y este es el gran regalo de Dios; en vez de castigarnos, condenándonos a la muerte eterna, nos da vida, y una vida mejor. Así mientras que la vida que perdemos con la muerte es hermosa pero humana y natural, la que nos entrega con su resurrección es divina e inmortal. Cristo, muerto y resucitado nos abre las puertas de la Vida, nos enseña el camino y nos acompaña, por eso, “*¡Cristo nuestra Pascua ha sido inmolado,*

en la muerte de Cristo nuestra muerte ha sido vencida y en su resurrección hemos resucitado todos!” (Prefacio Pascual II).

Los cristianos llamados a la Vida:

Fijémonos en nuestra condición humana: vivir es desvivirse. Cada día tenemos que gastar parte del capital con que nacemos. Podremos gastarlo o malgastarlo, pero cada día, inevitablemente, perdemos parte de nuestros bienes. No podemos guardarlos. No podemos ahorrar. En el Banco del Tiempo, tenemos una cuenta corriente con un capital determinado, desconocido para nosotros. Cada día llegamos a la ventanilla, firmamos un talón, y un impertérrito cajero nos da las veinticuatro horas, y vamos a gastarlas, cada uno a su manera. Inútil preguntar al empleado cómo va nuestra cuenta, tiene prohibido decir lo que nos queda. Y un día firmamos, firmamos el talón, pero nos dicen que no hay fondos, que nos quedan tan sólo algunas horas, Cristo en cambio nos dice: “No te apures, hermano. Gasta conmigo el tiempo, y te lo cambio por la eternidad. Si para ti sólo el vivir es morir, conmigo el morir es vivir”. “El que no toma su cruz y me sigue, no es digno de mí. El que quiera conservar la vida, la perderá, y el que la pierda por mí, la conservará” (Mt.10:38-39) (Iniesta, 1977: 26).

Se produce la trampa divina, el milagro; la vencedora universal, la muerte, en la Resurrección de Cristo es engañada totalmente, porque de la misma muerte brota la vida inmortal y gloriosa y es engañada repetidamente, porque nunca se convence, y siempre está agazapada al acecho de su víctima, entonces siempre tiene que sufrir el ridículo de hacer el papel inverso, hacer de partera y portera de la Vida: cuando llega el momento de abrir sus puertas la muerte, se encuentra que es camino de inmortalidad.

Si nos preguntáramos, ¿el cristiano está de camino, hacia dónde, hacia la muerte o hacia la vida? entonces respondemos; momentáneamente está en camino a veces doloroso hacia la muerte, porque el siguiente tramo es alegre, gozoso y eterno es hacia la Casa del Padre. Jesús vive la muerte, sabe de lo doloroso que es y por eso quiere ayudarnos, quiere ser nuestro Cireneo, ofreciéndonos su gracia para fortalecernos y su luz de esperanza para iluminarnos, y podamos pasar a la otra orilla del camino donde nos espera el Padre de la misericordia con los brazos abiertos, con el mejor traje, con el banquete preparado y con la fiesta lista para acogernos en su casa (cf. Lc.15,11-32)

El cristiano, es invitado a celebrar la muerte de Jesús, contarla, recordarla con gratitud, responderle a esa muerte actualizada en la Eucaristía con la integración de nuestra muerte en ella y realizar en nosotros los mismos sentimientos que tuvo Cristo Jesús. Y así *“aunque la certeza de morir nos entristece, nos consuela la promesa de la futura inmortalidad. Porque la vida de los que en ti creemos, Señor, no termina se transforma; y, al deshacerse nuestra morada terrenal adquirimos una mansión eterna*

en el cielo”, (Prefacio I de difuntos) canta la Iglesia llena de gozo pascual en su oración por los difuntos.

Conclusión: la responsabilidad de la propia vida incluye también la responsabilidad de la propia muerte

La vida es don de Dios, pero también responsabilidad humana, (Gn 1,28-29) y el hombre tiene que perseverar hasta el final dispuesto. Con la resurrección de Cristo sabemos que la vida no pasa del morir al absurdo de la nada, sino a su última y primera realidad que es el Dios de la Vida; que la muerte no es un mutis eterno carente de sentido, la desaparición forzosa, el paso a las tinieblas, al vacío y a la nada, la fuerza destructora, la aniquilación de las oportunidades, la enemiga que acaba triunfando, sino que desposeída del “aguijón” de su fuerza, se convierte en la entrada a una nueva existencia, a la plenitud gozosa del Padre, y se convierte en “muerte redentora”, puerta de Vida eterna. Dios ha puesto bajo nuestra responsabilidad (no arbitrariedad) la vida, desde el momento que se inicia hasta el momento que se apaga, en nuestras manos está vivir una muerte transformada. Por eso el cristiano debe estar permanentemente preparado a morir:

- No tiene que ocultar emociones y simular frialdad, Jesús no murió como un estoico, murió en medio de atroces sufrimientos y clamando el abandono de Dios, (Mt 27,46) tampoco ocultar sus miedos, angustias y temblores, porque también Jesús sintió en su cuerpo la angustia mortal, pero confiaba que esa angustia era aceptada por el Padre (Lc 22,43).
- Lo hace confiando en Dios que lo invade todo y aun en la muerte se nos adelanta; recibiendo su llamada y dejándonos acompañar y llevar por El (Lc 23,46).
- Sabe que no será sin dolores y sin sufrimientos, pero si será sin miedo, con tranquila serenidad, con segura confianza, contento y agradecido por la vida rica en dones y gracias pese a todos los males. Será una muerte transformada no arrebatada; *“Todo está cumplido”* (Jn 19,30).

“¿Pensamos en el momento en el que diremos ‘adiós’? Jesús también se despide de sus discípulos, para ir al Padre y mandarnos al Espíritu Santo (Jn 17). “En nuestras vidas, hay muchas despedidas pequeñas y grandes y hay también mucho

sufrimiento, muchas lágrimas en alguna de ellas, en la que no se sabe cuándo volverá ni cómo volverá. Y está también la última despedida que todos debemos hacer cuando el Señor nos llama a su orilla y tendremos que pensar, ¿quién será la persona que cierre mis ojos? ¿qué dejo? ¿estoy preparado para encomendar a Dios a todos los míos? ¿para encomendarme a mí mismo a Dios? Es pensar que algún día tendremos que decirnos adiós” (Papa Francisco, meditación del 19/05/2015)

“Para llegar a este punto, en medio de una sociedad que pretende a toda costa ocultar la muerte, ¿no será que necesitamos un “Ars moriendi” de siglos pasados, aunque con un nuevo estilo; una “Cultura del morir” que partiendo de nuestra fe en Dios y en la vida eterna, nos ayude a morir una muerte distinta, digna del hombre?” (Küng 2010: 186).

2.2. MORIRSEME: “He perdido un ser querido y me duele”

¿Cómo acompañar humanamente en su soledad al que ha perdido a un ser querido?

Sabemos que tenemos que morir, es natural, hoy, mañana o pasado, pero nos llegará. Recibimos constantemente noticias de muertes, alguna vez son de un conocido o de gente famosa; otras de familiares y amigos que queríamos y hemos visto a personas sufrir porque han perdido un ser querido, hemos intentado ayudarles algunas veces, pero nos hemos sentido impotente ante el dolor y el sufrimiento.

Ahora se ha muerto una persona que quería muchísimo, nadie puede imaginarse cuanto sufro; en mí hay un vacío, una soledad, un dolor inenarrable e indescriptible; es el precio de la amistad. Y esta experiencia de dolor, tan personal y particular me coloca irremediabilmente ante el misterio de la vida, me interpela por las cosas más fundamentales de nuestra vida y su sentido, me exige silencio, y debo pensar sintiendo intensamente para poder sanar la herida y retomar así el camino de la vida. Y todo esto necesita tiempo, para reinstalar en nuestro corazón al ser querido y darle una nueva presencia interna que genere no culpa sino buenos recuerdos; es el proceso del duelo. “El duelo es esa experiencia de dolor, lástima, aflicción, o resentimiento que se manifiesta de diferentes maneras, con ocasión de la pérdida de algo o alguien con valor significativo. El duelo por la pérdida de un ser querido es un

indicador de amor hacia la persona fallecida” (Bermejo 2007: 12). En el duelo, la razón no es precisamente la instancia que más ayude, sino el corazón y los signos de cercanía y afecto.

2.2.1. Reacciones ante la noticia de la muerte

Todos reaccionamos frente a la muerte del ser querido y llevan un sello muy personal, su hondura depende de la persona, las circunstancias y el contexto cultural.

Frente a la pérdida reaccionamos

Reaccionamos de manera incomprensible y profunda y necesitamos ser atendidos y acompañados. Están las primeras reacciones físicas. “Sollozos, dificultad para respirar, rigidez física, sequedad en la boca, falta de apetito, temblores, desvanecimiento, dolor de cabeza, insomnio, punzadas en el pecho, mareos, etc” (Bermejo 2007: 16). Reflejo de las emociones y sentimientos que se van instalando: “Va desde la negación a la rabia, de la tristeza a la ansiedad, del desinterés a la irritación, del vacío a la culpa... shock, aturdimiento, incredulidad, rechazo, manifestaciones agresivas, etc.” (Bermejo 2007: 17). Muchas veces se instala el sentimiento de culpa por el fallecimiento.

Conforme pasa el tiempo se van suscitando reacciones mentales; “la dificultad para concentrarse, la búsqueda de la persona perdida, el recuerdo de tantos momentos compartidos, la añoranza, cuesta concentrarse y organizar los propios pensamientos, rendimiento más bajo de lo habitual, miedo a encontrarse con la persona fallecida” (Bermejo 2007: 20). Y se va produciendo interrogantes de carácter trascendente y reacciones espirituales, dudas que se vienen sobre el por qué, qué paso, por qué a mí, sobre el más allá, el re-encuentro. Todas estas reacciones y preguntas nos hacen experimentar un vacío que nos lleva a buscar la respuesta que me de paz.

Los otros reaccionan, intentan ayudar

Lo hacen con buena intención y de diversas maneras; intentan ayudar, pero muchas veces no se sabe ni qué hacer ni que decir. No toda ayuda es aceptada, acertada o deseada, algunos prefieren que se les deje en paz, otros refugiarse en el silencio o que no se les diga nada porque sienten que no logran captar la profundidad de su dolor. Necesitamos buscar indicios para saber enfrentar la situación, presentarnos con

discreción, tranquilidad y serenidad; darle confianza, ánimo, esperanza con la verdad, ser hábiles y comprensivos para decirle las cosas, ayudarle a enfrentar la situación.

Palabras desatinadas

Lo peor que le puede pasar a uno en esos momentos de dolor y sufrimiento es tener que encontrarnos con los falsos consoladores, como en la experiencia de Job, escuchar frases bienintencionadas pero aprendidas y huecas que reflejan visiones fatalistas, esquemas racionales, ignorancia del momento, que no se ha pensado antes de hablar, o que hablamos para salir del apuro. Frases como, ¡Es mejor así! ¡ya dejó de sufrir!, ¡es el destino!, ¡es la voluntad de Dios!, ¡Dios lo ha querido!, ¡se fuerte!, ¡el tiempo todo lo borra!, forman parte de ese elenco que, aunque son dichas con buena intención y dependen mucho de cómo se digan y como se escuchen; ni ayudan, ni consuelan y en muchos casos ofenden. Hay frases que pronunciadas en el contexto de dolor simplemente deshacen, ‘Dios aprieta, pero no ahoga’, ‘no hay mal que dure cien años’, ‘después de la tempestad viene la calma’; no son el mejor modo ni el más saludable de acompañar al amigo que sufre la pérdida, generan soledad y malestar, y lo mejor sería borrarlas de nuestro modo de aproximarnos a quien sufre. El silencio, puede ser un saludable correctivo a la retórica y ofrece quizá el consuelo que viene de la muda solidaridad.

Reacciones que pueden ayudar a acompañar el momento de la muerte,

Hay reacciones que sostienen y reaniman. Siguiendo a José Carlos Bermejo, sacerdote Camilo, especialista en la materia, en su obra “Estoy de duelo” proponemos algunas.

Las lágrimas que sanan. Aunque llorar está mal visto en la sociedad, porque aparece como sinónimo de debilidad y a veces da vergüenza, sin embargo, tiene efectos benéficos; libera, relaja, desahoga, da tranquilidad al corazón, repara, restablece el equilibrio, ablanda y exterioriza los sentimientos de amistad con el ser querido. Consolar al que llora, no es seducirlo a que no llore, sino intentar recoger sus palabras, sus sentimientos, escucharlos y en muchos casos guardar silencio.

El contacto que consuela. Un abrazo sincero, una caricia, apretarle las manos; dados en medio del dolor implica comunión, permite romper el aislamiento, recoge la

fragilidad, mata la soledad, sostiene la debilidad y rompe la distancia. Es que el contacto corporal, tiene mucho poder cuando en él está puesto el corazón. Está lleno de significado solidario, de comunicación generosa y libre. Quizás sea éste abrazo una de las experiencias más intensas de trascendencia y de vida

La escucha que sana. Escuchar activamente significa mostrar interés sincero, acogerlo, encontrarse con la experiencia del otro. Escucharle, es cargar con su dolor, es darle confianza y libertad para que exprese sus sentimientos, para que cuente sus experiencias con el difunto que lo ayude a liberarse. Escuchar es ayudarle a matar la soledad y puede ser la mejor terapia en medio del sufrimiento.

El recuerdo. Cuando un ser querido muere nos queda el gran tesoro del recuerdo, el poder reconocer sucesos pasados con encanto, con gusto; el evocarlo con imágenes, hechos, fotografías, objetos y así colocarlo en el lugar adecuado, en el corazón, donde no haga daño, pero con un valor presente.

Pedir ayuda. Aunque a muchos les da vergüenza pedirla, es necesaria, más cuando es de profesionales; y nos ayudará a afrontar el duelo que trae dolor, soledad, desgarró, y sinsentido, más cuando la muerte ha tenido causas especialmente dramáticas y poder así, volver a la normalidad y a la naturalidad de la vida diaria.

