

QUIEROSABER

La muerte imparable

Concepció Poch

UOC

La muerte imparable

Concepció Poch

Director de la colección: Lluís Pastor

Diseño de la colección: Editorial UOC

Diseño del libro y de la cubierta: Natàlia Serrano

Primera edición en lengua castellana: mayo 2015

Primera edición en formato digital: mayo 2015

© Concepció Poch, del texto

© Editorial UOC (Oberta UOC Publishing, SL), de esta edición

Rambla del Poblenou, 156, 08018 Barcelona

<http://www.editorialuoc.com>

Realización editorial: Oberta UOC Publishing, SL

ISBN: 978-84-9064-757-8

Ninguna parte de esta publicación, incluido el diseño general y la cubierta, puede ser copiada, reproducida, almacenada o transmitida de ninguna forma, ni por ningún medio, sea éste eléctrico, químico, mecánico, óptico, grabación, fotocopia, o cualquier otro, sin la previa autorización escrita de los titulares del copyright.

Concepció Poch

Durante los últimos quince años he mantenido una seria relación con la muerte, aunque a distancia porque todavía no nos conocemos personalmente. He escrito libros sobre ella y también establecí una puntual relación epistolar. Anteriormente fui profesora de filosofía en secundaria, y el trato con los chavales fue lo mejor de mi vocación docente. Ellos me plantearon la necesidad de hacer una pedagogía de la vida que incluyera la última página, *la muerte*. Y todo ello *para aprender a vivir mejor*, que de momento es lo único que tenemos entre manos.

QUÉ QUIERO SABER

Lectora, lector, este libro le interesará si usted quiere saber:

- Por qué la muerte es un tema tabú.
- Cuáles son las actitudes más frecuentes ante la muerte y el hecho de morir.
- De cuántas maneras podemos morir.
- Cómo afrontamos la muerte real y vivimos la virtual.
- Qué es el luto y cuál es su proceso.
- Qué recursos tenemos para afrontar la muerte propia y la de personas queridas.

Índice

QUÉ QUIERO SABER

LA MUERTE COMO TABÚ

Capítulo I. EL HECHO DE MORIR

1. Mi muerte
2. Nuestras posibles actitudes
 - 2.1. Negación e indiferencia
 - 2.2. Omnipotencia y desafío
 - 2.3. Miedo o angustia
 - 2.4. Realismo y aceptación
 - 2.5. Liberación o libertad

Capítulo II. LA MUERTE REAL

1. De qué podemos morir
 - 1.1. De accidente
 - 1.2. De enfermedad, de vejez
2. Cómo nos pueden matar
 - 2.1. Violencia machista y gratuita
 - 2.2. Armas ligeras y guerras
 - 2.3. Crímenes mafiosos
 - 2.4. Pobreza, hambre y biocombustibles
 - 2.5. Falta de agua potable, polución y ruido
 - 2.6. Enfermedades evitables y fármacos que matan
3. Por qué nos podemos matar
4. La muerte de una persona querida: el luto

Capítulo III. LA MUERTE ESPECTÁCULO

1. La muerte en formato postal
2. La violencia de las imágenes
3. El espectáculo de la muerte, antes y ahora
4. El papel de los profesionales

Bibliografía y filmografía

LA MUERTE COMO TABÚ

En los últimos años, especialmente en la segunda mitad del siglo XX, se ha producido un cambio de tabú: antes el gran tabú era el sexo y la gran cuestión ética que lo acompañaba era el aborto. Hoy no hablamos –como tabúes– ni del sexo ni del aborto, y el debate que socialmente tenemos planteado, la eutanasia, es el del final de la vida. Cuando los adultos mayores de hoy éramos niños, se nos decía, con nulo sentido pedagógico, que "los niños venían de París" o que "los niños los traía la cigüeña". Actualmente estas expresiones se han convertido en obsoletas, pero todavía hemos oído en alguna ocasión decir a un niño, con el mismo nulo sentido pedagógico, que su abuelo, muerto quizás ya hacía días, "estaba de viaje o en el hospital" y que pronto volvería del lugar donde había ido temporalmente.

Este cambio de tabú, anunciado por Philippe Ariès en su gran obra *Historia de la muerte en Occidente*, nos lleva a unas nuevas estructuras sociales y a un nuevo modelo de muerte, con reconocidas ventajas, y bastantes inconvenientes. En el abanico de desventajas nos encontramos con una represión invisible cuando queremos expresar "libremente" nuestro dolor, no siempre bien visto desde fuera.

Constatamos como la realidad y la vivencia de la muerte son dimensiones incómodas para el sistema conceptual del ser humano occidental, del mismo modo que lo había sido la presencia del sexo un siglo atrás. Las situaciones más duras, como el fracaso, la enfermedad, y, sobre todo, el sufrimiento y la muerte, son deliberadamente alejadas de nuestra cosmovisión.

Por otro lado, sublimamos la salud de forma extraordinaria; hay una gran necesidad de estar bien, siempre y al máximo. Este horizonte nos condiciona sutilmente y nos aleja del pensamiento de la muerte. También el consumismo, que equivale a tener y poseer, nos mantiene alejados y distraídos frente a la muerte. Cuesta aceptar que esta muerte, con su carácter democratizador, nos desnude y nos iguale a todos, con una justicia necesaria y a la vez inoportuna. Por más que queramos, nunca podremos aplazar indefinidamente la muerte, algún día, alguna hora será la última. Y eso sí nos puede parecer injusto: el momento y la manera como se presentará, su misterioso cuándo y cómo.

Este pequeño y modesto libro pretende dar a los lectores y lectoras informaciones y elementos de reflexión que les puedan ser de utilidad en el espinoso, y a la vez fascinante, territorio de la muerte.

Capítulo I

EL HECHO DE MORIR

"La muerte es más fácil para aquellos que se han ocupado de ella durante la vida", dijo Montaigne. De hecho, se puede pensar, hablar y escribir sobre la muerte desde la filosofía, la biología, el arte, la religión, la medicina, la historia, la antropología, y fundamentalmente desde dos perspectivas: la racional y la emocional, o bien desde las dos a la vez. Dicho esto, la muerte puede ser, entre otras cosas, objeto de reflexión y diálogo (perspectiva racional), vivencia de la pérdida de un ser querido (perspectiva emocional) y certeza de la propia finitud (racional, "lo sé"; emocional, "me lo creo").

Todas nuestras acciones están condicionadas por esta certeza: la de la muerte, la única que no tiene excepciones en el *ranking* estadístico. En muchos momentos de nuestra existencia, nos seduce ignorar que en este mundo no hay nada definitivo, salvo la muerte. Es absurdo, e incluso ridículo, que nuestra cultura quiera esconder la muerte, porque con esto esconde el sentido de la propia vida. El poeta Miquel Martí i Pol decía, sabiamente, que es en la muerte donde aprendemos a vivir, o dicho de otro modo, solo se puede dar sentido a la muerte si se empieza dando sentido a la vida.

