

DECIR “SÍ” A LA MUERTE

“Te gustaría conocer el misterio de la muerte.

Pero ¿cómo vas a descubrirlo

Si no lo buscas en el corazón de la vida?

K Gibran

Hay personas que se han despojado de sus ilusiones de inmortalidad física como consecuencia de unas circunstancias que les han conmocionado. Otras consiguen superar las distintas formas de negación y aceptar la muerte, no solo como liberación de sus sufrimientos presentes, sino como desenlace normal de su vida. Y hay quienes llegan incluso a desear la muerte para encontrarse con el Señor.

La aceptación de la muerte no la podemos ver como un hecho puntual, sino que es fruto de un proceso. Al principio, la gente aprende a aceptar el fenómeno de la muerte como una realidad inevitable, es la prime fractura de la ilusión de inmortalidad. Después se ven afectados por la muerte de los familiares y, poco a poco, van reconociendo que la muerte les llegará a ellos algún día. Finalmente, dicen “sí” a su muerte personal, lo que transforma su percepción de toda su vida.

Pero ¿cuál es el criterio para saber si se ha aceptado verdaderamente la propia muerte? Sencillamente, si uno está dispuesto a abandonarse a tal realidad. La persona que ha aceptado su muerte ha disuelto, con su llanto, sus últimas ataduras. Habla de ello abiertamente. Sus antiguos temores se han atenuado o incluso han desaparecido. Su armonía interior se deja sentir en su entorno. Está sumamente viva y aborda sus frustraciones a medida que se van presentando.

La aceptación de la muerte se realiza poco a poco. En principio, soluciono mis conflictos, encuentro respuestas a mis preguntas y pienso en lo inacabado y en lo no expresado. Después, mi aceptación de la muerte se profundiza cuando logro situarla en la totalidad de mi vida, en lugar de verla como una realidad fragmentada. Finalmente, acepto verdaderamente mi muerte cuando tomo conciencia de pertenecer a una comunidad humana y espiritual, como mi familia, mi grupo social, la humanidad y la comunidad de los Santos, que me sobrevive y se perpetúa.

No queremos que saques la impresión de que la aceptación de mi muerte será definitiva; al contrario, se caracterizará por una serie de vaivenes. Experimentarás momentos de gran paz ante lo inevitable; después, antiguos temores me atormentarán. Poco a poco me daré cuenta de esos miedos se van haciendo cada vez menos inquietantes.

Entre las diversas maneras de decir “sí” a la muerte, ¿puedes discernir la calidad de tu “sí” de hoy? ¿Es un “sí” pequeñito?; ¿un “sí si...”?; ¿un “sí cuando...”?; ¿un “sí, pero...”?; ¿un “sí pero no”? ¿o un gran “sí”?

Situados en el camino que venimos recorriendo en estos talleres proponemos que adoptes una oración que puede convertirse en tu “cántico de esperanza” para que lo expreses alternando inspiraciones y espiraciones.

He aquí algunos ejemplos por si te ayudan a hacer el tuyo:

- Jesucristo
- Jesús, te amo
- Ven, Señor Jesús
- Mi Dios y mi todo
- Padre mío, me abandono a ti
- El Señor es mi pastor, nada me falta
- María, en ti confío...
- ...