Reacciones atípicas, 'mecanismos de autodefensa',

Surgen en el momento de la crisis, pueden ser saludables en un primer momento, pero problemáticas cuando estas se imponen, se instalan, se hacen rígidas, y bloquean a la persona, retrasando así el proceso normal del duelo. Aquí algunas:

- + El rechazo. Tendencia a negar a realidad, a afrontar esta experiencia dolorosa.
- + La represión. Que impide que los sentimientos se exterioricen creando así ansiedad.
- + La fijación. Es un parón en el desarrollo evolutivo y origina ideas obsesivas.
- + La racionalización. Intenta controlar la situación a través de mecanismos racionales y evitando que emerjan los sentimientos.
- + El aislamiento. Tendencia a negarse a establecer relaciones con los demás.
- + La regresión. Es la vuelta a un estadio de comportamiento anterior y se vuelve 'niño', se hace egocéntrico, dependiente, agresivo.
- + La somatización. La tensión no es liberada y es absorbida por el organismo produciendo malestares más o menos serios.

+ La identificación. La persona no vive su historia sino el del otro.

Toda persona tiene su entorno particular de amigos y familiares que son su referencia, su apoyo en los momentos difíciles y son esenciales para su madurez y crecimiento. Pero ¿qué hacer cuando este círculo se rompe por la muerte de uno de ellos? ¿cómo enfrentar esta ruptura? Se hace necesario cerrar el círculo ¿cómo? La propuesta del psicoanalista Rubén Bildes, ‘Las seis reglas fundamentales’: No mentir, no interrogar, no juzgar, no imponer, no evadirse, y no hacer interpretaciones.

2.2.2. Luego viene el duelo: alivio de tensiones y dolores

La vida transcurre entre la gran pérdida que es el nacimiento, “pierde su paraíso”, va pasando por diversas pérdidas entre risas y llantos, hasta lograr su desenvolvimiento y madures, hasta llegar a la última y temida pérdida que es la muerte, primero la del ser querido y luego la propia. “Todo el mundo experimenta muchas pérdidas a lo largo de la vida, pero la muerte de un ser querido no tiene comparación “Se ha producido una pérdida inimaginable e indescriptible, ha causado una herida tan profunda que el aturdimiento y el dolor extremo son los materiales de los que está hecho” (Kübler-Ross 2006: 42)

El proceso humano del duelo

Siempre hay personas afectadas por la muerte de una persona. Cada muerte afecta a un grupo importante de personas que sufren por la pérdida, ya antes de que se produzca, cuando ésta no es de manera repentina. El duelo forma parte de la vida, así como la alegría forma parte del amor, es el precio que pagamos por el amor, es el costo de la implicancia recíproca. Se trata de caminar juntos comprendiendo el dolor de la separación; es evitar caminar sólo, queriendo evitar el drama de la verdad, y el caminar en la soledad y el abandono.

En medio del duelo, la “vocación de pañuelo”, significa la disposición a caminar juntos en la oscuridad; es ayudar para despedirnos del ser querido recapitulando lo vivido, es expresar en clave de agradecimiento cuanto hemos compartido, entregado y recibido; y es cultivar el recuerdo agradecido. En una palabra, es ayudar a zurcir los “rotos” del corazón que se hacen con la pérdida y aquellos otros descocidos que aparecen del pasado.

¿Cómo es? ¿Qué características presenta?

A pesar de ser una experiencia muy personal e íntima, sin embargo, encontramos rasgos comunes:

- Es inevitable y necesario y permanente, debemos afrontarlo y vivirlo.
- Comporta una gran dosis de sufrimiento que hay que aceptar y asumir si queremos atravesarlo, superarlo, y reentrar en la vida,
- Es proceso de marchas y contramarchas, de altos y bajos, portador de crecimiento y madurez.
- Es intenso y profundo, depende de la calidad de relación que se tenga con el difunto, las circunstancias del deceso, muerte repentina, violenta, suicidio, asesinato, consecuencia de una larga enfermedad; harán que el dramatismo sea mayor, los recursos personales, la personalidad, el equilibrio emocional, el carácter; y las ayudas externas que pueda recibir oportunamente.
- Son diferentes, en la medida que cada uno lo vive de manera distinta; algunos tienen la oportunidad de acompañarlo, desde cuando estaba agonizando, entonces es un duelo anticipado, es el duelo de la espera y de la pérdida; otros parecen que lo tuvieron todo controlado, están en calma, pero un pequeño detalle y lo desencadena todo, es el duelo retardado. Están los que no logran reencontrarse y son arrastrados por reacciones, situaciones, mensajes, es el duelo crónico; y finalmente están aquellos que no logran superarlo, desbordados por el dolor de la pérdida, es el duelo patológico y necesita ayuda especializada.

El duelo, es aceptar la realidad de la pérdida que evite que nos paralice y nos ayude a reconciliarnos con la muerte; elaborar el dolor, que haga posible reconocerlo, llamarlo por su nombre, comprenderlo y transformarlo y por último integrarlo en la vida, creando una nueva situación en la que el ser querido ya no está.

¿Cuándo?, el tiempo del proceso del duelo.

Elizabeth Kübler-Ross, en su obra *Sobre el duelo y el dolor*, propone cinco etapas:

Negación. Lo primero es la incredulidad, ¡no es cierto!, ¡no puede ser! paralizados, eso nos ayuda a afrontar la situación, a dosificar el dolor de la pérdida y a poder sobrevivir. “Es la forma que tiene la naturaleza de dejar entrar únicamente lo que somos capaces de soportar, son los mecanismos de protección de la psique, dejarlo

entrar de golpe, nos abrumaría totalmente, nos excedería” (Kübler-Ross 2006: 26). En un segundo momento comienza a aflorar los sentimientos negados, la ira, la cólera contra todos, nuestra actitud debe ser de respeto, de dejarlo expresarse, no contenerlo.

Negociación. Le invade el desconcierto, ¿y si...? ¡ojalá! acompañado de sentimientos de no haber hecho lo correcto y nos anclamos en el pasado. Comienza a adaptarse a la triste realidad de la partida, nos permite creer que podemos restaurar el orden en medio del caos. Y pactamos, ¡para que se salve!,

Depresión. Es la tristeza normal de la trágica realidad: ‘el ser querido se ha ido’ Ahora toca mirar el presente, y aparece la sensación de vacío, de soledad, de letargo, no te importa nada, el duelo se profundiza; todo esto es normal, la depresión nos obliga a ir lentos y evaluar de forma real la pérdida, a reconstruirnos de nuevo desde la nada, limpia el camino para crecer, nos lleva a lo más hondo del alma que no exploraríamos en situaciones normales.

Aceptación. Aceptar que nuestro ser querido se ha ido físicamente y para siempre, no nos gusta, no estamos de acuerdo, pero lo aceptamos y aprendemos a vivir con esta desaparición, aunque no nos podamos curar totalmente. Se trata ahora de recordar, recomponer y reorganizar nuestra vida.

Alivio. En medio de la pérdida aparece un sentimiento extraño e inesperado, es ‘el alivio’. Ahora tu ser querido debe vivir en tu corazón no en los lugares que te lo recuerdan, eso es honrar su memoria, porque si el ser querido no quiso ser una carga emocional en vida para ti, menos habría querido serlo una vez muerto.

Con la muerte del ser querido nos quedamos enfrentados a la realidad de la muerte que nos lo ha arrebatado. “la muerte como violencia en un sentido y como ausencia en otro; como oquedad donde reclamamos plenitud y como soledad donde reclamamos compañía” (González de Cardedal 2003: 15). Iniciamos entonces un lento proceso de asimilación personal del ‘zarpazo de la fiera’ que nos asaltó improvisadamente; tras el golpe necesitamos volver sobre sí, reflexionar, discernir, consentir o rechazar.

Conclusión: Tiempo propicio

“El duelo no es sino una serie de fases o períodos de tiempo y gestos, ¿cuánto dura? La pérdida ocurre en un momento dado, pero su posteridad dura toda la vida. Cada duelo es único y personal, como es la persona. El duelo es esa conexión perdida con el ser querido. El duelo es el proceso de curación que finalmente nos aportará el alivio a nuestro dolor. La conexión entre

ese dolor y el amor es para siempre. El dolor de ahora es parte de la felicidad de antes, negar la pérdida es negar el amor. El duelo es necesario para pasar de la muerte a la vida, porque para la muerte nunca estamos preparados. La muerte divide en un “antes” y un “después”. La curación del duelo es una experiencia abrumadora y solitaria, no hay pautas de ayuda para recuperar al ser querido, los amigos no saben qué hacer ni que decir, nos si podremos sobrevivir” (Kübler-Ross 2006: 207)

Aunque no es cuestión de cada día, sino un acontecimiento excepcional, la muerte de un miembro de la comunidad o del grupo, causa un gran impacto emocional e interfiere intensa y directamente en la vida de la comunidad. Todo se altera, el ritmo de la casa, del centro de estudio, de la familia; nuevas caras y nuevas inquietudes aparecen, algo se rompe a nuestro alrededor. Necesitamos apoyarnos y vivir este momento como una oportunidad excepcional para crear sentimientos de solidaridad efectiva y propiciar aprendizajes vitales. Necesitamos educarnos para la muerte.

2.3. MORIRME:

“Polvo eres y polvo te convertirás” (Gén 3,19)

Sé que tengo que morirme algún día, aunque no sepa ni cómo, ni cuando, ni dónde; esta certeza profunda está alojada en lo más íntimo de mi corazón y no la puedo ignorar; sé que tarde o temprano tendré que dejar mis cosas y decirles adiós a los míos, salvo que ellos se vayan primero; certeza que llevamos todos. Es entrar en aguas oscuras y profundas de la propia existencia, allí donde la condición humana se nos muestra insegura y frágil; donde los esquemas mentales llenos de prejuicios y condicionamientos suelen servir muy poco porque no alcanzan a comprender: y se hace necesario la mirada de fe, es que “lo esencial es invisible a los ojos, hay que mirarlo con el corazón” decía el Principito²; es necesario entrar con la sabiduría del humilde, de la experiencia reflexionada y meditada del conocimiento vivenciado; con la sabiduría que nos exige una mirada nueva, limpia y transparente, una mentalidad abierta y un esfuerzo generoso. Se trata de entrar con la mirada en el horizonte de toda experiencia: Dios, Él es el telón de fondo, donde tocamos profundidad tocamos a Dios.

² De Saint-Exupéry, A. *El Principito*; Alianza, Madrid, 1970

2.3.1. *Lo importante no es vivir mucho, sino vivir virtuosamente*

La muerte es un misterio, lo más importante es que tenemos la capacidad de preverla y prepararla con anticipación con los recursos ilimitados que poseemos.

Vivimos en una sociedad un tanto tanatafóbica:

La sociedad actual tiene dos grandes ídolos: la juventud y el dinero, ambos obligan a actuar como si la vida fuera siempre hacia más vida, más alegría, más juventud, más dinero siempre. Sus seguidores quieren siempre aparecer como un joven guapo, invulnerable, irresistible, poderoso, rico. Para eso tienen que apartarse de todo lo que le recuerde su fragilidad; de los ancianos (escondiéndolos en residencias y librándose de ellos), evacuar a los enfermos (llevarlos a los hospitales), encerrar o eliminar a los disminuidos y alejar a los pobres; le da miedo los moribundos, mirar un cadáver les parece insoportable.

Pero, a fuerza de rechazar la imagen de los pobres viejos, nos quedamos sin rostros humanos, sólo nos queda máscaras impuestas; a fuerza de parecernos cada vez más a los modelos artificiales que nos ofrece la sociedad, terminamos siendo extranjeros para nosotros mismos y muñecos de la moda; a fuerza de alejar todos los seres que nos recuerdan que hemos de morir nos vamos quedando solos; a fuerza de alejar la debilidad y la muerte nos vamos quedando sin vivir realmente y terminamos suicidándonos para no vernos mortales y frágiles. ¡Qué necedad y empobrecimiento el de la humanidad! ¿Cómo escapar?, la escapatoria que se nos ofrece es el ruido estridente, la rapidez, la droga, el sexo, el trabajo excesivo, la diversión, la adrenalina.

Angustia ante el morir y la muerte

La muerte nos angustia de muchas maneras: nos angustia el cambio totalmente desconocido que acaba siendo una amenaza desbordante, incontrolable e irreversible. Nos angustia la amenaza de la nada – angustia existencial- que se hace tangible en el cuerpo y nos hace vivir en la incertidumbre de fondo. Nos angustia lo absurdo de la existencia, para que luchar si al final vamos a perder y la muerte se va a apoderar de todo –angustia espiritual- agravada por la conciencia de la soledad de saber que nadie nos puede acompañar en la muerte. Nos angustia el pasado –angustia religiosa- ser consciente de nuestras culpas y la posibilidad de la condenación.

Muchos no saben morir porque no llegan a madurar y elaborar su propia muerte y entonces les es arrebatada, muriendo de una muerte en serie, en el anonimato y en la banalidad que la convierte en horrorosa. La cuestión es que no queremos prepararla porque tenemos miedo, entonces nos empeñamos en vivir de espaldas a ella, ciega y estúpidamente, como si fuéramos inmortales y tuviéramos todo el tiempo del mundo; y como nos empeñamos en vivir en la “gran mentira” terminamos traicionando nuestra vocación de una vida digna y una muerte preparada y asumida personalmente y no una muerte inconsciente de sí.

2.3.2. *En la sociedad de hoy: Vivir nuestra muerte es aprender a vivir*

- Como posibilidad humana de ser nosotros mismos hasta el final.
- Porque tenemos en nuestro corazón algo eterno; el amor, y sentimientos de eternidad y perfección
- Porque lo que nos distingue radicalmente de todos los demás seres es la posibilidad de elaborar, trabajar y asumir nuestra muerte. “Quien quiera vivir sin morir, morirá sin haber vivido. Aceptar morir un día es encontrar la verdad de la condición humana” (Evelly 1980: 29)

En esta sociedad de hoy: necesitamos aprender a vivir con confianza y dinamismo

La vida es una invitación a la aventura, a un proyecto que hay que responder con mucha libertad, sin prisas y con objetivos claros. Una aventura hecha de risas y llantos, hoy de una manera y mañana de otra. Cada momento, tiene su propia densidad, su ritmo, sus dificultades, y su encanto y que debemos respetar y asumir si queremos hacer de la vida una oportunidad de realización.