Parece bastante evidente que, en Occidente, entendemos la muerte como un accidente externo que se debe evitar y silenciar. Ni siquiera es admisible pensar acerca de ella. Hablar de la muerte también es considerado de mal gusto, y hasta se atribuye un punto de morbo al osado que se atreve a hacerlo. Intentamos mantener a la muerte alejada del quehacer diario de los vivos –nosotros, de momento–, eludiéndola, evitándola, huyendo de ella como del demonio. Tendemos a creer en un tipo de inmortalidad del cuerpo, procurando olvidar que tenemos fecha de caducidad; quizás nos hace "felices" ignorar que morir es el último y definitivo acto de nuestra vida.

Desde nuestro prisma cultural desconocemos que algunas culturas africanas y orientales entienden la muerte como un acontecimiento más –el último, y en todo caso muy importante– en la vida de las personas. De hecho, es lógico entenderla así: hay vida porque hay muerte y al revés; y el tiempo que pasa entre ambas siempre es breve. El filósofo Daniel Innerarity lo expresa de forma muy comprensible cuando afirma que "el hombre es el ser que empieza demasiado tarde y acaba demasiado pronto". Todos somos, a la vez, lectores y moribundos (por duro que nos parezca) a pesar de que podamos disfrutar, en este momento, de un perfecto estado de salud.

Cabe recordar que vivir tiene el inconveniente de que siempre acaba matando. A pesar de la importancia que damos al hecho de vivir muchos años (en España la media de edad en las mujeres –más longevas que los hombres– se sitúa más allá de los 80 años), en nuestra intimidad sabemos bastante bien que lo decisivo no es la duración cronológica de nuestra existencia sino el sentido que haya tenido. Una vida breve puede haber sido muy llena de sentido, mientras que otra de larga duración en el calendario puede haber transcurrido en

medio del vacío y la banalidad más extrema.

La utilidad de la vida, decía Montaigne, no reside en la duración sino en el uso: algunos han durado mucho tiempo pero han vivido poco. Además, tal como afirma el filósofo Raimon Pannikar, "la muerte es equidistante de todas las personas. Quiero decir que a la muerte tanto le da una persona de 30 años como otra de 90". Por otro lado, el aumento de años de vida, después de una primera etapa que puede ser muy positiva, a veces no es más que la prolongación de una decadencia casi insoportable. Negar la evidencia que vivir es andar hacia la muerte resulta, como mínimo, una imperdonable banalidad.

1. Mi muerte

El problema de la muerte, y la mía en concreto, es que no es un problema (que un experto podría resolver), ni un secreto (que alguien podría descubrir), sino un misterio, imposible de descifrar y de entender. Lo que la muerte tiene de realmente humano, lo que distingue a la muerte de un ser humano de la de una planta o un animal, es que se trata de un asunto de lucidez: las personas somos, además de mortales, conocedoras de nuestra mortalidad (sabemos que tenemos que morir). A pesar de saberlo, ¡lo más difícil es creerlo y aceptarlo!

Nuestra finitud, y la de todo el mundo, va más allá del hecho físico y de la muerte biológica, porque cada momento de la vida está ligado a la muerte. La muerte no debería ser motivo de reflexión solo para personas muy mayores; todos, sea cual sea nuestra edad, somos candidatos, lo único que queda por concretar es la fecha.

Las situaciones cotidianas de pérdida que la vida proporciona nos preparan el camino hacia la muerte. Poetas y pensadores han escrito que solo podemos entender la vida a la luz de la muerte. Ya Séneca afirmaba que aprender a morir es dejar de ser esclavo. También es cierto que otros filósofos (Vladimir Jankélévitch, entre ellos) expresan su convicción de que de la muerte no se puede aprender nada, puesto que aprender es el resultado de una serie de ensayos, y morir solo se hace una vez en la vida. Por definición, esta primera vez también es la última. Pero si aceptamos que se puede aprender a morir, esto supone entender que cada momento de la vida es irreplicable y que el hoy tiene sentido por sí mismo, sin entrar en dependencia con el mañana, porque ignoramos si habrá mañana.

Dentro del marco de misterio (o no) de nuestra propia muerte, nos permitimos recomendar la realización del testamento vital o documento de últimas voluntades, en el cual cada uno de nosotros podemos dejar constancia de cómo queremos ser tratados en el último tramo de la vida. El eje central del documento se basa en no hacer uso de ningún método extraordinario para prolongar la vida de un enfermo en situación terminal, y en administrar los sedantes que sean necesarios para paliar su sufrimiento, a pesar de saber que le pueden acelerar la muerte.

Agustí Altisent, monje de Poblet, expresaba de este modo, tan lúcido y tan sereno, la proximidad de su muerte: "Cuando entramos en la vejez y nos vamos desmontando, la sensación de rigurosa caducidad nos deprime. Se comprende, la muerte es una intrusa; fuimos creados para la vida. Hay personas que quieren vivir como sea y a cualquier precio. Por eso nos acostumbramos a las llagas de la vejez y a lo que convenga. Podemos llegar a convivir con cualquier limitación y con cualquier dolor. Naturalmente, esta convivencia pacífica con aquello que nos destroza o nos va minando por dentro, llega pronto si se sabe

mirar las cosas con la mente serena. Quien tiene la mente serena, difícilmente será muy desgraciado".

2. Nuestras posibles actitudes

Muchas personas afirman que no temen a su propia muerte sino a la de aquellos que quieren. De hecho, la experiencia de la muerte es la experiencia de la muerte de los demás. Mi muerte, según expresión del filósofo Jean-Paul Sartre, es siempre muerte *pour-autrui*, muerte para los demás. En el fondo, la muerte la reservamos a los demás, a la gente que pasa por la calle y que no conozco y, sobre todo, no quiero. Pero a pesar del reconocimiento de estas afirmaciones, no podemos negar que la certeza de la propia muerte (que acostumbramos a situar lejos en el tiempo, aproximadamente unos veinte años después del momento en el que vivimos), nos genera un amplio abanico de posturas o actitudes, que van desde la más estricta indiferencia a la aceptación más serena.

Entre otras posibilidades no menos reales, os ofrecemos la posibilidad de deteneros en cinco formas "clásicas" de enfrentarnos a la muerte: la negación, la omnipotencia, el miedo, la liberación y la aceptación.

