

Mas allá de la muerte

Teresa Pulliquitín Jurado

“El grado de terror a la muerte está relacionado con el grado de vida que no se vive”.
Irvin Yalom

El enfoque humanista existencial sostiene una visión integradora y holística del ser humano, contempla un proceso por el cual la persona puede realizarse plenamente incluso en medio de una crisis, la misma que puede volverse un peligro o una oportunidad. Es por esta razón que Yalom menciona que existen cuatro aspectos centrales que toda persona confronta sobre su existencia: la muerte, la libertad, la soledad y el sin sentido. Estos cuatro aspectos centrales definidos como preocupaciones esenciales son parte constitutiva de la propia persona que serán confrontados con situaciones límite: *enfrentamiento de la propia muerte, toma de decisiones importantes y pérdida de significados vitales*; para la construcción de un proyecto vital.

Para hablar de la muerte debemos hablar de la vida; del potencial y la capacidad del ser humano para transformar un problema o desgracia en una oportunidad para crecer y elevarse a un nivel superior y trascender.

Así el tema de la muerte se convierte en una oportunidad para el cambio, es parte de la propia vida y está presente desde el nacimiento del ser humano y en su propio diario vivir ¿qué debo hacer morir cada día?, ¿morir a mi narcisismo?, ¿morir a mi dependencia?, ¿morir a mi negatividad?

La idea de que sólo mediante la integración del concepto de la muerte en la propia persona llega a ser posible una existencia auténtica y genuina. El precio que se paga por negar la muerte es una ansiedad sin límites, y la propia enajenación. (May, Allport, Feifel, Maslow, & Rogers, 1963).

Al hacer frente a la propia existencia se pone de manifiesto fenómenos puramente humanos como: el amor, la creatividad y la ansiedad; lo que es para Frankl los valores de creación, vivenciales y de actitud. La idea de la propia muerte o la de un ser querido pueden provocar tensión, la cual se crea entre la conciencia de lo inevitable y el deseo de continuar siendo; ni la esfera física y psíquica pueden dar respuesta al deseo de continuar siendo, solo la esfera espiritual responde al ¿quién soy?, ¿para qué vivo?, ¿para qué estoy aquí? Poniéndose en sintonía con las otras dos esferas.

El filósofo Peter Koestembaum argumenta *que la anticipación a la muerte nos revela quiénes somos. Intelectualmente, la muerte ayuda a definir la naturaleza humana, y en el nivel de la experiencia, la muerte lleva al hombre a entrar en contacto con sus sentimientos más profundos, sus necesidades y oportunidades.*

La muerte como parte de la vida e inherente del ser humano es una experiencia universal concebida y percibida de forma individual, familiar, social y espiritual; de acuerdo a las características personales, experiencias previas, convicciones, creencias y origen étnico-cultural.

Desde el punto de vista humanista existencial, la muerte cobra sentido cuando hay un despertar en la dimensión espiritual y el hombre se enfrenta consigo mismo; posiblemente puede existir un deterioro en la dimensión biológica y desde la dimensión psíquica (emocional e intelectual) la ansiedad, el temor, la tristeza y el mal humor estén presentes y que por mecanismo de compensación empiece a desarrollarse y a confrontarse la dimensión espiritual ¿qué es lo que me falta por aprender? ¿He amado verdaderamente? ¿Qué es el amor? ¿Y mis asuntos pendientes? Todos estos aspectos cobrarán mayor sentido cuando junto a la persona está otra; que tal vez no responderá a sus interrogantes pero estará junto a ella compartiendo su naturaleza humana. *Ser hombre quiere decir dirigirse hacia algo que está más allá de sí mismo, que es diferente a sí mismo; alguna cosa o a alguien: un significado por realizar o una persona por encontrar. Solamente en la medida en que el hombre trasciende de esta manera, se realiza así mismo: en el servir a una cosa o en el amar a una persona.* (Luna, 1995)

Bibliografía:

1. Luna, J. (1995). LOGOTERAPIA, Un enfoque humanista existencial. Bogotá-Colombia: San Pablo.
2. May, R., Allport, G., Feifel, H., Maslow, A., & Rogers, C. (1963). Psicología Existencial (Vol. 93). Buenos Aires: Paidós.