En la sociedad del bienestar, en la que muchos viven precariamente el día a día; el miedo y la desesperación se apoderan de muchos corazones, la alegría de vivir se apaga, la falta de respeto y la violencia crecen, la inequidad es evidente, necesitamos aprender a vivir; mirando el presente sin la pesada carga de la culpa o de la amarga nostalgia del pasado, sin miedo ni reproches que nos paralizan; viviendo conscientemente cada momento para transformarlo en oportunidad, disfrutando con alegría, sin necesidad de poseerlo todo, tratando de desprendernos para compartir;

arriesgando y luchando sin esperar certeza total porque nos paraliza. Aprender a vivir es aceptar lo que la vida me ofrece con humildad, alegría y sencillez, huir es negarme, es endurecerme, es perder... es morir. Aprender a vivir es dejar fluir confiadamente mi vida, unida consciente, respetuosa, amable, discreta y amorosamente al inmenso proceso de la vida de la que soy parte activa. No hay que esperar a hacerlo todo bien, sino aceptar que, tras mis limitaciones, hay una bondad esencial que me ayuda a luchar y superar y a mantenerme firme en los momentos de tempestad.

Vivir con dinamismo, dejando fluir confiadamente la vida para que vaya creciendo y madurando, es apostar por el cambio para no dejarse arrastrar por la monotonía y el aburrimiento, es arriesgar con serenidad aprendiendo a renunciar y aceptar el sufrimiento y las derrotas momentáneas, es dejarse transformar porque lo que no cambia muere, es irnos preparando para la muerte, porque “la muerte es un espejo en el que se refleja todo el sentido de la vida” (Cabodevilla 2011: 53).

Saber vivir con confianza y dinamismo, es afrontar la muerte con serenidad, su presencia nos revela la fugacidad y la fragilidad de la vida, evita contentarnos con poquitas cosas y nos invita a vivir en la esperanza que nos hace tomar contacto con esa corriente profunda de energía silenciosa en nuestro diario vivir “para entrar en contacto con el corazón sagrado de la vida del que toda experiencia surge especialmente el sentido de nuestro ser personal” (Cabodevilla 2011: 70).

Saber vivir con confianza y dinamismo, animados por el Espíritu

En una sociedad que ha generado una economía materialista, competitiva, consumista, individualista, sensual, de la ley del más fuerte; que mata y que ha sido capaz de generar la “Cultura del descarte”, insensible, indiferente, incapaz de compadecerse del otro pobre y necesitado, que excluye y descarta a los débiles y los desecha como sobrantes, necesitamos vivir animados por el espíritu que es el aliento de vida que nos hace únicos; nos capacita y motiva para encontrar el significado de la vida y relacionarnos como individuos con nosotros mismos, con el mundo y con los demás, e integrarnos; nos da capacidad de apertura, de introspección, de sentido, de contemplación. El espíritu que nos ayuda a descubrir y a reconocer a Dios, a dejarnos sorprender por él; y al mismo tiempo nos abre a su amor para que penetre en nuestro

interior, podamos escuchar su voz, sentir su presencia y amarlo con todo el corazón. El espíritu nos permite amar de verdad, abrirnos a la alegría y a soportar el dolor, escuchar y dialogar, y a morir por el otro.

Saber vivir con confianza y dinamismo, animados por el Espíritu, contemplando a Dios que es Amor y Vida verdadera:

En una sociedad secularizada, que tiende a borrar a Dios de la esfera social y reducirlo al ámbito privado, sin significado alguno; en la que proliferan nuevos movimientos religiosos, necesitamos aprender a contemplar, amar y vivir de la mano del “Dios de Abraham, de Isaac, de Jacob, de Jesucristo”³ el Dios del amor (I Jn 4,16), “que todo lo envuelve, que se revela en la historia y se hace al mismo tiempo presente en el corazón de cada uno. Un misterio que debe ser comunicado y no guardado” (Gutierrez 1989: 18).

Dios es amor, encuentra su traducción en «Dios entregó a su propio Hijo» (Rom 8,32), entregó, no simplemente envió, es la máxima cercanía a nosotros de Dios, es la cercanía de «Dios Crucificado», débil, impotente ante los hombres, despojado, anonadado, humillado (Fil 2,6ss); así asume el ritmo vital y creyente del amor, “ámense los unos a los otros como yo los he amado” (Jn 15,12) y en su muerte ofrece un Dios herido y maltrecho, que excluye toda loca esperanza de inmortalidad; y todo sueño y fantasía de poder y de grandeza. Jesús nos enseña a vivir como criaturas mortales comunes y corrientes; nos muestra que lo esencial es el amor fraterno, y con su resurrección nos revela que la muerte no es la última palabra, ahí nuestra verdad, esperanza y plenitud. “Sólo el amor permite afrontar la muerte. Porque el amor es ya una especie de muerte por medio de la cual se aprende a considerar como nada lo que era valorado anteriormente y a abrirse al Otro, a entrar en el mundo del otro, a entrar en otro mundo. Si habéis amado, vuestra muerte os parecerá a vuestro amor” (Evelly 1980: 33). ¿Qué debo hacer para ganar la vida eterna? Le pregunta el joven rico a Jesús, “vende todo lo que tienes... luego ven y sígueme” le dice Jesús mirándolo con amor.

³ Esta frase es de Blas Pascal que la tenía escrita en el Memorial que llevaba siempre consigo.

2.3.3. *El hombre de hoy, preparándose para la muerte*

El hombre de hoy ha abandonado todas las muletas, ha prescindido de todas las genuflexiones. Está de pie, pero sólo; se ha convertido en dios y ha perdido toda referencia válida y universal, no le queda nada por admirar, nada que lo sobrepase, cree poder todo y se ha hundido en su insignificancia y en su soberbia, por eso le teme a la muerte. El hombre de hoy necesita urgentemente darle sentido a la muerte. Ha intentado buscarlo con el prisma de la racionalidad científica, pero se ha dado cuenta que ese camino no es el adecuado; es la vida, el camino para entender la muerte, es a través de la vida, con su abanico de experiencias, agradables y angustiantes donde vamos encontrando el verdadero sentido de la muerte: es parte de la vida, y es un acontecimiento que debe vivirse. Y es en el camino de la vida recorrida en actitud de oración, gratitud y alabanza donde podemos encontrarnos con el Dios de la Vida que nos ilumina para poder penetrar el misterio de la vida y de la muerte.

Conclusión: “el enigma dramático de la muerte existencial, de la muerte personal, única e intransferible” (Fernandez del Riesgo 2007:329)

La certeza de la muerte nos debe llevar a buscar el sentido de la vida y a integrarlas; para responder al reto que nos plantea nuestra finitud que se enfrenta al sufrimiento, a la muerte y a la insaciabilidad del hombre; “todo objeto, todo instante es demasiado poco para el hombre, él mismo es demasiado poco para sí, puesto que es siempre infinitamente más de lo que sería si fuera solamente eso” (Fernandez del Riesgo 2007: 330) es necesario que el hombre emprenda sus empresas como finitas y las quiera como absolutas. Esta integración sólo es posible desde la fe en el Dios de la vida. “O hay un fin último transhistórico o no hay un auténtico sentido último para la existencia humana y su historia” (Fernandez del Riesgo 2007: 333). Sólo Dios puede darle el acabado decisivo, definitivo y de recapitulación a la muerte. En la Resurrección de Cristo, el hombre encuentra la razón que nada es en vano, la garantía del éxito definitivo de todo el esfuerzo solidario y la luz que abre el horizonte al sufrimiento, a la injusticia y a la muerte porque se tendrá conciencia que la muerte es lo penúltimo.

2.4. EDUCAR PARA LA MUERTE

*No basta con pensar en la muerte, sino que se debe tenerla siempre delante.
Entonces la vida se hace más solemne, más importante, más fecunda y alegre.*

Bob Marley

Estábamos en el patio, los niños de la catequesis familiar salían de su encuentro, sus mamás esperaban en el jardín a sus hijos. Tarcila, una niña de 8 años, salió con cara triste, con su mochila y en la mano un pañuelo con un pajarito muerto, se lo enseñó a su mamá y le pidió para llevarlo y enterrarlo en el jardín de la casa, su mamá lo cogió y lo guardó en una bolsa con la intención de enterrarlo; algunos al ver al pajarito muerto se reían, otros pedían que lo botaran a la basura. Sensibilidades y formación distinta. La muerte está presente en el cada día de los niños con toda normalidad, forma parte de sus juegos, curiosidades, preguntas, momentos significativos, conversaciones; comentarios como “mi abuelito está en el cielo”, “¿Verdad que si te mueres te vuelves piedra seca?” los escuchamos siempre.

Yoli, es otra niña de la catequesis, tenía 8 años, un día que estaba en el atrio del templo conversando con su mamá, se acercó y le preguntó ¿Dónde vamos cuando morimos? “No lo sé, le contestó. Y tú, ¿lo sabes?”; “Claro que sí”, le contestó. “Nos convertimos en pajaritos de color blanco y volamos al cielo”. Yoli recibió esta respuesta, otros niños reciben respuestas evasivas como “Eres muy pequeña para pensar esas cosas”; “¿No ves que estoy trabajando?, hablaremos luego”, etc. es una pregunta incómoda que exige respuesta clara; pero muchas veces no es así, y los niños buscarán a personas adultas en quien confiar para preguntarles, porque ellos seguirán preguntando, buscando, experimentando o sencillamente aprenderán que “sobre algunos temas, mejor ni hablar” porque la muerte está presente en la mente de los niños. El niño no tendrá más miedo a la muerte que el que se le inculca.

Hablaba con algunos adolescentes y jóvenes de la confirmación sobre el tema de la muerte, la eutanasia, el comunicar las malas noticias o no, o sobre las eventualidades trágicas; y me encontré con que tienen su propio criterio ciertamente influido por las creencias y sus costumbres, y que están dispuestos a hablar sobre el tema, de manera clara, real y directa. “La muerte como realidad concreta y contenido adulto es irreversible, fenoménica, trágica, misteriosa, incomprensible, artificiosa disfrazada, tabuizable e incluso cotizabile en bolsa, en cambio la muerte como

existencia simbólica y precontenido infantil (hasta los 6 años aproximadamente) es no irreversible, imaginaria, lúdica, experimentable, intuitiva, espontánea (natural), escatológica (transgresora) y de interés variable. Los adolescentes se encuentran a mitad camino entre estas dos posiciones” (Cortina, y Herrán 2005;1).

La muerte está por todas partes, desde el instante mismo en que entramos en la dinámica de la existencia, estamos expuestos a la muerte como condición de maduración y crecimiento de la vida. Todo ser viviente acaba muriendo, no hay vuelta de hoja, todas las cosas bellas que sucedan sabemos que están condenadas a desaparecer o a transformarse; y aunque la sociedad actual intente ocultarlo, maquillarlo, o ignorarlo, de nada sirve, porque la muerte terminará mostrando su fuerza y si no sabemos enfrentarla conoceremos su lado más oscuro, horrible y tenebroso.

“Actualmente y en esta parte del mundo, vivimos una situación paradójica, por un lado la muerte es una cuestión tan central como evitada; una pregunta más que una respuesta, un patrimonio secreto de la humanidad, un eje de la vida humana incompatible con la *macdonalización* social y de la educación. La muerte contiene un valor formativo extraordinario, si entendemos como formativo todo aquello que facilite y permita el desarrollo pleno de las potencialidades del sujeto y a pesar de todo, estamos desperdiciándolo, cuando lo lógico sería poder reflexionar sobre ello compartiendo temores y dudas”. (Cortina, y Herrán 2005;1).

“Sería muy útil que hubiese más gente que hablara de la muerte como de una parte intrínseca de la vida, de la misma manera que no vacilan en hablar de alguien que está esperando a otro niño” (Kübler-Ross, 2005: 42).

2.4.1. *El tabú de la sociedad moderna*

La muerte está por todas partes, casi siempre pasa inadvertida, porque nos hemos encargado de tenderle un manto encima para tratar de ocultarla a nuestros ojos, “la muerte sigue sin poderse hablar” (Pedrero & Leiva, 2011:3). Hablar de ella en conversaciones comunes suena a broma de mal gusto, ver un cadáver parece algo sucio, hay que ocultarlo maquillándolo para que parezca dormido, hablar de ella en el colegio parece absurdo; la muerte dejó de ser pública, el entierro se mira con indiferencia, salvo que sea un personaje importante, se intenta que pase inadvertido en la sociedad que sigue su ritmo como si nada pasara, es mejor evitarla, nos llena de miedo, pensamos que así nos protegemos y protegemos a nuestra familia, especialmente a los niños, cuando lo que estamos haciendo es producir el efecto

contrario, impedir que poco sepan luego enfrentarse a situaciones difíciles o críticas, a esas “pequeñas muertes” (fracasos, perder dinero, rompimiento de la familia, enfermedad, fracasos amorosos o escolares) que tarde o temprano tocan las puertas de nuestras vidas porque le estamos quitando los recursos existenciales necesarios. Se hace urgente pues “romper el tabú de la muerte, pues, si la muerte forma parte de la vida, tenemos que aprender a hablar de ella con libertad” (Cantero, 2013:425).

El miedo a la muerte

El miedo a la muerte es de siempre y de todos, siempre ha existido porque es el miedo a lo desconocido y no lo podemos evitar. Bauman, define a la muerte “como ‘la encarnación de lo desconocido’ y entre todo lo demás desconocido, es el único que es plena y realmente incognoscible” (Cantero, 2013:425). La muerte viene con momentos tan dramáticos y traumáticos que sacude los cimientos más hondos de la vida, por eso nos aterra y muchos ni siquiera quieren oírlo, huyen de ella; pero sin sufrimiento, sin dolor, el ser humano no llegaría a tener conciencia de sí mismo, de su identidad y de su misión.

Y aunque es de todos y de siempre, el miedo, varía en su intensidad y en su consciencia porque va de acuerdo a la edad y al momento. No es el mismo miedo a la muerte de un niño que el de un adulto, tampoco es igual que hace algunos años, con el tiempo ha ido evolucionando y haciéndose cada vez más intenso debido al cambio de la mentalidad y los ritos y costumbres que han acompañado el momento de la muerte y que de una u otra manera le daban sentido. Vivimos en una sociedad que niega a la muerte. Morín califica la idea de la muerte como “la idea traumática por excelencia. ¿Por qué? Porque la muerte es la negación de toda posibilidad a cualquier sujeto vivo concreto: la muerte trunca todo” (Cantero, 2013:425).