2.1. Negación e indiferencia

La actitud negativa corresponde a un gran número de hombres y mujeres de nuestro entorno: consiste en "esquivar" al máximo la presencia de la muerte, incluso la reflexión sobre ella, viviendo como si no existiera. La muerte aparece como un accidente inoportuno e inesperado, en el que más vale no pensar. La negación incluye una visión de la realidad que impide que la vida se detenga ante el pensamiento de la muerte y esto, en cierta medida, tiene una vertiente positiva, aunque peligrosa, puesto que, como dice el psiquiatra Carlos Castilla del Pino, "no es una negación desde el punto de vista lógico (no se deja de aceptar intelectualmente el hecho de nuestra muerte), sino una actitud y, por lo tanto, una negación emocional... La aceptación intelectual coexiste con la denegación emocional". Negamos con el corazón la idea de la muerte. No queremos recordar –a pesar de saberlo– que tenemos que morir.

El filósofo José Luis Aranguren, en su *Ética*, confirma que el pensamiento de la muerte perturba y paraliza la vida, le resta energías desde el punto de vista pragmático. Aunque la muerte no puede ser eliminada, sí lo puede ser la preocupación por la muerte, pero una cosa es alejar a la muerte como pensamiento y otra muy diferente es alejarla como realidad. Ignorar a la muerte, quedarse indiferente a todo lo que la rodea, niega el concepto, pero no niega la "cosa". El filósofo Blaise Pascal corrobora esta idea de forma magistral cuando afirma que los humanos, al no poder escapar de la muerte y para intentar ser felices,

decidimos no pensar en ella. ¡Esto es todo lo que hemos podido inventar para consolarnos!

La actitud de negar la muerte es prácticamente común en toda la cultura occidental. Pero si somos lúcidos, captamos que el hecho real de morir no queda eliminado y que es imposible encontrar el sentido de la vida si rehuimos la certeza de la propia finitud, y también la de los demás.

¿Puede ser que las respuestas del novelista Jostein Gaarder a las preguntas que exponemos a continuación, sean una forma encubierta de negar la muerte? ¿O se trata solo de expresar de forma transgresora lo que queremos la mayoría de mortales? (¡Nunca mejor dicho esto de mortales!)

Me gustaría ser inmortal

–Usted busca la inspiración paseando bajo las estrellas... ¿Qué encuentra?

Cuando miro el cielo y las estrellas veo hacia atrás en la historia a través de miles y miles de años. Soy un hombre de 54 años, dentro de treinta moriré... Mira, ya me he puesto triste... El caso es que tengo una identidad más profunda, no solo soy dentro del Universo, sino que también soy el Universo. Así pues, nací hace 13.700 millones de años. Y cuando veo las estrellas veo el pasado y un misterio... ¡que no sé desvelar!

–Le gustaría ser inmortal, ¿verdad?

Sí, si tuviera la posibilidad de escoger vivir treinta años más o treinta millones de años, escojo la segunda opción. Aun así, estaría triste porque sabría que mi fecha de caducidad son treinta millones de años. Pero como la vida es muy corta, creo que por eso se tiene que vivir con la intensidad del presente. *Carpe diem*. Que los adolescentes se den cuenta del valor y de la brevedad de la vida.

En todo caso, creemos que en esta actitud de negación se puede esconder una descarada frivolidad. También cobardía. Como la muerte nos asusta y nos rebela, la posición más cómoda es rehuirla. Muchas personas no se pueden acostumar a su idea y tampoco a la de las enfermedades. La utopía es poseer un cuerpo etéreo, sin capacidad de deterioro. Es lógico que así suceda en determinadas situaciones, porque, ¿realmente se puede denominar "vida" a existir en condiciones deplorables? La pésima calidad de vida de algunas (demasiadas) personas, la describe de forma genial el escritor Alejo Carpentier, en dos palabras: "vivir muriendo". ¿Cómo entender –y poder aceptar– el porqué de tantas muertes prematuras y de tantas vidas abortadas? (Volveremos a esta cuestión en el capítulo "La muerte real").

Y para acabar, resaltamos la curiosa visión del doctor Carlos Cobo Medina, en su obra *Los tópicos de la muerte*, cuando distingue entre la negación directa: "¡No me quiero moriiiiir!", la negación evasiva: "De eso ni se habla" y la humorística: "He pedido prórroga". El autor del libro afirma que esta variante humorística predomina más entre los hombres que entre las mujeres.

2.2. Omnipotencia y desafío

Desafiar a la muerte y sentirse omnipotente es la actitud humana más osada,

directamente retadora: se trata de hacer frente a la muerte con más o menos conciencia; dicho de otra forma, jugarse la vida.

Si vivir es posiblemente el riesgo más importante, en algunas personas, la mayoría jóvenes, este riesgo les da un cierto grado de omnipotencia. Aunque parezca paradójico, la insatisfacción, la rutina y el aburrimiento son algunos de los caminos que conducen a llevar a cabo acciones de alto riesgo, generadoras de fuertes emociones y a veces con peligros evidentes para la propia vida.

Probablemente los deportes de aventura y el gusto por la velocidad excesiva sean los canalizadores más frecuentes de las energías invertidas por los amantes del riesgo. En el fondo hay una evidente negación de la posibilidad de la propia muerte: "A mí no me puede pasar nada malo". Expresión formal de omnipotencia, ¿o no?

El escritor y periodista Arturo Pérez-Reverte escribió una carta penetrante y satírica, plenamente vigente, con el título de *Carta a un imbécil*, incluida en su libro *Patente de corso*: "Querido imbécil: No llegarás a comerte las próximas uvas, porque de aquí a un año estarás muerto. Y cuando digo muerto quiero decir muerto de verdad, criando malvas para los restos. No palmarás, te lo comunico, de forma heroica, ni útil, ni siquiera natural. Habrás fallecido estúpidamente, a ciento ochenta y en un cambio de rasante, o una curva, justo cuando pongas para ti mismo cara de duro de película y metas gas, intrépido, jaleado por música imaginaria o real, creyéndote el rey del mambo.

"Lo peor del asunto, discúlpame, no será tú pellejo; que al fin y al cabo –salvo para ti mismo y algún familiar– no valdrá gran cosa al precio a que lo vas a vender. Lo malo es que te llevarás por delante, quizás, a gente que ningún interés tiene en acompañarte en el viaje: amigos incautos, la familia que vaya de vacaciones en el coche opuesto, el peatón, el camionero que trabaja para ganarse la vida. Sería más práctico y más limpio, ya puestos a eso, que acelerases hasta doscientos y te estamparas en bajorrelieve contra una pared, que es un gesto más íntimo y considerado. Pero sé que no lo harás así, porque en lo tuyo no hay voluntad de hacerte pupita. Cuando llegue será de forma imprevista, y aún tendrás tiempo de poner ojos de esto no me puede ocurrir a mí antes de romperte los cuernos y quedarte, como dicen los clásicos, mirando a Triana para los restos.

