

¿VIVIR HASTA MORIR?

¿Deberíamos vivir hasta la muerte o prepararnos para morir? El rechazo que el ser humano siente ante la posibilidad de la muerte es inmenso, intenso y constante. Es como si el miedo se desplegara como un mecanismo de defensa ante la incertidumbre de la vida. Pero ¿qué sucede cuando enfrentamos la muerte de otro ser querido, de un compañero de vida o de nuestros hijos?

Lo primero que debemos entender es que no vivimos para morir; vivimos porque la muerte es lo seguro, mientras que la vida es una incertidumbre bella que debemos atrevernos a disfrutar en todas sus facetas. Acompañar a un ser querido en el proceso de muerte es una manera de dignificar la existencia, de energizar el plano terrenal y el cuerpo físico y de enaltecer el momento cumbre de la exhalación lenta, muy lenta y prolongada, que dará paso a una nueva existencia. Porque, sí, después de la muerte hay vida. Tal vez no sea como la imaginábamos o esperábamos en esta existencia terrenal, pero te aseguro que es vida en plenitud, excelencia y vibración en dimensiones inimaginables para nuestro presente.

Para vivir y acompañar la vida de otro hasta la transformación, es necesario atreverse a sentir, vibrar, oler, escuchar y ver la muerte. En muchos años de trabajo y en la experiencia de acompañar a un buen morir he visto que, incluso en los casos más difíciles, cuando un ser da su último suspiro, su rostro puede reflejar una liberación. La muerte, en estos momentos, se encarga de que el dolor cese, de que la perturbación desaparezca y de que los temores se disuelvan.

Puede que se pregunten sobre el homicidio o el suicidio; sí, también forman parte de esta reflexión. Porque, cuando el espíritu se desprende del cuerpo físico, la materia ya no registra dolor, y es la muerte la que nos muestra que en su espacio energético no hay perturbación, salvo que el alma esté tan cargada de odio que no pueda desprenderse del ego.

Existen diferentes fases en el proceso de morir, al igual que hay diversas formas de pérdida. Acompañar la muerte de un ser querido es un honor, aunque la inasistencia en momentos difíciles es común. Sin embargo, es fundamental reconocer que en la muerte:

- Se enfrenta la inexistencia de plenitud en este plano terrenal.
- Se comprende el daño y el sufrimiento que causó al ser.
- Se busca una finalidad para cada momento de existencia.
- Se avanza paso a paso, día a día.
- Se busca un final de existencia que deje prosperidad a los demás, un legado que otros puedan disfrutar, valorar y enaltecer.

La plenitud en las últimas horas es crucial. Menciono la plenitud

porque el ser humano a menudo confía en su ego para tener todo bajo control, incluso la muerte, que es la única que no tiene dueño ni horarios pactados. La muerte, cuando la hemos considerado en nuestra vida, se presenta como una existencia superior y benévola.

Vivir plenamente significa vivir intensamente, que nos duela, nos realce y nos satisfaga, de manera que al final de este viaje terrenal no tengamos dudas de que valió la pena vivir, sin arrepentimientos ni pendientes. Que vivir nos haya hecho sentir tan plenos que, al inhalar la muerte y al exhalar una nueva vida, se nos abra un abanico inmenso de posibilidades y nuevas creaciones.

Si vivimos en armonía, respetándonos a nosotros mismos en primer lugar, recibimos abundancia y plenitud. Entonces, les pregunto:

*¿Vivirán hasta morir o morirán a cada instante en plenitud, hasta que solo quede la muerte para darles una nueva vida digna de ser vivida?
¿Se atreverían a morir a cada instante para renacer y vivir constantemente?*