“Ya es hora de encarar este tema tabú y de dejar a un lado ese lenguaje eufemístico, que nos ha llevado a concebir expresiones como “volar al cielo, dormir como la princesa del cuento...”, las cuales nos complican aún más la comprensión de lo que significa el hecho de morir, la perspectiva final de la vida o el qué hacer ante un diagnóstico terminal” (Cantero, 2013:426). Necesitamos comprender el momento y familiarizarnos con los sentimientos que suscita, porque si somos capaces de entenderlo y asimilarlo, entonces será más fácil superarlo; de otro modo, algunos se

pasarán toda su vida, tratando de rehacerse de una pérdida o de una ruptura porque nadie les preparó para pasar por ello.

“No se puede vencer el miedo. Hay que entenderlo [...] No tenemos que vencer nada. Pero ciertamente tenemos que entender todo lo que nos concierne: nuestra mente y su funcionamiento. La gente tiene miedo porque no entiende ciertas cosas, y el miedo nace de su ignorancia. Porque somos personas incompletas, inmaduras y humanas vivimos condicionados por miedos diversos: a la soledad, al fracaso, a la locura, a la muerte, a la autorrealización, a pensar por uno mismo, a la responsabilidad y al compromiso, etc. Por ello es frecuente vivir defendidos, o sea, ocultos detrás de algo: una profesión, un papel, un cargo, un estrato de creencias, un ismo, uno o varios personajes, otras personas, etc. Ese miedo se puede reconocer. Lo que resulta más difícil de percibir es que muchos miedos vitales ocultan el fantasma no nombrado de la muerte. En general, hablar de los miedos produce miedo, pero jugar con los miedos ayuda a liberarlos. Darse cuenta de todo esto es empezar a trabajar sobre nosotros mismos y emprender el camino de la autoformación” (De la Herrán 2009: 30).

2.4.2. *La muerte, un hecho biológico y también biográfico y cultural*

Frente al misterio de la muerte se plantean muchas interrogantes, las respuestas tendrán que ver entre otros factores, con el grado de educación alcanzado, la clase de formación recibida y la cultura imperante del grupo, “la muerte no es un hecho simple y obvio; al suceso orgánico hay que añadir el conjunto de creencias, definiciones, emociones y actividades que difieren de una sociedad a otra... Toda sociedad proporciona a sus miembros algún tipo de teoría sobre la muerte y el destino probable de cada uno... Siempre hay un conjunto de normas culturales sobre el modo, forma, momento, significado y sentido del morir, además de un sistema de valores y opciones en torno a la muerte” (González y Plaza 2007:2).

2.4.3. *Educar para la muerte:*

Educar

“Educar no es escolaridad, no es sólo sistema educativo, es lo que hemos conseguido hacer con nosotros, a donde hemos llegado con nuestra razón, que es lo que a la postre somos, incluyendo en ella espiritualidad, sentimiento, afecto, productos, errores, etc. De la educación depende todo, somos el resultado de nuestra educación. Y la educación tiene mucho que ver con ese diagnóstico y con esa terapéutica de sentido humano” (Herrán y Cortina 2007:116). Para avanzar en el proceso se necesita ejercer todas las capacidades humanas; sensibilidad, fuerza de voluntad, conciencia limpia, inteligencia, y en las acciones diarias, se trata de consejos oportunos,

testimonio de vida, ambiente adecuado, vigilancia, atención, habilidades físicas e intelectuales con las que llega a un verdadero desarrollo humano, moral y sobrenatural.

En medio de los vertiginosos cambios sociales, la educación ha ido experimentando cambios, especialmente en los ámbitos en los que hay que incidir para un proceso de enriquecimiento mutuo en un proceso educativo auténticamente humano; ahora se trata de incidir en algunos espacios de comunicación que tienen prioridad como es la salud, la sexualidad, la cultura de la paz, los Derechos Humanos, la dimensión afectiva y la inculturación. En el proceso educativo a la que estamos llamados todos a vivir como espacio de maduración y crecimiento, en el tema de la muerte se aprecia un hueco vital y tratándose de una cuestión fundamental a la que todo ser humano tiene que enfrentarse en algún momento de su vida, es necesario poder hablar de ella, de manera serena, abierta y libre y aunque pareciera absurdo es indispensable si queremos asumir de manera sincera una Educación para la Vida.

Educación para la muerte

Muchos piensan que cuanto menos se hable o se piense en la muerte, cuanto más se evite o se oculte, cuanto más nos mantengamos alejado de ella, cuanto más podremos gozar la vida; sin embargo, la práctica va diciendo lo equivocado que están, cuanto más nos empeñemos en alejarnos de la muerte cuánto más difícil se hará el camino de la comprensión y de la madurez de la vida. ¿Por qué nos negamos a entender la muerte? ¿Por qué no queremos aceptar la muerte? si morir es un fenómeno tan frecuente como la vida, ¿por qué la escamoteamos?

Estamos en una sociedad inmadura, superficial, consumista; cuya molécula es el egocentrismo individual y colectivo, el hombre vive apegada al cuerpo, a sus cosas, a sus bienes, a sus experimentos, a sus conductas limitadoras que parece le ofrecen seguridad y consuelo; se queda en lo exterior, vive en una falta de cultura generalizada que suscita miopía; vemos bien pero de cerca, se baja el nivel de la mirada, porque cuando se alza la mirada se ve borroso, no se comprende, no se distingue, así el horizonte pierde relevancia, la trascendencia pierde altitud y se vuelve inmanencia y no se incorpora a la escena personal y social. Así no se avanza, se retrocede, así no se crece sino se paraliza y se acaba envuelto en el caos, el miedo y la desesperación. “Es necesario crear espacios de apertura e investigación personal, donde a cada persona se

le otorgue la oportunidad de aceptar e integrar la muerte como un hecho natural y hermoso, que libera al ser humano de sus ataduras terrenales, permitiéndole expandir y fundir su esencia infinita...” (Olmedo 2009: 15).

Educar para la muerte; para suscitar una nueva sensibilidad hacia la muerte

Necesitamos crear una nueva y verdadera sensibilidad sobre la muerte; que sea capaz de superar condicionamientos sociales, religiosos, y culturales que distorsionan nuestra percepción, nuestro sentimiento y nuestra reacción ante la muerte y nos ayude a evitar dejarnos llevar por nuestro egocentrismo o nuestros conocimientos sesgados.

Para descubrir el valor educativo de la muerte

Que contrarreste el miedo en ocasiones exacerbado, que tenemos a la muerte y termina bloqueándonos ante la vida. El niño empieza la vida sin miedo a la muerte y termina temiéndola, ¿Qué paso? Sus miedos vitales se incrementaron y su concepto de muerte cambió influenciado por el comportamiento social de concebir la muerte como un tabú, una cosa de mal gusto y una amenaza que lo martillea constantemente que hace que la muerte corra paralelamente al egocentrismo y nos impida ver la muerte con transparencia.

Para afrontar la única certeza de la vida: vamos a morir

La educación que se brinda hace como si la muerte no existiera, como si no tuviera nada que hacer con la formación humana y lo único que hace es trasladarla al ámbito privado: todo un comportamiento de adolescente. Un comportamiento maduro lleva a afrontar la muerte con serenidad y esperanza que permita remontarla y trascenderla; entonces la muerte educa porque redefine la mirada de la vida, la completa y la orienta. “Aprender de lo que la muerte como fenómeno nos enseña conduce a reconocer que ignoramos mucho y que no somos el centro del universo, aunque nos pese, sino un fragmento insignificante pero insustituible de su proceder. Se trata también de aprender a vivir con las ausencias, de recordar a los seres queridos con agradecimiento y plenitud, de convivir con la nueva situación tras una pérdida y, si es posible, de ser un poco más conscientes y mejores tras ella” (De la Herrán 2009: 46).

Afrontar la muerte nos hace conscientes de nuestra finitud, nos permite vivir más intensamente, evita dejar para más adelante el ocuparnos de nosotros mismos y de los seres que nos rodean y nos permite adentrarnos en lo más profundo de nuestra existencia, obteniendo una visión más cierta e intensa de la vida.

Lo más probable es que hayamos aprendido en nuestra formación métodos para ganar dinero, como manejar los últimos aparatos tecnológicos, crear una familia y construirse una vida, pero también es probable que no hayamos sido proveído de recursos existenciales para cuando perdemos dinero, se destruye la familia o empieza a desfallecer la salud y se tienen que enfrentar a la terrible experiencia de la muerte. Todo lo tienen que inventar sobre la marcha; y a solas, sin que nadie haya meditado colectivamente con ellos, detenidamente, la condición humana y el dolor.

Necesitamos formar a la persona en aquello que es lo más importante, en la conciencia de su condición humana y su finitud: ¿quiénes somos? ¿dónde estamos? ¿de dónde venimos? ¿a dónde vamos? ¿por qué el sufrimiento, el mal? situarlo en el universo y en la humanidad común y al mismo tiempo reconocer la diversidad y la singularidad de cada uno; es interrogarlo por su unidad compleja y multidimensional, por su condición cósmica e histórica en constante evolución continua y discontinua, en su doble principio biofísico y psico-socio-cultural; es abrirlo a la trascendencia, hombre y mujer creados por Dios que le ha infundido su Espíritu y los hace partícipe de su plenitud.

En sus dos vertientes, preventiva y paliativa

Es la respuesta a ambos lados de la muerte: la muerte como certeza y la muerte como trágica eventualidad. No es preciso el acontecimiento trágico para poder hablar de ella, se puede y se debe trabajar con y desde ella antes y después que suceda.

El aspecto preventivo, es de carácter permanente y sistemático, como teoría de carácter radical que amplía la mirada de la persona. Se trata de un proceso de aprendizaje de contenidos sobre la muerte y el proceso de morir a través de la reflexión y profundización ayudado por el testimonio y las tesis de personajes que han profundizado sobre el tema de la muerte; que ayude a identificar los miedos, sesgos, prejuicios, ideologías, mitos, ritos, creencias, supersticiones en torno a la muerte y a los muertos y permita un reaprendizaje que nos haga cada vez más consciente de la vida, se trata de

“un paulatino aprender a morir a lo parcial para renacer en lo más universal o formativo, desde la adquisición progresiva de mejor preparación y más conciencia. Indirectamente, dispone mejor al sujeto para afrontar situaciones de pérdida significativa” (De la Herran – Cortina 2008: 412).

El aspecto paliativo, es de carácter circunstancial, cuando se da la pérdida de un ser querido o cuando ocurre de manera imprevista o violenta la muerte y golpea no sólo a los suyos sino al grupo en general y se extiende a toda la comunidad. A través de un trabajo planificado y coordinado que, teniendo como primera referencia a los jóvenes, se involucre a toda la comunidad y sea capaz de atender y asumir la experiencia de la muerte.

“Trabajar este tema requiere un aprendizaje, que se debe producir a lo largo de toda la vida, aunque en la sociedad actual hemos interiorizado que solo es pertinente en la vejez, ya que ella no entiende de edades ni de discriminaciones, tampoco respeta etapa alguna del ciclo vital, pues, la muerte es un hecho inevitable (estemos o no preparados para asumirlo) y repercute en cada uno de manera singular y única. No existen dos muertes iguales, lo mismo que no hay dos vidas idénticas. Y aquí resulta pertinente la expresión de Zambrano (2007): “Allí donde comienza la conciencia, comienza también la claridad” (Cantero 2013: 425)

2.4.4. *Una educación para la Vida*

Si buscamos calidad de vida, entonces la única manera sincera y posible que tenemos para alcanzarla es educando para la muerte, es insertando la muerte en la vida de cada uno de nosotros, “Sin duda saber que algún día tenemos que morir, que nuestra existencia es finita, no debe conducirnos ni a la desesperación ni a la angustia, sino a la serenidad de saber vivir intensamente cada momento, porque cada instante de nuestra vida es único e irrepitible y tiene valor por sí mismo, y la vida, por esta razón, es apasionante y vale la pena de ser vivida” (Pedrero y Leiva 2011: 4)

Necesitamos encontrar sentido al presente, ya que el aquí y el ahora, tiene sentido en la medida que algún día tendrá su fin. “Si la persona tuviese un tiempo infinito a su alcance, el mañana sería tan bueno como el hoy, y no habría ninguna razón para hacer nada, para empezar nada. El presente, en este marco, dejaría de tener sentido. Sin el horizonte de la finitud no existe ilusión por el instante, por los momentos precarios, frágiles” (Pedrero y Leiva 2011: 6)

Necesitamos encontrar el sentido a la muerte unida al sentido de la vida, y que podamos y sepamos transmitirla con eficacia y esperanza a las próximas generaciones. “Una educación para la muerte, una pedagogía de la vida, tiene que empezar desde la

infancia, como algo natural. No debemos temer que los niños y las niñas vean a sus familiares muertos y participen del duelo, que vayan al entierro, y que lloren y nos vean llorar. Todo esto es humano, y si educar para la muerte es alguna cosa, sobre todo es educar humanamente. Sin el horizonte de la finitud no existe ilusión por el instante, por los momentos precarios, frágiles.” (Pedrero y Leiva 2011: 7)

Una educación de toda la vida

En cualquier edad, e incluso me atrevería a decir que cualquier momento, - desde los 3 a los 4 años, que es cuando el niño comienza a interrogarse sobre la muerte- es bueno para abordar el tema de la muerte. Se trata de mantener conversaciones sobre la muerte desde las propias preguntas y respuestas que el niño formula. De este modo y a medida que el niño va creciendo, integrará y aceptará plenamente la muerte como parte esencial de la vida.