"Llevo varios años viéndote pasar a mi lado por carreteras y autovías, abonado al carril izquierdo, dándome las luces para que te deje, en el acto, franco el paso. A veces te pegas a un palmo del parachoques trasero, confiando siempre, ante mi posible frenada, en la sólida mecánica de tu coche y en tus proverbiales reflejos y sangre fría. En la intrepidez de tu golpe de vista y en el valor helado, sereno, que tanta admiración despierta a tu alrededor y, en especial, en ti mismo. Guapo. Machote. Que eres un virtuoso".

El sustantivo "valor" que se desprende de la lectura de la carta, no tiene ninguna relación con el auténtico valor que supone afrontar serenamente los retos que la vida nos tiene preparados. En este caso encontramos una forma más o menos velada de negación de la propia finitud y cierto desprecio (¿inconsciente?) de la vida de los demás.

Otra forma actual de "desafiar" a la muerte consiste en acaparar con insistencia y

compulsivamente diferentes objetos, y, a falta de vínculos más sólidos, abonarse con dedicación a todo tipo de ofertas consumistas.

También desde la perspectiva médica, la muerte es contemplada por un amplio abanico de profesionales como el fracaso de la omnipotencia humana para controlar el bienestar y la salud, como un plazo de caducidad inaceptable y humillante. La tecnología a menudo aleja al médico del paciente cuando tendría que estar centrada en su voluntad. El doctor Moisés Broggi, a sus cien años de vida, afirma con una lucidez que provoca admiración: "Se ha hecho demasiada propaganda del poder y del progreso de la medicina, y hay gente que cree que no tiene que morir".

2.3. Miedo o angustia

La actitud de los miedosos y temerosos viene representada –al menos en parte– por la filosofía existencial de Martin Heidegger. Este pensador alemán habla en su libro *Ser y tiempo* (1979) del hombre como un "ser-para-la-muerte".

Hay personas que conectan con esta posición y adoptan actitudes pesimistas y desesperanzadas frente a la vida y la muerte haciéndose repetidas preguntas vinculadas a su incertidumbre: "¿Qué sentido tiene la vida y la muerte?", "¿Cuándo y cómo moriré?", "¿Qué me espera después de la muerte?", "¿Sucederá algo o me espera la nada?". La angustia puede ser tan grande que la persona crea que está muriendo, o considere esta situación angustiosa presente como la fiel representación de aquello que deben sentir los que están muriendo y, por lo tanto, lo que ella sentirá cuando llegue el momento final. En esta tesitura, la muerte "se vive" como una realidad asumida pero vacía de cualquier respuesta, ni lógica ni trascendente. Aquí la vida no es nada más que una antesala omnipresente de la propia muerte. Se muere en vida, y en "repetidas" muertes.

El filósofo y teólogo Raimon Pannikar afirma que tenemos miedo a la muerte porque tenemos miedo a la vida. Estamos en la superficialidad, no sabemos vivir la vida real, aquella que sabemos que algún día se acabará. Tener miedo a la vida quiere decir que no la vivimos. Tendríamos que poder integrar en nuestra intimidad –sin miedo, sí con respeto– la certeza de que no viviremos por siempre jamás la vida que vivimos, ahora y aquí. Todo lo que nace, muere.

La existencia humana se caracteriza –en la dimensión emocional– por una mezcla de tristezas y de alegrías, de sufrimientos y de satisfacciones, de ganancias y de pérdidas, de éxitos y de fracasos. El miedo es una de las emociones más insertadas en el ser humano: la muerte puede dar tanto miedo que ni siquiera tenemos permiso para citarla. Viktor Frankl, psiquiatra y neurólogo austríaco y prisionero de los nazis durante la Segunda Guerra Mundial, establece el vínculo entre la vida y la muerte afirmando que "cuanto mayor sea el propósito que tenga la vida, más pequeño será el miedo a la muerte". Es decir, el sentido de la vida, según Frankl, es inversamente proporcional al miedo a la muerte.

Algunos psicólogos concretan el miedo a la muerte en vivencias muy humanas, a menudo situadas en la peligrosa frontera de un temor obsesivo: lamentar no poder acabar proyectos, no aceptar el fin de la propia existencia temporal, temer la falta de salud y morir con sufrimiento.

Debemos reconocer, si queremos manifestarnos con la máxima sinceridad, que puede haber cosas y situaciones peores que la propia muerte. En la recopilación de estas "cosas", a lo largo de más de diez años de cursos sobre *La vida y la muerte* impartidos en diferentes lugares de España, docenas de personas han manifestado que para ellas hay situaciones y vivencias que pueden ser peores que la muerte.

Peor que la muerte

- el dolor total (físico y psíquico)
- las enfermedades crónicas graves
- una larga agonía, que no te ayuden a morir con dignidad
- quedarse inválido o perder la autonomía
- perder la identidad
- perder la dignidad
- la soledad no querida
- estar lejos de las personas que quieres
- la adicción a las drogas, propia o de alguien muy querido
- la violencia extrema
- vivir en la miseria
- el sufrimiento psicológico
- la traición de una persona querida
- la pérdida de un ser querido

Es cierto que la muerte también nos da miedo por lo que desconocemos de ella, porque no da ninguna respuesta, porque es la gran incógnita. El poeta Rainer Ma. Rilke lo expresaba mucho más poéticamente cuando decía que "la muerte es la cara de la vida que no está girada hacia nosotros". Siempre es el miedo lo que hace más difícil la muerte; este miedo que imagina y construye una y otra vez –a cámara lenta– las diferentes posibilidades de cómo podemos morir. Alguien dijo con mucha sabiduría: "El miedoso muere mil veces, ¡el valiente solo una!". Con la lógica en la mano, si solo moriremos una vez, no hay que morir cada día.

2.4. Realismo y aceptación

La actitud resignada y realista –cercana en algunos casos a la esperanzada– posee un talante pragmático que acepta la muerte como una realidad radical y auténtica: "Se tiene que admitir tal como es: el ser humano, como todo ser finito, ha tenido un principio y tiene que tener un final. Ni angustia, ni desesperanza: se impone el realismo".

En esta línea encontramos la reflexión filosófica de los epicúreos. Según ellos, para poder disfrutar de la vida hay que superar el miedo ante la muerte. De hecho, "yo y mi muerte somos incompatibles; cuando ella llegue yo ya no estaré para tener experiencia. Por lo tanto,

la muerte no tiene que darnos ningún miedo y el hombre tiene que concentrarse en el gozo sereno de la vida".