Todos morimos un poco cada día y ser conscientes de ello, darnos la oportunidad de observar su importancia y trascendencia nos permitirá vivir en libertad y amor consciente. “La experiencia más bella y profunda que pueda tener el hombre es el sentido de lo misterioso (...) Percibir que, tras lo que podemos experimentar se oculta algo inalcanzable a nuestros sentidos, algo cuya belleza y sublimidad se alcanza sólo indirectamente y a modo de pálido reflejo, eso es trascendencia”. (A. Einstein)

2.4.5. Conclusión: Una educación para cambiar y transformar la vida

Nuestra sociedad del siglo XXI, tan fragmentada por los “ismos” ideológicos, la superficialidad y el egocentrismo individualista, tiene necesidades formativas profundas y permanentes que nos demandan, y uno de esas necesidades formativas es la muerte y unida a ella el del sufrimiento; no incluirla e ignorarla es hacer una formación que como los picarones deliciosos se centra en temas colaterales y deja sin abordar huecos vitales con las consecuencias del surgimiento de una persona débil, egocéntrica y una sociedad sesgada y banalizada. Necesitamos favorecer un enfoque humanizante que ayude a elaborar y construir la muerte a partir de observar lo exterior y a los demás y de pensar y sentir nuestro mundo interior, que ayude a mirar la muerte con un concepto amplio y no con una visión reducida sinónimo de sufrimiento, dolor o duelo, como ha sucedido con la educación sexual que responde sólo a genitalidad;

es importante contemplar la muerte desde su lado positivo de vida, de madurez y plenitud que ayude a una actitud interpretativa y receptiva; que parta de nuestra condición de finitud y fragilidad que nos impida sentirnos como dioses; entonces no será sólo Educación para la Vida, sino Educación para cambiar y transformar la vida.



CAPITULO III

DISEÑO DEL PROYECTO

Título: Proyecto de Innovación “Encuentros formativos para enfrentar la muerte”

Este Proyecto tiene como objetivo central el tratar de formar la conciencia de la persona con y para la muerte, porque morir es tan frecuente como vivir, y mutuamente se generan, condicionan y contienen. Se intenta profundizar sobre la verdad, “la gran certeza de la vida” que intentamos ocultarla o evadirla permanentemente y normalizar la referencia objetiva a la muerte. Queremos dar pistas para replantear el sentido de lo que hacemos sobre todo en momentos en que debemos ayudar a asumir la muerte en nuestra familia, entre nuestros amigos, en el colegio o en el barrio.

3.1. Descripción del proyecto:

En la Parroquia Señor Crucificado de Santa, se ofrecerán talleres relacionados con un tema vital denominado: “*Encuentros formativos para enfrentar la muerte*”, en el que encontramos la pregunta central a desarrollar: ¿Qué sucede cuando en la familia, en la escuela, en el barrio, no nos dicen una sola palabra sobre el significado del sufrimiento o de la enfermedad, cuando no se hace ningún comentario sobre la muerte, sino al contrario se trata de ocultar, maquillar o ignorar?, Sabemos que, una formación sin dialogar sobre la muerte, es la muerte de toda formación, porque formar sin tratar lo más importante y condicionante para la vida, descalifica cualquier formación humana. Se trata de formar a los jóvenes para que cada día sean mejores

en la vida, y prepararlos para la vida es prepararlos para que afronten esas pequeñas muertes de la vida, incluyendo la muerte de nuestros seres queridos y finalmente la nuestra. Se trata de motivar e invitar a los jóvenes a encontrarse para hablar de este tema tan complejo con delicadeza, con libertad y prudencia. En tal sentido, se propone las siguientes actividades:

1. Implementación de 5 talleres de sensibilización para formar la conciencia de la persona con y para la muerte, destinado a jóvenes entre 15 años a 20 años en edad escolar y egresados pertenecientes a la Parroquia Señor Crucificado de Santa.
2. Desarrollo de 5 talleres de sensibilización para formar la conciencia de la persona con y para la muerte, destinado a jóvenes entre 15 años a 20 años en edad escolar y egresados pertenecientes a la Parroquia Señor Crucificado de Santa. Estos talleres buscarán sensibilizar a los jóvenes sobre el sentido que tiene la muerte, esa muerte que miran con temor y pesadumbre,

Sensibilizar a ese joven, que cada día oye y lee en las noticias ya sea por la TV, la radio, el periódico o el internet sobre desgracias ocurridas: ¡No hay noticiero sin muertos! Muertos por indigencia o destrucción, por terrorismo o guerra, por violencia callejera, a manos de sicarios, por venganza, etc.

Sensibilizar a ese joven que está acostumbrado a muertes de ficción que para nuestro entretenimiento se nos ofrece en un sinnúmero de películas policiales o del oeste, tragedias, sagas, etc. “En una asamblea de la American Academy of Pediatrics en 1971 se hizo la siguiente comunicación: ¡Un niño de 14 años puede haber visto en televisión por término medio un total de 18.000 muertos!” (Küng, 1983: 263)

Sensibilizar a ese joven, que las escenas diarias de muerte encuentran escasa repercusión y a lo más le conmueve unos momentos, pero que no le afectan en lo profundo de su ser; a ese joven que así no llega ni a la experiencia inmediata de la muerte, ni a la reflexión sobre ella, sino a su represión.

Sensibilizar a los jóvenes para que estén en condiciones de asumir una nueva actitud ante la muerte:

Hasta el siglo XV el término de vida era de 30 años, lo que le permitía a un niño trabar con toda naturalidad contacto con la muerte de sus parientes. Hoy que

la esperanza de vida bordea los 75 años, hace que muchos niños no logren ni siquiera ver el cadáver de uno de sus parientes, eso hace que el proceso de socialización en la primera fase de la infancia tan decisiva no desempeñe ningún papel para instalar la realidad de la muerte, ni su asimilación y superación existencial.

Antes se moría en la familia, allí se vivía el proceso de la muerte en total cercanía con sus familiares, amigos y allegados, hoy ese mismo proceso lo vivimos en el hospital, rodeado de médicos y especialistas que ni quieren ni deben comprometerse con el moribundo y la hora de la visita permite un contacto temporal y limitado; y por último los medicamentos hacen muchas veces que la agonía sea un apacible adormecimiento.

Una industria funeraria perfectamente organizada para hacer que los parientes se preocupen lo menos posible y tengan el menor contacto con el cadáver. Un centro de trabajo que reduce el duelo por la muerte de un trabajador puntualmente al día del entierro y que no espera mayores signos de la ausencia del difunto, sino que es rápidamente sustituido.

El joven que participó de los talleres debe estar en condiciones de intentar entender y asumir una nueva actitud ante la muerte: Vivir su propia muerte, exclusiva y personal con todas sus taras, temores y esperanzas.

Con una consigna ¡Si quieres la vida, prepara la muerte! Pero impregnada de fe, y aunque no nos haga ir “jubilosos a la muerte”, por lo menos nos permita entender el día de la muerte.

Con la mirada y la fe en el Dios de la Vida, en el Dios de Jesucristo, que tuvo la primera palabra al crearnos, y tiene también la última y definitiva palabra, y esa palabra es ¡Resurrección! Es vida eterna, es vida en plenitud; eso permite que tengamos fe en nuestra vida, en mi vida eterna y hace posible morir una muerte humana distinta, verdaderamente humana: una muerte cristiana.

Una actitud capaz de superar lo negativo, lo tenebroso, lo mortal; no reprimiendo emociones y temores, disimulando pasiones y dolor, aparentando frialdad emocional, ocultando el miedo. Jesús también vivió bajo grandes

tormentos y angustia su muerte, lanzando el grito de abandono de Dios; pero seguro en el amor del Padre que lo abarca todo. “Es una muerte transformada, una muerte a la que se le ha arrebatado su poder” (Küng, 1983: 283), se le ha quitado su agujón. “Una muerte que sabe que no morimos hacia una oscuridad, un vacío, una nada; sino morimos hacia un nuevo ser, hacia la plenitud, hacia la luz de un nuevo día distinto y pleno. Sólo necesitamos dejarnos conducir” (Küng, 1983: 293).

Para el desarrollo de esta propuesta, se debe socializar con los miembros de la comunidad sobre los temas a tratar, especialmente con los padres de familia de los jóvenes que asistirán al desarrollo de los talleres.

A qué llamamos Talleres

El taller implica como su nombre lo indica, un lugar donde se trabaja y se elabora. Es una forma de enseñar y aprender mediante la realización de algo. Se aprende desde lo vivencial y no desde la transmisión. Predomina el aprendizaje sobre la enseñanza. Se trata entonces de un aprender haciendo, donde los conocimientos se adquieren a través de una práctica concreta, realizando algo relacionado con la formación que se pretende proporcionar a los participantes. Es una metodología participativa en la que se enseña y se aprende a través de una tarea conjunta. El trabajo tiende a la interdisciplinariedad y posee un enfoque sistémico, lo que significa que la realidad no se presenta fragmentada; por tanto el trabajo que se desarrollará se hará de diferentes maneras para hacerlo dinámico y atractivo.

Lugar de realización del proyecto:

El lugar físico será la Parroquia Señor Crucificado de Santa, de la diócesis de Chimbote, está ubicada en el norte del país, a la altura del kilómetro 444 de la Panamericana Norte y abarca todo el Valle del Río Santa, desde Suchiman hasta su desembocadura en el Puerto de Santa en el Océano Pacífico. Allí se aplicará en un proceso diferenciado en la que se va a ir progresivamente organizando en las diversas zonas parroquiales.

3.2. Objetivos proyectados:

Los objetivos que guían este proyecto son:

Objetivo General

Implementar, desarrollar y evaluar los talleres de Sensibilización denominados: “Encuentros formativos para enfrentar la muerte”, para desarrollar una cultura de aceptación a la muerte, un “Ars Moriendi” (el arte de morir) como parte de su vida cotidiana de los jóvenes de 15 a 20 años, pertenecientes a la Parroquia Señor Crucificado de Santa.

A: Favorecer una familiaridad con la muerte que prepare a la persona para asimilar y digerir tantos los miedos como las pérdidas significativas, sea una defensa activa y la lleve a un progresivo cambio conceptual en torno a la muerte.

B: Comprender la Muerte como ámbito formativo que permita introducir la muerte dentro del ámbito de lo natural y permitir que fluya y organice nuestra mirada y nuestro proceder. Recuperar la normalidad perdida por la visión de una muerte tabú que nos horroriza y que nos impone la sociedad, permitiría que la persona estuviera mejor preparada para asimilar el golpe que proporciona la muerte de nuestros seres queridos y el pensamiento de nuestra propia muerte.

Objetivos Específicos

A: Implementar talleres de sensibilización al joven incorporando el ámbito formativo de la muerte, que nos ayude a ser cada vez más conscientes que la vida no comienza con uno, ni termina en cada uno, ni en sus contemporáneos; somos herederos del trabajo y el empeño de tantos que nos han antecedido y que podemos contribuir a la mejora social desde la mejora personal y nuestro conocimiento. La muerte se convierte así en principio orientador de la vida y generador de autoconciencia.

B: Desarrollar los talleres que permitan sensibilizar al joven sobre el arte de vivir y de morir, desde la conciencia de finitud a la que toda la vida va asociada, donde cada momento es una oportunidad que no retornara, es incalculablemente valiosa, única, irrepetible, flexible y creativo y es necesario vivirla con pasión y entrega. “Vive

como si fueses a morir mañana. Aprende como si fueses a vivir para siempre” (Ghandi).

C: Evaluar el proceso y el desarrollo de los talleres de sensibilización y cambio que deben sufrir los jóvenes a través de las actividades relacionados a comprender la Muerte como ámbito formativo y como parte de nuestra vida cotidiana.

3.3. Estrategias y acciones

Estrategias

El proyecto se ha elaborado en tres momentos diferentes pero interdependientes entre sí; un primer momento fue el planteamiento del problema, la justificación y reflexión sobre los diversos testimonios y experiencias vividas que ayudaron a acercarse al problema de la muerte; igualmente se ha tratado de iluminar el misterio de la muerte desde diversos ángulos disciplinario.

En un segundo momento se trató de dialogar con los jóvenes sobre el problema de la muerte, a partir de una experiencia fuerte de muerte de alguna persona significativa para la comunidad, con los familiares y amigos cercanos de la persona fallecida, de manera informal, a veces a partir de la petición para conversar de algunos allegados que fueron dando luz de la situación frente a la muerte que manejaban los jóvenes.

Finalmente, se elaboró un proyecto de formación para los jóvenes sobre el tema de la muerte que consiste en cinco talleres; y se elaboró el informe final respectivo del proyecto.

Acciones: Encuentros formativos: talleres y Acompañamiento educativo

Los encuentros formativos para afrontar la muerte, el morir y el duelo, se basa en la idea que, asumiendo la certeza de la muerte; algunas actitudes, situaciones y prácticas, muchas de ellas propiciadas por la sociedad actual, pueden ser transformadas, permitiendo que los individuos y las instituciones estén en mejores condiciones para enfrentar la muerte.

Se abordan los siguientes contenidos: la muerte natural y la muerte violenta, el duelo, la muerte vista desde la fe cristiana, algunas situaciones especiales como el suicidio, la eutanasia y los enfermos terminales y la muerte como parte de la vida.

Tratar el tema de la muerte con personas jóvenes, como son los estudiantes de Secundaria, es algo delicado y complejo. Esto implica entrar en un tema todavía “tabú”. A los estudiantes les cuesta hablar, expresarse y manifestar sus miedos, dudas, angustias y dificultades en relación al tema.

El enfoque metodológico, intenta en primer lugar crear un ambiente que ponga énfasis en el amor, la intuición y la misericordia, que contrarreste la corriente fría, racional, verbal, ambiciosa, dominadora que nos impone la sociedad y que mira la muerte como un tabú y termina adoptando actitudes de miedo y temor frente a ella; esto ayudará a ver las situaciones de eventualidad trágica con más naturalidad y serenidad. Coherencia, escucha, honestidad, respeto, generosidad, diálogo; es la propuesta para crear este clima de sensibilidad, fluidez, seguridad y naturalidad que se necesita para abordar el tema. Se trata de crear también un ambiente de absoluta libertad, donde cada uno pueda expresar sus sentimientos, y miedos sin ser estimulado, reprimido o interrumpido y sea escuchado con respeto y confianza, evitando toda mirada inquisidora, acusaciones ligeras o juicios desafortunados. Todo esto con el fin de respetar el desarrollo personal y la seguridad emocional del individuo.

La dinámica del aprendizaje tiene dos orientaciones, una es previa a la situación de eventualidad trágica, que consiste en una dinámica de:

- Aprendizaje de contenidos, y reflexiones que ayuden a entender el misterio de la muerte.
- Des aprendizaje de miedos, prejuicios, mitos, tabúes o creencias en torno a la muerte al morir los muertos y la posmuerte que impiden una comprensión serena y objetiva de la muerte.
- Reaprendizaje de nuevos conocimientos y actitudes que ayuden a una progresiva modificación de la visión sobre la muerte y les ayude a afrontar situaciones de pérdidas significativas.

Y la segunda orientación consiste en posesionarse frente a la vivencia de pérdida cercana o cuando ocurre sin avisar, en situaciones tan diversas según sea la persona que fallece, entonces es necesario saber cómo organizar el duelo y el acompañamiento personal.

Se intentará combinar dos enfoques: el enfoque didáctico (conferencias, paneles, reflexiones y presentaciones audiovisuales, cine forum) que tiene por objeto

mejorar el conocimiento; y el enfoque de la experiencia (experiencias personales, sociodramas, grupos de discusión, ejercicios que ayuden a crear una atmósfera de confianza mutua, serenidad, apertura, libertad, transparencia) que fomenta la participación activa de los interesados, evoca sentimientos y hace aflorar actitudes relacionadas con la muerte que deben modificarse. Y por supuesto, dentro de este proceso, sería muy importante involucrar a toda la comunidad.

Criterios de acción

Algunos criterios ayudan a alcanzar los logros propuestos:

- Los responsables de la formación tienen que tener elaborada su muerte, haber reflexionado y madurado su idea, haber realizado su autocrítica con cambio interior.
- Interiorización para un crecimiento personal.
- Claridad y verdad dichas con prudencia y calidez.
- Apertura contemplativa que evite adoctrinamientos inútiles que disfrazan la razón.
- Naturalidad y respeto haciéndolos protagonistas críticos y creativos de su investigación, no anticipándonos a las preguntas, no tapando huecos.
- Respetar al otro siendo flexibles y tratando de adecuarnos constantemente.
“La mejor manera de proceder es conforme a la Naturaleza. O sea sin violentar, sin acelerar, sin precipitar, sin suplantarle, sin evitar que dude y aprenda, sin darle todo hecho, sin mentir, sin amplificar, sin dolor, etc... respetándole en profundidad, escuchándole, estando disponibles, formándose para atenderle con más conciencia y total atención” (De la Herrán 2012: 32)

3.4. Talleres:

Los conceptos claves que se desarrollan en los talleres son muerte y vida, y el duelo por parte de la familia y los amigos de tal manera que puedan ayudar a la vivencia de una muerte tranquila, exenta en lo posible de dolor y a su hora ni adelantada ni atrasada.

Los contenidos están dosificados en cinco talleres:

Taller I: Muerte natural versus muerte violenta

Taller II: Mi amigo se ha muerto, ¿qué hago?

Taller III: Bienvenida hermana muerte

Taller IV: Morir con dignidad

Taller V: La muerte es parte de la vida

I TALLER:	MUERTE NATURAL VERSUS MUERTE VIOLENTA Una reflexión sobre la muerte. Testimonios
Contenido conceptual:	Razona con naturalidad y sensibilidad el misterio de la muerte.
Contenido procedimental:	<ul style="list-style-type: none"> • Analiza casos de muerte con naturalidad • Realiza una reflexión crítica y toma una postura frente a la muerte • Evita prejuicios, esquemas o muletillas preconcebidas o sensiblería inútil
Contenido Actitudinal:	Genera emociones, sensaciones y sentimientos que le ayuden a su crecimiento personal.

Motivación, informaciones, actividades, interacción y resultados:	Estrategias / Técnicas	Tiempo
MOTIVACION: ¿qué sabemos de la muerte?	diálogo	1° día
ESTRATEGIAS: “Todos tenemos que morir” <ul style="list-style-type: none"> • Panel, con noticias sobre diversos casos de muertes. • Lectura en silencio de las diversas noticias • Reflexión • Diálogo: causas, comportamientos, reacciones, consecuencias. • Testimonios • La muerte y su significado en algunos personajes 	+ Elaboración de panel + Reflexión en silencio + Diálogo Presentación de casos + Exposición	2° día 3° día
INDICADOR: elabora su concepto sobre la muerte	Actividad artística dibujo, poesía, panel	

II TALLER	MI AMIGO SE HA MUERTO: ¿QUÉ HAGO? Reflexiones y actitudes sobre el duelo, el dolor y el sufrimiento.
Contenido conceptual:	Conoce los elementos del duelo, expresión del amor por la persona desaparecida.
Contenido procedimental:	<ul style="list-style-type: none"> • Tiene capacidad para que elabore el duelo. • Maneja recursos existenciales para cuando llegue el momento pueda activarlos: escucha y acompañamiento.

Contenido Actitudinal:	<ul style="list-style-type: none"> • Facilita el espacio para que los amigos se expresen en momentos de sufrimiento, dolor o fracaso. • Respeta y apoya el duelo de los afectados, y ayuda a canalizar la ansiedad asociada a la muerte.
-------------------------------	--

Motivación, informaciones, actividades, interacción y resultados:	Estrategias / Técnicas	Tiempo
MOTIVACION: Documental “El último viaje”	Cine forum	1° día
ESTRATEGIAS: “La muerte no la podemos delegar, hay que enfrentarla, la del otro y la mía” <ul style="list-style-type: none"> • Canto; “No me digas adiós” • Testimonios sobre cómo han vivido algunos la muerte de su ser querido: diversos comportamientos. • ¿Cómo hemos vivido la noticia de la muerte de un amigo? • Reflexión sobre el duelo <ul style="list-style-type: none"> ○ Actitudes ¿qué hacer? ¿Qué no hacer? ○ Pautas de comportamiento – evitar comportamientos inadecuados 	+ Escucha en silencio + Diálogo + Razonamiento con naturalidad + Exposición + Diálogo + Video: los 5 momentos del duelo.	2° día 3° día
INDICADOR Sabe compartir el dolor, facilita y acoge las emociones, reconoce y acepta sus sentimientos,		

III TALLER	BIENVENIDA HERMANA MUERTE Una reflexión de fe sobre la muerte “No se angustien: crean en Dios y crean también en mí” (Jn 14:1)
Contenido conceptual:	Sabe aplicar los principios, actitudes y valores de la fe en momentos difíciles de dolor, sufrimiento, o muerte.
Contenido procedimental:	<ul style="list-style-type: none"> • Interioriza el misterio pascual de Jesucristo, su muerte y resurrección. • Conoce lo que dice la Palabra de Dios sobre la muerte.
Contenido Actitudinal:	Vive la muerte desde su experiencia de fe.

Motivación, informaciones, actividades, interacción y resultados:	Estrategias / Técnicas	Tiempo
MOTIVACION: Testimonio de mártires (primeros cristianos) y santos	Video Lectura Acta de martirio - diálogo	1° día

(San Francisco, San Agustín)		
<p>ESTRATEGIAS: “<i>La vida no termina, se transforma</i>”</p> <ul style="list-style-type: none"> Lectura dramatizada de la crucifixión de Jesús ¿Cómo vivió Jesús la experiencia de la muerte? ¿Cómo vivieron la muerte de Jesús sus discípulos? Reflexión: ¿Creo en la resurrección de los muertos? ¿Vida después de la muerte? ¿Qué vida? Respuestas aproximaciones 	<p>Escenificación Trabajo en grupos Puesta en común</p> <p>Cine forum</p>	<p>2° día</p> <p>3° día</p>
<p>INDICADOR</p> <p>Asume una postura de fe frente a la muerte que le permite contemplar, creer y vivir la dimensión de la resurrección.</p>		

IV TALLER	MORIR CON DIGNIDAD Algunas situaciones especiales: eutanasia, situaciones terminales, suicidio, sufrimiento.	
Contenido conceptual:	Sabe aplicar los principios y valores de su fe en situaciones especiales de muerte para asumir una postura crítica.	
Contenido procedimental:	<ul style="list-style-type: none"> Analiza cada una de las situaciones especiales de muerte. Conoce el pensamiento de la Iglesia con respecto a situaciones especiales de muerte. Tiene una postura personal y crítica que le permite situarse frente a estas situaciones. 	
Contenido actitudinal:	Sabe situarse emocionalmente en los casos especiales de muerte Y dominar la situación.	
Motivación, informaciones, actividades, interacción, y resultados:	Estrategias / Técnicas	Tiempo
<p>MOTIVACION:</p> <p>Panel con fotos, datos, estadísticas, testimonios sobre las diversas situaciones especiales y controvertidas.</p>	<p>Observación en silencio Diálogo</p>	1° día
<p>ESTRATEGIAS: “<i>Respeto a la dignidad de la persona</i>”</p> <ul style="list-style-type: none"> Algunas situaciones especiales: eutanasia, enfermos terminales, suicidio, sufrimiento. Presentación de casos que fueron públicos. ¿Qué piensa la gente? ¿cómo reacciona? Pequeñas investigaciones: experiencias familiares, 	<p>Exposición Trabajo en grupos Puesta en común Entrevistas</p> <p>Panel de exposición</p>	<p>2° día</p> <p>3° día</p>

<p>en el barrio, en el colegio, etc.)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lo que dice nuestra fe 		
<p>INDICADOR Asume una postura crítica frente a las situaciones de muerte</p>		

V TALLER	LA MUERTE ES PARTE DE LA VIDA La muerte enseña a vivir
Contenido conceptual:	<ul style="list-style-type: none"> • Integra la muerte que le permita vivir mejor • Fortalece el sentido reflexivo (crítico, autocrítico y transformador) de la vida.
Contenido procedimental:	<ul style="list-style-type: none"> • Es consciente de la muerte como agente de liberación y de cambio • Percibe y experimenta la vida de una manera más profunda.
Contenido actitudinal	<ul style="list-style-type: none"> • Valora la vida como don de Dios y tarea a realizar. • Asume la muerte como parte de la vida.

Motivación, informaciones, actividades, interacción y resultados:	Estrategias / Técnicas	Tiempo
<p>MOTIVACION: Sociodrama sobre el tema</p>	Observación atenta y diálogo	1° día
<p>ESTRATEGIAS: “<i>Para hablar del morir hay que hablar del vivir</i>”</p> <ul style="list-style-type: none"> • Presentar el ciclo vital de la planta y de la mariposa. Pequeñas investigaciones: ¿Cuánto vive un gusano de seda, un pez, un geranio? • Análisis de refranes y dichos populares • Reflexión sobre la vida • Evaluación final que de una idea del proceso de reflexión generado. 	<p>Observación</p> <p>Diálogo Trabajo en grupo</p>	<p>2° día</p> <p>3° día</p>
<p>INDICADOR Reconoce que muerte y vida forman un ciclo evolutivo y no un antes y un después y descubre su valor formativo.</p>		

3.5. Acompañamiento educativo en tiempo de duelo

Luego de una muerte significativa que golpea con fuerza nuestras seguridades, referentes e ideas, y golpea a todos, aunque no de la misma manera, necesitamos

acompañar y eso quiere decir ayudar, confortar, consolar y educar al acompañado desde el respeto y la acogida. Pero no de cualquier manera, se trata de acompañar a una persona cercana que ha tenido una pérdida significativa, y realizarlo de manera eficaz, de tal forma que intentemos ayudarlo a restablecer su círculo afectivo.

Tratamos especialmente de acompañar al adolescente o al joven a quien los efectos de la muerte, muchas veces crea una situación especial:

- + La mayoría no se permite llorar en presencia de chicos y chicas de su edad.
- + Posible desarrollo de una posible actitud cínica, incrédula o pesimista ante la vida en general.
- + Culpabilización: recuerdos, atribuciones.
- + Ocupación de los demás, en especial de los más pequeños, lo que les da un nuevo sentido ante la vida emergente” (Herrán y Cortina 2007: 90).

No se trata de superar una muerte significativa porque no se supera nunca, se trata de acompañarlo para que aprenda a convivir con ella, y esto no como especialistas, sino desde una relación de cercanía y confianza en la que el acompañante debe tener algo más que voluntad y buenos propósitos, debe tener convicción positiva frente a la muerte, ya que su propia angustia inconsciente puede hacer fracasar el acompañamiento. Y no imponiendo o presionando, sino cuando el joven lo pida, respondiendo con claridad y franqueza, con el mínimo de angustia, con una gran dosis de cariño y comprensión y con una gran capacidad de escucha atenta que sea capaz de leer el momento y las circunstancias.

El acompañamiento, tiene que realizarse mirando el dolor del otro, desde una empatía de calidad, escuchando sus necesidades y angustias; porque muchas veces llevados por nuestra inexperiencia o nuestros miedos respondemos sin sensibilidad y de manera espontánea “tomando como referencia nuestro sistema de creencias o saberes disponibles, etc. transformados o degradados a muletillas” (Herrán y Cortina 2007: 86). Se trata de aprovechar esta particular situación como un intenso momento significativo constructor de interioridad; para que esto suceda hay que evitar actuar con precipitación, nerviosismo, angustia, prisa, como si nos quisiéramos quitar el peso de encima lo más rápido posible; y evitar la tentación de separarlo de su recuerdo emocional y de su entorno que termina creando entre el joven y el finado una barrera que refuerza sus miedos y lo termina aislando.

“El acompañamiento educativo no es fácil, porque requiere una autoformación más allá de su propio egocentrismo. Requiere por tanto dejar de pensar desde y para uno mismo. O sea, precisa de una buena y profunda formación (conocimiento y lucidez), por otro lado anhelable para quien se dedica a la educación de los demás. Como casi todo se mejora con la práctica. La pauta a la vez más general y más concreta es; mirar, escuchar y seguir desde atrás a la persona. Desde esta óptica, ¿qué es acompañar? Es estar ahí para o que necesite. Hay tantas posibilidades o caminos como persona, situaciones o motivaciones. Pero siempre podemos ser receptores y ser acogedores, si la persona que sufre nos ha aceptado como acompañantes, y desde esa aceptación, precisa de nuestro apoyo” (Herrán y Cortina 2007: 100).