También el poeta Horacio vive la preocupación por la muerte pero supera este temor porque la acepta como algo natural, aunque a regañadientes. Del mismo modo, los estoicos propugnan ante la muerte una serenidad y una libertad fruto de la certeza de que se trata de un acontecimiento externo a nosotros contra el cual no podemos sublevarnos puesto que la única actitud posible es aceptar la muerte como ineludible.

Incluso el suicidio es tolerado cuando las circunstancias hacen absolutamente imposible la vida. El estoico Séneca afirma que, a pesar de que la vida sea corta y breve, y precisamente por eso, se tiene que vivir plenamente; según él, si la empleamos adecuadamente, la vida siempre será suficientemente larga.

Es sugerente este fragmento de carta que Wolfgang Amadeus Mozart escribió a su padre: "Como la muerte, debidamente entendida, es el verdadero propósito final de nuestra vida, durante años me he ido familiarizando con esta auténtica y valiosa amiga de la humanidad. Gracias a esta actitud mía, la muerte ya no tiene nada de terrorífico sino, más bien, ¡de tranquilizador y de reconfortante! La muerte es la clave de nuestra auténtica bienaventuranza".

2.5. Liberación o libertad

La muerte de Ramon Sampedro, exhibida magistralmente en el cine en la película *Mar adentro*, es un testigo penetrante y esclarecedor de por qué una persona puede llegar a desear que llegue la muerte lo antes posible. Liberar el cuerpo y la mente de una existencia dolorosa, dependiente, rutinaria, es el horizonte –mezcla de luces y sombras– que algunas personas anhelan conseguir.

Es cierto que otras personas, en iguales condiciones, luchan para sacar el máximo de rentabilidad a su precaria situación física, y hacen lo posible porque la muerte llegue lo más tarde posible. El astrofísico Stephen Hawking, afectado de esclerosis lateral amiotrófica desde el año 1963, ha sido capaz de convertir una existencia muy exigua físicamente, en una explosión de profesionalidad y de sintonía personal con los que lo rodean. La tecnología es su aliada, hay que decirlo todo, pero él habría podido rendirse, y no lo ha hecho.

Esta vida puede llegar a cansar "al espectador" de modo irresistible, como explica aquel viejo chiste del señor que al ver en la pantalla del cine el león de la Metro, se levantó indignado asegurando que ya había visto la película. Pero también hay "espectadores" que desean que la película no se acabe nunca, de lo interesante que la ven.

Sabemos que se pueden encontrar otras actitudes en el momento de "situarnos" ante la propia muerte, tanto en creyentes como en agnósticos o ateos. En cualquier caso, la actitud más sana es la que acepta, con serenidad y realismo, la certeza de la propia muerte y el dolor inmenso que causa la muerte de un ser querido. Cada cual puede buscar con cuál de estas

actitudes se identifica mejor y, a la vez, cuál es la que se aleja más de su concepción del sentido de la vida y del misterio de la muerte. La última palabra, de momento, es solo nuestra.

Capítulo II

LA MUERTE REAL

La muerte puede sorprendernos de forma imprevista, en un accidente de tráfico, laboral, doméstico, por una parada del corazón, y también nos puede llegar por una enfermedad grave, en una vejez precaria de salud. Si es cierto que nadie ha podido escoger haber nacido o no, casi nadie tampoco elige su muerte y tampoco sabe cómo la asumirá en los últimos momentos. Solo el suicida puede escoger –avanzándolo– el momento de morir.

Vemos, pues, que mientras que las formas de nacer son bastante limitadas, las de morir (o ser matados) no se pueden contar. Simplificando, podemos morir, nos pueden matar, nos podemos matar, y también se nos puede morir una persona querida. Una niña de cuatro años, ante el cuerpo de la bisabuela muerta, preguntó curiosa a su padre: "¿La abuela María está *morida* o matada?". Sutil distinción para un niño, ¡y nada frívola! A los adultos tampoco nos resulta fácil racionalizar unos hechos en los cuales estamos implicados de un modo que sobrepasa, y de mucho, la reflexión.

¿Qué responderíamos si nos hicieran la pregunta de cómo querríamos morir? Esta pregunta, directa y un poco indiscreta, podría formar parte de una encuesta escrita o de una interpelación directa en un programa de radio o de televisión. Nos atrevemos a afirmar que una respuesta recurrente sería "sin sufrir y durmiendo, sin darme cuenta", a pesar de que matizamos, que no hay respuestas buenas ni malas: las valoraciones éticas, aquí, no tienen ningún sentido.

Aceptamos, pues, que hoy, la mayoría de personas prefiere que la muerte se produzca de forma rápida e inconsciente. La respuesta que vemos aquí es una respuesta moderna, o posmoderna. La buena muerte en otras épocas no se asemejaba en nada a este modelo rápido e indoloro que hoy proclamamos y deseamos, y que entonces era considerado de mala muerte. La "buena" era precisamente la que permitía preparar el traspaso, despedirse de las personas queridas, dejarlo todo "ordenado".

1. De qué podemos morir

1.1. De accidente

Los accidentes (del latín *accidere*, derivado de *cadere*: suceder, pasar) son definidos por el diccionario como "acontecimientos desgraciados y fortuitos que vienen a romper el curso regular de las cosas". En la carretera los accidentes se han convertido en la primera causa de mortalidad entre los jóvenes, por delante del consumo de drogas y del sida. Están estrechamente relacionados con la distracción del conductor (primera causa), la velocidad inadecuada (segunda causa), el consumo excesivo de alcohol (tercera causa) y otras causas que los expertos conocen bastante bien: fallos mecánicos, mal tiempo, red de carreteras deficitarias. En cualquier caso, los accidentes de tráfico son la primera causa de muerte hasta los 44 años y les podemos atribuir el desafortunado calificativo de epidemia silenciosa.

Aunque nos pueda resultar extraño, en el tercer mundo los accidentes de tráfico causan tantas muertes como la malaria o la tuberculosis. África es el continente donde se dan las cifras de siniestralidad vial más altas. En muchos de los países de este continente, la posibilidad de que un vehículo de motor se vea implicado en un accidente mortal es cien veces superior a la del Reino Unido o los Estados Unidos.

El periodista Lluís Falcón daba estos datos en un artículo en la revista *RACC Club*, según un informe de la FIA Foundation, basado en la OMS: "Más de un 85 por ciento de los 1,2 millones de víctimas mortales y 50 millones de heridos se registran cada año en accidentes de tráfico en los países pobres o en vías de desarrollo". La tendencia, además, es alarmante. Según estimaciones de la propia FIA, entre el año 2000 y el 2020 el número de víctimas mortales por accidente de tráfico descenderá un 28 por ciento en los países ricos y, en cambio, aumentará un 83 por ciento en los países pobres o en vías de desarrollo. Nos preguntamos: ¿cómo se podría evitar la muerte (repetimos, evitable) de cerca de un millón de personas al año?

Hay, también, los llamados accidentes "absurdos"; "tontos", dirían algunos. Es de un realismo brutal la noticia que daba la periodista Núria Escur en *La Vanguardia* –con el sugerente título *El trayecto inacabado*– de la muerte de Dave Freeman (1961-2008), autor, ironías de la vida, de *100 cosas para hacer antes de morir*: "A veces, la vida puede ser muy cínica y recordarnos cuán vulnerables somos y la fragilidad de nuestros propósitos. Dave Freeman, autor de la guía *100 cosas para hacer antes de morir*, una bonita invitación a recorrer los más singulares paisajes humanos y geográficos del mundo, ha muerto a los 47 años. No ha estado en ninguna gesta heroica ni en un país lejano. Una simple caída fortuita en su casa,

un golpe en la cabeza, puso fin a su proyecto de llevar a la práctica los cien itinerarios. Según su familia, pudo visitar cerca de la mitad de los lugares de su lista. 'Esta vida es un viaje corto', decía un fragmento del libro. '¿Cómo te puedes asegurar de que lo llenas con diversión y que visitas todos los mejores lugares de la Tierra antes de hacer las maletas por última vez?', se preguntaba. La idea de cien cosas fue copiada por muchas editoriales y dio paso a imitadores que partían de títulos similares, como *100 melodías que se tienen que escuchar antes de morir*".

1.2. De enfermedad, de vejez

Las enfermedades, nunca deseables por las perturbaciones que causan en el estado del cuerpo o de algún órgano concreto, paradójicamente pueden aportar a las personas que las sufren una vida más brillante. M. Cinta Barberà, la primera paciente con un corazón artificial de España, lo vive y lo expresa así. Según ella, gracias a su enfermedad y al trasplante de corazón, ha conocido a mucha gente que le ha dado mucha energía. Afirma que la clave para una buena vida es el amor y el perdón, y que, de hecho, es más difícil vivir que morir: no tenemos que tener miedo a la muerte, hay cosas peores. Todos tenemos la capacidad de afrontar cualquier cosa, ella lo dice por experiencia.

En Occidente solo hace unos cincuenta años que la compañía y el consuelo del médico de cabecera eran claves en el proceso de enfermedad de la mayoría de personas. Era el perfil de médico que intentaba hacer "durar" al enfermo pero no podía: le faltaban recursos técnicos. El médico de ahora puede prolongar agonías, y a menudo el resultado es tan desconcertante que en lugar de dar calidad a la vida, ofrece una duración que, en último término, puede carecer de sentido.

Incluso sufriendo una enfermedad grave, a nuestra cultura le resulta difícil vivir la presencia de la muerte, y por eso rechaza su idea, ignorando cómo puede llegar a estimular para vivir con más entusiasmo y valentía el tiempo que ahora tenemos. La preparación de la propia muerte, en la medida en que esto es posible, consiste, según la doctora Elisabeth Kübler-Ross, en poder irnos de este mundo acompañados de todo lo que hemos aprendido sobre la muerte a lo largo de la vida. Ella lo vivía y lo formulaba así: "Los moribundos nos enseñan a vivir".

No está de más mencionar las conocidas cinco etapas con las que, según esta doctora – algunas de sus obras han sido auténticos *best-sellers*– clasifica las relaciones del enfermo terminal con su propia muerte. Primero no se lo quiere creer, después se subleva, empieza una negociación (con Dios, con la ciencia) seguida de una desesperanzada depresión y, finalmente, si todo sale bien, se llega a la aceptación serena de la muerte, que la mayoría de veces no quiere decir que sea ni fácil ni deseada.

A pesar de todo, la muerte, hoy, precedida a menudo de enfermedades más o menos graves, llega mayoritariamente en la vejez. Según el poeta Jaime Gil de Biedma "envejecer o

morir es el único argumento de la obra". Rosalía de Castro reclamaba la muerte en juventud; el bien morir, para ella era morir antes de la vejeción de la vejez. En la misma línea, una cita clásica nos recuerda que "los queridos por los dioses mueren jóvenes". En cambio, Séneca consideraba que la vejez es una edad especialmente favorable para el estudio y el perfeccionamiento moral.

Una lúcida reflexión sobre la vejez la encontramos en estas palabras del doctor Broggi, nacido en 1908: "Morir por la acción única de la edad avanzada es un hecho muy poco frecuente. Muchos de los casos de vejez biológica pertenecen a lo que se podría denominar vejez secundaria, resultado de incapacidades o de invalideces causadas por traumas o enfermedades. Es cierto que las enfermedades cardiovasculares constituyen la causa más importante de muerte en las personas de edad avanzada y un factor primordial, pero no el único, en la producción del cuadro de la senectud, puesto que se debe tener en cuenta que hay personas y especies animales que envejecen sin sufrir arteriosclerosis. La falta de amor es el gran drama de la vejez de nuestra época. Es importante no dejar de reflexionar sobre el hecho de la muerte, porque esto influye, por un lado, sobre nuestra conducta a lo largo de la vida, haciéndonos comprender en cada momento el valor relativo de todas las cosas, incluso el de aquellas que más nos atraen, y por otro lado, constituye la mejor preparación para tomar una actitud reflexiva y serena en aquel momento en el que se pierde la esperanza en la propia supervivencia".

Entrar en la vejez produce una sensación de ineludible caducidad. La muerte se convierte más que nunca en una intrusa; es el momento de acostumbrarse a las llagas y a las limitaciones, sin querer –tampoco– vivir a cualquier precio, a pesar de que hay personas que se apuntan a esta versión y luchan desesperadamente para alargar la vida al máximo, con calidad o sin ella. No debe ser fácil, pero también muchas personas llegan a convivir pacíficamente con las limitaciones y los dolores. Como decía el monje Agustí Altisent: "Quien tiene la mente serena, difícilmente será muy desgraciado".

Del cerca de medio millón de personas que mueren cada año en España, la mayoría son ancianos. Hay que hacer notar que no siempre ha sido así. En la Europa del siglo XVIII, de cada cien defunciones la mitad correspondía a personas de menos de veinte años. Las enfermedades –y la medicina– de hoy alargan mucho el proceso de morir. Por eso, morir es básicamente un "tema" de vejez.

Tiene interés referirnos a la eutanasia, preocupación social y ética desde hace años, entre nosotros. La eutanasia es la acción o conducta de una persona (en general, un médico) que causa de forma directa (eutanasia activa) o indirecta (eutanasia pasiva) la muerte de una persona que sufre una enfermedad o lesión incurable con los conocimientos médicos actuales, hecho que le provoca un sufrimiento insoportable y que le causará la muerte en muy poco tiempo.