3.6. Recursos humanos

Beneficiarios

Tipo	Meta	Características
Beneficiarios del proyecto	200 jóvenes de toda la Comunidad	Es el número promedio de jóvenes, mayores de 15 a 20 años, la mayoría adolescentes que cursan el 3°, 4° y 5° y egresados de secundaria y que se inscriben en el Programa de Confirmación.
	300 padres de familia	Que son los padres de los jóvenes que se preparan a su Confirmación,
	40 jóvenes animadores	Jóvenes en gran parte con experiencia, son antiguos tienen más de 3 años participando del programa, hay un grupo minoritario de nuevos que han recibido su Confirmación y se han comprometido con el programa.

Responsables

El párroco, como responsable del proyecto, será también el asesor, que ayudará, capacitará, acompañará a los animadores, visitará a los grupos, animará a los participantes e irá haciendo el seguimiento respectivo para observar la marcha y la viabilidad del proyecto, para hacer los correctivos necesarios.

El Equipo de animadores, que son alrededor de 40 responsables del programa de Confirmación en sus comunidades, que serán los responsables de los encuentros y de la buena marcha de los talleres; para esto son capacitados debidamente.

3.7. Monitoreo y Evaluación

Resultados	Indicadores	Medios de verificación	Tiempo
Los jóvenes son capaces de hablar con libertad y verdad sobre la muerte y logran expresar sus dudas, malestares y temores	+ Participación activa los jóvenes en los diversos talleres programados + Los jóvenes van ubicándose frente a la experiencia del sufrimiento y la muerte	+ Registro de participación + Registro fotográfico + Grabaciones de testimonios + Fichas de evaluación realizadas por los jóvenes	Al final de cada taller
+ Mayores capacidades en los animadores para abordar situaciones de sufrimiento o muerte en la comunidad + Autoformación: dejar de pensar para uno mismo	+ Han participado activamente y con entusiasmo del taller de formación. + Saben aplicar estrategias adecuadas para abordar situaciones límites de sufrimiento, dolor o duelo. + Toma de conciencia de tratar de cultivar actitudes como la escucha, el diálogo sincero, la prudencia, el reconocimiento, lucidez, saber actuar, etc.	+ Registro de participación + Registro fotográfico + Grabaciones de testimonios + Trabajo en grupos + Participación activa	+ A lo largo del taller de formación
+ Los padres de familia se reúnen para participar del programa + Los padres de familia comparten experiencias de dolor, sufrimiento o muerte	+ Asistencia y participación de los padres de familia en los encuentros programados. + Los padres de familia dialogan con apertura, franqueza y libertad sobre la muerte, tratando de superar tabúes, falsas creencias, temores, etc.	+ Registro de participación + Registro fotográfico + Grabaciones de testimonios + Trabajo en grupos + Participación activa + Carpetas de trabajo desarrolladas + Testimonios	+ A lo largo del taller de formación,

Evaluación:

Para poder evaluar si el taller ha funcionado bien o no, es muy importante pedir a los participantes su opinión al respecto. Agregar sus opiniones a su evaluación personal ayuda a mejorar el contenido y el procedimiento para futuros talleres, y les da a los participantes la oportunidad de manifestar las inquietudes que puedan haber surgido

durante el taller. Se pueden utilizar distintas técnicas de evaluación para recoger opiniones, incluidas las siguientes actividades.

Técnica del sombrero:

Tratar los problemas a los cuales los participantes puedan enfrentarse durante el taller, de forma anónima y constructiva. Tiempo: 15 a 20 min. Dependiendo del tamaño del grupo; Materiales: Un sombrero, hojas de papel, lápices; Procedimiento: I) Antes del taller prepare una hoja de papel para cada participante. En cada una de ellas escriba: “tengo dificultades con...” II) Durante el taller entrégueles a todos los participantes una hoja y pídale que completen la frase con algún problema en particular que estén enfrentando. El problema debe estar relacionado con la actividad del taller (ej: el facilitador, el grupo, las instalaciones, las actividades, etc.). Pídale a los participantes que no mencionen nombres, sino que describan los problemas en general. Aquellos que consideren no tener problemas pueden dejar la hoja en blanco. III) Pídale a los participantes que doblen sus hojas y recójalas a todas en un sombrero. IV) Una vez que se hayan recogido todas las hojas pídale a cada participante que tome un papel. Si sacan el que ellos mismos escribieron dígales que lo devuelvan y tomen otro. V) Luego de algunos minutos de reflexión pídale a un voluntario que lea el problema en voz alta y que brevemente sugiera la forma en que el que lo escribió podría lidiar con el mismo. Si el problema está relacionado con el facilitador y su trabajo anótelos y tome las medidas necesarias para resolverlo. VI) Continúe la vuelta, asegurándose de que todos se dediquen solamente a escuchar y que no hagan comentarios sobre las sugerencias.

Técnica Tres preguntas:

La presente actividad permite evaluar un taller de forma rápida y sencilla. Se puede implementar al término del taller o al cierre de la jornada, si se trata de talleres llevados a cabo a lo largo de varios días, en cuyo caso será de gran ayuda para entender que está funcionando y qué no, para así llevar a cabo las modificaciones necesarias al día siguiente. Tiempo: de 15 a 30 minutos, según se organice la actividad de forma individual o grupal. Participantes: Número indeterminado. Materiales: Rotafolios,

Rotuladores, Cintas adhesivas, Lápices. Pasos: I) Divida un rotafolio en tres secciones mediante dos líneas horizontales. Escriba una de las siguientes preguntas en cada sección: a. ¿Qué le ha parecido de mayor utilidad hasta el momento? b. ¿Qué no le ha resultado de utilidad? c. ¿Cuáles son sus sugerencias para el próximo encuentro / mañana?, II) Reparta tres hojas adhesivas y un lápiz por participante. III) Invite a los participantes a responder cada pregunta en una nota adhesiva distinta y luego a colocar las respuestas en el rotafolio debajo de la pregunta correspondiente. IV) Una vez finalizada la actividad, revise las respuestas y elabore un resumen de las mismas para presentar al grupo durante el siguiente encuentro. Realice las modificaciones necesarias, de acuerdo con lo que los participantes hayan solicitado y lo que efectivamente tenga viabilidad.

3.8. Sostenibilidad

El proyecto se sostiene en el equipo de trabajo que emprenderá el desarrollo de los talleres de sensibilización, llámese párroco, animadores, padres de familia, jóvenes participantes y la comunidad en general. En cuanto al financiamiento será auto financiado por la parroquia.

Presupuesto

CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	DETALLE	COSTO UNITARIO (soles)	COSTO TOTAL (soles)	FUENTE
1	Millar	Impresiones	0.05	50.00	Autofinanciamiento
20	Libros	Material bibliográfico	50.00	1000.00	Autofinanciamiento
20	lapiceros	lapiceros	1.00	20.00	Autofinanciamiento
300	Páginas	Tipeo e impresión	0.50	150.00	Autofinanciamiento
200	Papel sábana	Papel sábana	0.50	100.00	Autofinanciamiento
40	Plumones	Plumones	2.00	80.00	Autofinanciamiento
08	Espiralados	Espiralados	5.00	40.00	Autofinanciamiento
20	Movilidad	Pasajes	5.00	100.00	Autofinanciamiento
TOTAL				1540.00	Autofinanciamiento

3.9. Actividades y Cronograma

Actividades	Tiempo - meses												Responsables	
	X	XI	XII	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI		
1: Formación del Equipo de Animadores														
+ Invitación a participar	X													+ Sacerdote

+ Capacitación de animadores		X																		+ Equipo de Animadores
+ Elaboración de la Guía Base		X	X																	+ Profesionales invitados
+ Distribución de tareas		X	X																	
+ Elaboración de materiales		X	X																	
2. Organización de los Encuentros formativos (talleres)																				
+ Sondeo de interesados				X																+ Sacerdote
+ Invitación				X	X															+ Equipo de Animadores
+ Campaña de sensibilización				X	X															
3: Diseño de programación de los Encuentros																				
+ Invitación a participar				X	X	X														+ Sacerdote
+ Programación						X														+ Equipo de Animadores
4. Encuentros formativos para enfrentar la muerte																				
+ Organización de participantes							X													+ Equipo de Animadores
+ Talleres								X	X	X	X	X								
+ Evaluación								X	X	X	X	X								+ Equipo



RECOMENDACIONES

Una sencilla recomendación que habría que poner en práctica ya, especialmente en la familia que darán sus mejores frutos cuando la vida nos presente su lado más vulnerable y frágil.

Educar bien para vivir bien⁴

Generar salud, prevenir enfermedades, evitar conductas antisociales y aceptarlas limitaciones: Educar en la libertad y en la creatividad para prevenir.

Enseñar a dialogar

Hoy se intenta enseñar a hablar bien, a usar bien la palabra, a utilizar palabras bonitas, a escuchar y callar para evitar, pero no se le enseña al niño y al joven a dialogar y menos a escuchar, porque en el fondo está creer que es más importante lo que yo digo, que lo que el otro pueda decirme.

“Enseñar a escuchar es enseñar a dialogar. Escuchar significa asumir interés por el otro, ponerle en el centro del diálogo, liberarse de prejuicios, observar con todos los sentidos, acoger la diversidad, leer detrás de las palabras, permitir al otro autoafirmarse, omitir el juicio moralizante.

Se enseña a escuchar dando ejemplo de empatía, es decir, poniendo en acto la capacidad de entrar en el mundo del otro y manifestar la comprensión que seamos capaces de alcanzar. En el proceso de aprendizaje de toda conducta nueva, contar con un referente es inmensamente útil. Por eso, las personas que saben escuchar se convierten en una auténtica aula viviente que enseñan en su entorno.

Enseñar a escuchar es prevenir porque quien no escucha ni se siente escuchado, no sale de sí, no permite que otros entren en él, vive en soledad y ésta genera, antes o después, células malignas en la relación con el mundo, consigo mismo y con los demás. Escuchar, sin duda, es, además, terapia eficaz en toda dificultad, fármaco privilegiado y estimulante de los recursos internos e instrumento para ofrecer soporte emocional” (Bermejo 2000).

Enseñar a manejar las emociones

Educar bien, implica enseñar a manejar las emociones y evitar que estas se disparen y se desboquen, esto garantiza unas relaciones interpersonales, humanas,

⁴ Tomado del artículo de Bermejo, José Carlos “Educar para prevenir”, Humanizar, 2000

positivas y fraternas.

Encauzar la agresividad, manejar la soledad y la tristeza y hacerlas fecundas, aceptar la limitación, la fragilidad y la muerte, sacar partido al miedo y la ansiedad, compartir sanamente a alegría, elaborar la culpa y el resentimiento, dominar la ira; evitando recurrir a la negación, a la represión, al silencio, a las reacciones violentas y desenfrenadas y más bien escuchando al corazón apacible, ayudan a la autoafirmación, al respeto, a la consideración y a la compasión que nos hacen crecer y madurar.

Enseñar con la realidad

Muchos padres creyendo que están dando lo mejor para su hijo, intentan satisfacer todos sus deseos, expectativas y también caprichos, justificándolo con que no quieren que sufran las penurias que ellos pasaron y para darle lo que a ellos no le pudieron dar sus padres, lo que la tecnología satisface a la perfección. Nada más falso, pensar que hacer crecer al hijo en un mundo maravilloso, de éxito vistoso y triunfalista les va a evitar momentos desagradables o tener que sufrir, es todo lo contrario, es camino a la inmadurez y al fracaso.

Educar para la vida y para la muerte, “supone el coraje de aceptar que la pérdida, el fracaso, la vulnerabilidad, el límite y la muerte forman parte de la vida. Vivir a ciegas no puede ser saludable. Educar ignorando que el límite forma parte de la vida, como lo forma el fracaso, es caer en una educación que llevará a la inmadurez”. (Bermejo; 2000)

**AL FINAL DEL CAMINO:
DECÁLOGO para educar para la MUERTE**

1. *La muerte toca a todos*, toca a todas las familias sin excepción. Forma parte de la vida; sin embargo, cuando toca los afectos familiares, la muerte nunca nos parece natural... La muerte afecta... Toda la familia queda como paralizada, enmudecida. En esos casos la muerte es como un agujero negro que se abre en la vida de las familias y al cual no sabemos dar explicación alguna. Y a veces se llega incluso a culpar a Dios... Y cuando nos toca necesitamos enfrentar, nunca desde la huida de la debilidad o la muerte, sino enfrentándose a ella con las armas de lo auténtico y lo permanente, en la verdad del amor liberador y transformador, que se ha hecho pleno en el crucificado resucitado.
2. *Convivir con la idea que todo, antes o después terminará*: tenemos que morir y tenemos que saber hacerlo, nos vamos a morir, podemos morir en cualquier momento, nuestros seres queridos se pueden ir... la muerte se cierne sobre nosotros permanentemente en forma de pregunta ¿qué será de mí, después de la muerte? ¿qué sentido la vida? ¿a dónde voy con todos mis esfuerzos? Pero esta sombra impide quedarnos en la superficialidad de la vida, es un desafío radical permanente.
3. *Aceptar que todos tenemos miedo a la muerte*: el miedo es un hecho existencial, un instinto inextirpable, y aunque es desagradable, es el garante de la vida, porque moviliza nuestro instinto de conservación. Cuando el miedo se convierte en angustia, nos esclaviza, nos paraliza y nos bloquea. Tenemos “muchos miedos”; pero el miedo a la muerte es el símbolo de todos nuestros miedos.