La eutanasia es la respuesta a una demanda libre y reiterada del enfermo o lisiado grave, y se lleva a cabo con la intención de liberarlo del sufrimiento, respetando su voluntad. Las últimas encuestas llevadas a cabo en la población de España revelan que el 80 por ciento de

los ciudadanos está de acuerdo en que un enfermo terminal pueda poner el punto final, sin dolor, a su vida. Lo que sucede es que no todas las comunidades atienden del mismo modo a los enfermos terminales. Parece que el trato no es igualitario en medicina paliativa, a pesar de que tengan un mismo objetivo, aligerar el dolor físico, y sobre todo la angustia de la soledad que puede provocar. Dependiendo de la comunidad donde se viva, se tendrán más o menos garantías de morir sin sufrir. Aunque quede mucho por hacer, Cataluña –junto a Canarias– es una de las comunidades más avanzadas en la atención a los enfermos terminales.

Es lamentable que, desde que Suiza legalizó el suicidio asistido, cada año un centenar de extranjeros –todos ellos enfermos terminales, la mayoría europeos, y que desean poner fin a una vida que para ellos no tiene sentido– tengan que ir al centro que la asociación Dignitas tiene en Zúrich, para que se los ayude a morir administrándoles pentotal. En la mayoría de países europeos se puede dejar morir, pero no ayudar a morir, a diferencia de Suiza y Holanda, donde sí está legalizada la eutanasia activa. Viajar a estos países supone no tener que afrontar la ley que penaliza el suicidio asistido.

Aunque nunca "sea necesario morir", como dice el filósofo Vladimir Jankélévitch, llega el día en el que tenemos que morir. Muchas enfermedades se pueden curar, pero hay una que nunca podrá curarse: es la enfermedad de las enfermedades, la muerte, una enfermedad que no es como las otras. Es a la vez la enfermedad de los sanos y de los enfermos. De todo el mundo.

2. Cómo nos pueden matar

Podemos ser muertos por alguien (matados) con un trasfondo de violencia: por ahogo, por arma de fuego, por arma blanca, o bien nos pueden ayudar a morir sutilmente, casi sin ni darnos cuenta, como si nos otorgaran un adelanto de la última hora, que ni queremos ni hemos pedido. En este último caso, la "ayuda" viene provocada, directa o indirectamente, por causas concretas, como la pobreza, las guerras, la polución extrema, la falta de agua potable, los medicamentos falsos, el exceso de ruido, los biocombustibles que provocan escasez de alimentos y, por lo tanto, hambre.

Por varios testigos, conocemos diferentes maneras de matar –y por lo tanto, de morir– en uno de los lugares más emblemáticos de la cartografía del horror: Mauthausen. El catálogo de maneras de matar resulta tan siniestro que encoge el corazón ante la barbarie en estado puro: "caídas" violentas por el barranco de una cantera, duchas heladas, piedras a las espaldas hasta la extenuación, electrocución en las vallas, asesinatos "disfrazados" de fuga. Pasaba en Europa, ¡no hace ni un siglo!

Las maneras de matar, antes y ahora, han sido tan infinitas como elaboradas. La maldad premeditada no tiene límites: adopta otras formas y otros ojos, pero en el fondo se basa en una sola y clara premisa: vales menos que yo, me perteneces, harás lo que yo quiera, cuando yo lo quiera. Tampoco conoce edad, ni fronteras, ni, por supuesto, atiende a razones.

El periodista Francesc-Marc Álvaro nos impacta con este relato, publicado en *La Vanguardia*. Se trata de una excelente herramienta de reflexión: "Mientras tomamos una cerveza en un bar de la pequeña localidad de Mauthausen, territorio de Austria, nos preguntamos cuántos de los ancianos que hoy pasean por aquí fueron cómplices de la muerte de los miles de prisioneros asesinados en el campo de concentración cercano. ¿Nadie vio ni olió la muerte a escala industrial cerca de su casa? Ni el paisaje ni el paisanaje. En el campo de Mauthausen fueron asesinadas miles de personas, desde militares rusos hasta nuestros republicanos, pasando por judíos, gitanos y resistentes antifranquistas. El juicio de Nuremberg contra los jerarcas nazis y otros procesos posteriores contra grupos de oficiales de las SS tuvieron un alcance limitado... Este señor tan educado que en 1960 regentaba una oficina provincial de una compañía de seguros había asesinado a varios hombres, mujeres y niños con los métodos más variados entre 1938 y 1945. Los que lo sabían callaban. La normalidad fue dejar todo aquello en la sombra".

2.1. Violencia machista y gratuita

Las noticias sobre muertes de mujeres a manos de sus parejas o antiguas parejas son casi diarias (de 1 de enero a 14 de mayo de 2015 ya han matado a doce mujeres). Estas cifras solo son el frío reflejo de doce tragedias personales. ¡Cuántas vidas rotas antes de tiempo por odio, venganza, locura, celos... en definitiva, por la voluntad de un ser humano "poderoso" sobre otro más "débil"! ¿Y hasta cuándo?

¿Qué podríamos hacer todos juntos, o que tendríamos que hacer, para parar esta epidemia social tan indigna y aberrante por nuestro "título" de seres humanos? La periodista Maricel Chavarría publicaba en *La Vanguardia* esta dolorosa información, con el inequívoco título "Cuando nos matan a una mujer cada día": "El médico forense Miguel Lorente ha estudiado el paralelismo que se da entre el aumento de la mortalidad de género y la sensibilización social. El maltratador perpetra un crimen moral: busca imponer su posición sobre la mujer. Y el detonante acostumbra a ser la separación, cuando ha perdido el control. Aquí empieza a planificar y meditar el homicidio. Lorente percibe un aumento de la ira en la forma de ejercer la violencia de género: "Entre los mecanismos de la muerte, ha disminuido el arma de fuego y el arma blanca, y ha aumentado la muerte por traumatismos (en un 14 por ciento) y por estrangulamiento (en un 56 por ciento). Es el primer instrumento que tienen a mano, no se detienen a pensar voy a matar a mi mujer, la matan directamente".

La violencia gratuita, sin móvil aparente, también tiene, desgraciadamente, su protagonismo. En Finlandia, el paraíso educativo del mundo, ha registrado una nueva matanza (en 2007 hubo otra casi idéntica), perpetrada por un estudiante, en la que ha matado a once compañeros y a un profesor. Había amenazado a través de un vídeo colgado en YouTube que alguien sería el primero de morir, apuntando a la cámara con su pistola. Anunció que odiaba a la raza humana y que hacía seis años que pensaba hacer un acto de este tipo. Él se suicidó.