4. *Vencer el miedo a la muerte no es fácil*, si creemos que podemos superar el miedo a la muerte con nuestras fuerzas, nos ilusionamos y nos equivocamos; somos demasiado frágiles para esta lucha, nunca podremos prever nuestra reacción en el momento de la prueba, la manera de vencerla es confiando día a día en el Dios de la Vida y dejar que actúe con su gracia; Él hará que el dinamismo bautismal, (“Si morimos con Cristo viviremos con Él”), actúe en nuestras vidas y alcance su plenitud en la hora de la muerte.
5. *Siglo XX y XXI han dificultado el trance de la muerte*, el hombre, se siente dueño de sí, del destino y del mundo, y se ha liberado de Dios, el “árbitro despótico” que maneja la vida de los hombres a su antojo. El horizonte y la verdad han perdido todo su atractivo, Dios es un adorno sin fuerza, arrinconado a la intimidad de la persona y ha dado paso al arribismo y al frenesí de una existencia dilapidada por lo efímero, se ha encerrado en la indiferencia y en el estrecho horizonte de sus proyectos. El hombre perdido el gusto por la referencia última, misteriosa y amorosa capaz de dar sentido a su vida; el hombre no puede vivir su existencia como un camino hacia la patria prometida que viene a nuestro encuentro. En este contexto la muerte como hecho inevitable se vuelve difícil aceptarla y vivirla, y se convierte en generadora de angustia y desesperación.
6. *Hay que dejarnos confortar y reforzar*: ante la proximidad de la muerte, hay que dejarnos confortar y reforzar. En la hora de la prueba, entrar en el sufrimiento, sin falsas ilusiones y sin caretas, vivirlo dejándonos confortar por la suave caricia del Señor, abandonados en su regazo, como el hijo en los brazos de su padre. Así también vivió Jesús la hora de su muerte, “y se apareció un ángel del cielo, que lo confortaba” (Lc 22,43). El precio que hay que pagar es alto: enfrentando (darle sentido y no negarlo), orando (integrando en mí la victoria de Cristo, participando con mi sufrimiento en sus sufrimientos), dejándonos confortar por Dios. Esta la victoria sobre la muerte, la “alegría perfecta” que nos habla San Francisco de Asís.
7. “*Señor, ¿a quién iremos?*” (Jn 6,68) en medio de la situación que nos ha tocado vivir, de dureza, desconfianza y frialdad, de miedo a la muerte, escuchamos la voz de Pedro, “Señor, ¿a quién iremos? Es confesar que Cristo es el centro de nuestras vidas, es aceptar que la única orientación del espíritu, la única dirección del

entendimiento, de la voluntad y del corazón es Cristo, a Él solo miramos y sólo en Él ponemos toda nuestra confianza.

En medio de la turbación que nos trae la muerte, Jesús enciende nuestro corazón, nos consuela, nos levanta y nos lleve a la mesa eucarística. Con infinita paciencia nos hace gustar la lógica amorosa del Padre, tal como lo hizo con los discípulos de Emaús (Lc 24,36-42). Jesús que ve que la experiencia del sufrimiento, del dolor, de la muerte nos deja impotentes, desorientados, confundidos, interiormente conmocionados por la certeza de nuestra caducidad, nos consuela en la alegría y nos relanza a la vida.

8. *Vivir en la esperanza*, la fragilidad escondida y disimulada causa tristeza, la fragilidad aceptada y compartida en solidaridad nos lleva a la serenidad, a la alegría y a la esperanza que nadie nos puede quitar.

La esperanza nos abre a la comprensión del sentido de la vida terrena y al plan de Dios, al horizonte de la eternidad que viene a colocar sus tiendas en el hoy, así el tiempo cuantificado que vivimos (que nunca nos alcanza, que siempre es demasiado poco) se vuelve tiempo cualificado (hora de la gracia, tiempo favorable, momento gustado en la paz).

Esperanza que impide que mi condición de hijo se vea amenazada, y nos mantiene en tensión, del deseo de ver el rostro del Padre y su debilitamiento en el presente al dejarse atrapar por las banalidades del mundo cotidiano. Se trata de ir de manera consciente, libre y deseosa al encuentro del Padre, en continua novedad y creatividad de vida y en perenne alianza celebrada siempre de nuevo con Cristo que ha venido, viene y vendrá.

Una esperanza vigilante, la muerte marcada por el Crucificado Resucitado encuentra su significado: “Como Jesús abandonado en la cruz, todo moribundo experimenta la soledad del instante supremo y la laceración dolorosa. ¡Uno muere solo! No obstante, al igual que Jesús, el que muere en Dios se sabe acogido por los brazos del Padre que, en el Espíritu, llena el abismo de la distancia y hace nacer la eterna comunión de la vida” (Martini 2014: 84); nos introduce en el dinamismo de la cruz, la resurrección y ascensión de Cristo y nos hace subir por la esforzada vía del amor hacia la plenitud de Dios.

9. *Educar en la verdad*, “si ocultamos la muerte, nos engañamos”, no escondiendo sino ayudando a vivirla es la primera lección que deberíamos aprender de la vida. “Nos vamos a morir”, pero amando y viviendo, consolando y construyendo, es la segunda lección. “Desde la perspectiva de la Pascua cristiana, por los entresijos de la pasión y muerte de Jesús de Nazaret”, es la tercera y definitiva lección. Solo así podríamos encajar mejor la realidad de la muerte en la vida. Y eso nos llevaría a mirar la vida como un encuentro con su valor único y trascendente; a valorar el verdadero tesoro de la vida que traemos entre manos: realizarnos como personas en el amor verdadero.
10. *La experiencia de la muerte nos transforma*, nos hace compasivos y eso nos impide pasar de largo frente al sufrimiento; nos hace cambiar nuestra escala de valores, nos hace distinguir la necesidad, el deseo y el capricho, lo auténtico, lo que permanece y lo pasajero y caduco. “*Atesoren tesoros en el cielo, donde ni la polilla ni la carcoma...*” (Mt 6,19); nos hace entrar en el camino de la autenticidad que nos produce paz y alegría. “*Dichosos los limpios de corazón...*” (Mt 5,8) nos hace mirar la vida en positivo y apostando por el amor capaz de integrar aún el fracaso “*El que quiere ganar su vida la perderá, el que esté dispuesto a perderla la encontrará*” (Mt 16,24s)

Una sentida oración, pone fin al camino:

*“La muerte ha sido absorbida en la victoria,
¿Dónde está muerte, tu victoria?
¿Dónde está muerte tu aguijón?”* (I Cor 15,55)



FUENTES CONSULTADAS

1. ARIES, Philippe
1983 *El hombre ante la muerte*. Editorial Taurus, Madrid.
2. BERMEJO, José Carlos
2007 *Estoy de duelo*. Editorial PPC, Madrid.
3. BONETE PERALES, Enrique
2004 *¿Libres para morir?*, Editorial Descleé de Brouwer, Bilbao.
4. CABODEVILLA, Iosu
2001 *En vísperas de morir*; Editorial Descleé De Brouwer, Bilbao.
5. DEL CUETO, Ana María y FERNANDEZ, Ana María
El dispositivo grupal
Consulta: 18.02.2015
[www.terras.edu.ar/aula/cursos/13/biblio/13DEL CUETO Ana María- El dispositivo grupal.pdf](http://www.terras.edu.ar/aula/cursos/13/biblio/13DEL%20CUETO%20Ana%20Mar%C3%ADa-%20El%20dispositivo%20grupal.pdf)
6. EVELY, Louis
1980 *El Hombre moderno ante la muerte*. Editorial Sígueme, Salamanca.
7. FERNANDEZ DEL RIESGO, Manuel
2007 *Antropología de la muerte*, Editorial Síntesis, Madrid.
8. FERRATER MORA, Juan
1962 *Ser y la muerte*, Ed. Aguilar, Madrid.
9. GAFO, Javier
2006 *10 palabras claves en Bioética*, Editorial Verbo Divino, Navarra, 2006.
10. GONZÁLEZ DE CARDEDAL, Olegario
2003 *Sobre la muerte*, Ed. Sígueme, Salamanca.
11. INIESTA, Alberto

- 1977 *La hermana muerte, camino de plenitud*, Centre de Pastoral Litúrgica, Barcelona
12. KÜBLER-ROSS, Elizabeth
2006 *Sobre el duelo y el dolor*, Editorial Luciérnaga, Barcelona, España.
13. KUNG, Hans y Walter JENS
1997 *Morir con dignidad, un alegato a favor de la responsabilidad*, Editorial Trotta, Madrid
14. KÜNG, Hans
1983 *¿Vida eterna?*
Cristiandad, Madrid
15. LEPP, Ignacio
1967 *Psicoanálisis de la Muerte*, Editorial Carlos Lohle, Buenos Aires.
16. MASIA CLAVEL, Juan
1977 *El Animal vulnerable, Invitación a la Filosofía de lo humano*, Universidad Pontificia Comillas, Madrid.
17. ----- *Cinco charlas de Antropología, Cuerpo, Cultura, Lenguaje, Muerte y Esperanza*. pp 163-208
Consulta: 18.02.2015
<http://www.bubok.es/libros/175757/CINCO-CHARLAS-DE-ANTROPOLOGIA-CUERPO-CULTURA-LENGUAJE-MUERTE-Y-ESPERANZA>
1978 *Muerte y dignidad*
Consulta: 18.02.2015
<http://www.bubok.es/libros/173333/muerte-y-dignidad>
18. PANGRAZZI, Arnaldo,
1993 *La pérdida de un ser querido*; Editorial Paulinas, Madrid
19. PEDRERO G. Encarni, LEIVA, Juan José,
2011 *XII Congreso Internacional de Teoría de la Educación*, Universitá de Barcelona,
20. RAHNER, Karl;
1969 *Sentido Teológico de la muerte*, Ed. Herder, Barcelona.
1970
21. RODRIGUEZ, Pablo y GOLLOROLA, Fátima
2012 *Propuestas didácticas para una pedagogía de la muerte desde la creatividad artística*. REICE, Madrid, volumen 10, número 2, pp.87-96
22. POCH, Concepción
2003 *Catorce cartas a la muerte (sin respuesta)*. Paidós, Barcelona
23. OLMEDO, Anabel
2009 *Educación en la muerte*. Kay Zen, Barcelona

24. WOLFET, Alan
2003 Consejo para jóvenes ante el significado de la muerte. El diagonal del grupo 62, Barcelona

Revistas

25. *Cuadernos Phase*,
2008 *El Arte del Bien Morir*, Centro de Pastoral Litúrgica, número 179, Barcelona.
26. Sal Terrae, Revista de Teología Pastoral
2000 *El peregrino en su última estación. Vivir con la(s) muerte(s)*, volumen 88/10, noviembre 2000.
27. ALVAREZ, Carlos
2002 Las diferentes concepciones de la muerte en las principales culturas de la humanidad. Origen de su significación en la sociedad actual, *Revista de Bioética y Bioderecho*, volumen 7, número 22, pp. 9-40.
28. BERMEJO H, José Carlos
2000 “Educar para prevenir”,
Consulta: 2.09.2015
2002 “Vivir la propia muerte”.
Consulta: 2.01.2015
2003 “La muerte enseña a vivir”.
Consulta: 2.02.2015
<http://www.josecarlosbermejo.es/articulos/educar-para-prevenir>
29. CANTERO G. María
2013 “La Educación para la muerte, un reto formativo para la sociedad actual”. *Psicogente*, Barranquilla, Colombia, número 16(30) pp. 424-438
30. GRESHAKE, G
1974 “Hacia una teología del morir”. *Concilium*, Navarra, número 94, pp. 5-23
31. HERRÁN, Agustín y María CORTINA
2007 “Fundamentos para una pedagogía de la muerte”. *Revista Iberoamericana de Educación*. Madrid, número 41, 2007, pp 5-17
32. HERRÁN, Agustín
2008 “La muerte y su enseñanza”. *Diálogo Filosófico*. Salamanca, número 75, pp 499-516
33. HERRÁN, Agustín y María CORTINA
2008 “La educación para la muerte como ámbito formativo: más allá del duelo”. *Revista de Psicooncología*. Madrid, volumen 5, número 2-3, pp. 409-424

34. MORENO, José
2015 “Decálogo de vida en la experiencia de muerte”. Revista Vida Nueva, Madrid, número 2961, pliego, pp. 20-29
35. MORIN, Edgar
2013 Los desafíos de fin de siglo. Herencias del siglo XX. Revista Big Bang Faustiniiano, Lima, volumen 2, número 2, pp.1-7
Consulta: 22.02.2015
<http://web.unjfsc.edu.pe/revistas/index.php/Bigbang/article/view/38>
36. RIDEAU, Emile SJ
1962 Teología de la Muerte, *Christus*, número 9, pp. 150-169



ANEXO I: FICHA DIAGNÓSTICA**CUESTIONARIO DE ACTITUDES ANTE LA MUERTE – CAM – Versión 2**

INSTRUCCIONES: A continuación, se le presenta una serie de proposiciones relacionadas con creencias, sentimientos, conductas y, en general actitudes ante la muerte. Se le solicita colocar una (X) según su punto de vista en la escala que aparece en cada proposición; esta marca expresará su grado de acuerdo o desacuerdo que tiene con cada una de las proposiciones.

Agradecemos la mayor sinceridad posible al completar el instrumento, no consulte con otras personas, necesitamos su propia respuesta, franca y auténtica. ¡Gracias por su colaboración!

N°	Actitudes	En desacuerdo	De acuerdo
1	Pensar en la muerte es perder tiempo.		
2	La aceptación de la muerte me ayuda a tener más responsabilidad ante la vida.		
3	La posibilidad de mi propia muerte me despierta ansiedad.		
4	Yo pienso que después de la vida habrá un lugar mejor.		
5	La muerte puede ser una salida a la carga de la vida.		
6	Mi vida tiene más significado porque yo acepto el hecho de mi muerte.		
7	No es bueno pensar deliberadamente en mi muerte inevitable.		
8	Me siento perturbado cuando pienso lo corta que es la vida.		

9	Pienso que viviré después de mi muerte.		
10	No puedo evitar pensar en mi familia ante un paciente que va a morir.		
11	Yo temo morir joven.		
12	Pienso que ya no hay nada que ver en este mundo.		
13	Prefiero morir a vivir sin calidad.		
14	He pensado en mi muerte como un hecho imposible.		
15	Yo realmente prefiero no pensar en la muerte.		
16	Veo la muerte como un paso a la eternidad.		
17	He pensado que no vale la pena vivir.		
18	No he pensado hasta ahora en la muerte como una posibilidad real.		
19	Reconocer mi muerte como un hecho inevitable me ayuda a mi crecimiento personal.		
20	Encuentro difícil encarar la muerte.		
21	Yo espero con placer la vida después de la muerte.		
22	Me siento más libre al aceptar mi muerte.		
23	Pienso con temor en la posibilidad de contraer una enfermedad que me lleve irremediablemente a la muerte.		
24	Después de la muerte encontraré la felicidad.		
25	El contacto frecuente con la muerte me ha hecho verla como algo natural.		
26	Hay momentos en que la muerte puede ser un alivio.		
27	Las personas sólo debían pensar en la muerte cuando son viejos.		
28	Añade cualquier observación adicional que usted desee hacer sobre el tema.		