Nos podemos preguntar (la respuesta, como siempre, será personal y diversa) cómo es posible que en un país que encabeza el mejor modelo educativo del mundo se den fenómenos como este. Quizás todavía no hemos interiorizado que se pueden tener varias licenciaturas, incluso un doctorado, y hablar muchos idiomas, pero ser un perfecto analfabeto emocional. Un lector se preguntaba en su carta a un periódico, ¿por qué no decimos también que el mejor sistema del mundo, el finlandés, no resuelve los problemas de alcoholismo y suicidio entre los jóvenes? Él se lo pregunta, nosotros también.

2.2. Armas ligeras y guerras

Ariane Arpa, directora general de Intermón Oxfam, da un dato escalofriante y poco conocido: las armas llamadas ligeras son las responsables del 90 por ciento de las muertes en conflicto, y cada año matan a medio millón de personas, el doble que las que murieron por las bombas de Hiroshima y Nagasaki. De hecho, son la peor arma de destrucción masiva que existe. Cada minuto muere una persona debido a un arma ligera. Muchos gobiernos

venden armas a gobiernos o grupos armados sin escrúpulos, a pesar de los compromisos políticos internacionales que han sido firmados, como es el caso del código de conducta europeo. No es banal constatar que España ocupa el lugar séptimo en el *ranking* de exportadores de armas.

Sería pretencioso e imposible desarrollar en este contexto el tema de la guerra en el mundo, con sus causas y consecuencias, pero sí nos permitimos hacer una breve referencia sobre las víctimas civiles de las guerras, "la gran olvidada de los conflictos armados", como advierte Intermón Oxfam. Según Intermón los civiles constituyen una población desamparada en los más de treinta conflictos activos que hay hoy en el mundo. El conflicto de Georgia (agosto 2008) ha demostrado una vez más que la protección de la población civil durante las guerras sigue siendo la gran asignatura pendiente de las instituciones internacionales.

2.3. Crímenes mafiosos

No queremos olvidar los crímenes mafiosos que se van produciendo de forma imparable, y desde hace años, en Ciudad Juárez (México), localidad con la misma población que Barcelona. El periodista Joaquim Ibarz nos informa periódicamente de la situación en aquella trágica geografía del crimen organizado. Solo en 2014 se registraron 427 asesinatos.

Los delitos no paran de aumentar, y el número de personas muertas a tiros crece a pesar de la presencia de los militares. Los mafiosos cada día cometen crímenes más sangrientos. Cuerpos sin vida con signos de tortura, desmembrados e incluso decapitados son cada vez más comunes. Es casi macabro constatar que las funerarias de la ciudad no dan abasto. Sus servicios están colapsados ante el número de muertos por los sicarios del narcotráfico.

Los familiares de los asesinados les piden que dejen los cuerpos presentables. El empleado de la funeraria dice que le entregan cadáveres con rostros desfigurados, acribillados, algunos con más de cien disparos en el cuerpo. En estos tiempos de ajuste de cuentas entre cárteles de la droga, la industria funeraria está viviendo una bonanza económica en esta ciudad, desgraciadamente famosa por los centenares de asesinatos de mujeres en la última década que todavía se tienen que resolver.

Más sutilmente, sin un horror tan descarnado ni visible, cada día mueren en nuestro planeta miles de personas por causas evitables. Pretendemos, sin ánimo de ser exhaustivos y con prudencia, describir y comentar algunos de estos evitables caminos de muerte.

2.4. Pobreza, hambre y biocombustibles

Las promesas incumplidas de los países ricos siguen condenando a morir de hambre y de enfermedades evitables a 27.000 personas cada día. (La "poca vergüenza" de los humanos incrementa el número de muertes evitables que va creciendo a lo largo del capítulo.)

La población afectada por la pobreza representa el 40 por ciento de la humanidad. Las ONG aseguran que es posible erradicarla del planeta porque la tecnología y los recursos están. Lo más grave de todo es esto, que las personas mueran de pobreza solo por falta de voluntad política. ¿Dirigentes insensibles, egoístas, estúpidos? Quizás, al menos en algún caso, lo que se da es una mezquina mezcla de indignidad, propia y ajena.

También el desarrollo de los biocombustibles agrava la escasez de alimentos y fomenta la pobreza y el hambre: el uso de cultivos para producirlos está contribuyendo a la crisis global de los alimentos y puede llevar a millones de personas a sufrir problemas de hambre, según advierten varias organizaciones de cooperación al desarrollo y grupos ecologistas. El científico José Luis Gallego afirma que la creciente demanda de biocombustibles está provocando entre el 20 y el 30 por ciento de la reciente crisis del precio de los alimentos. Hacia 2020, todo ello puede provocar que más de cien millones de personas sufran hambre y lleguen a morir por esta causa.

Parece un sarcasmo de los ricos hacia los pobres (por no decir directamente que lo es) que las cosechas de alimentos se conviertan en combustible. Como también es un sarcasmo, como escribe la periodista y psicóloga Remei Margarit, que G. W. Bush diga en rueda de prensa que pedirá en el Congreso 700 millones de dólares para paliar el hambre en el mundo, cuando la guerra de Iraq ya está costando una cifra que se calcula en billones de dólares. La propia Margarit escribía en *La Vanguardia* un artículo aterrador que lleva por título "Cada cuatro segundos", del que reproducimos un fragmento: "Si en el mundo hay tanta pobreza es porque los bienes de estos países son expoliados y además sus mercados no pueden abrirse al exterior. También suele pasar que los países más pobres acostumbran a tener unos gobiernos corruptos que acaban de exprimir lo que queda... ¿Cómo podemos soportar este 'cada cuatro segundos muere una persona de hambre en el mundo?'"

Ante este último dato, cualquier otra cosa es relativa. Pero el cinismo humano no tiene límites: si se crea una situación de hambre sobre gran parte de la población, se crea a la vez un estado de desesperación que a su vez será la semilla de gran parte de los conflictos armados que existen. Lo prioritario es que la gente ni pase hambre ni se muera de hambre, y a mucha, muchísima distancia, queda el resto.

De lo comentado anteriormente, no es difícil deducir que en los países ricos la esperanza de vida supere en más de treinta años la de los países más pobres. En España, la esperanza de vida era de 78,8 años en el periodo 2000-2005, hecho que supone que ha crecido en más de siete años respecto a la del periodo anterior (1970-1975). En cambio, en los países más pobres del África subsahariana, la esperanza de vida es de 46,1 años y solo se ha incrementado cuatro meses desde el anterior periodo. El investigador del envejecimiento Thomas Kirkwood afirma que "cada día nuestra esperanza de vida aumenta cinco horas", lo que significa que demográficamente nuestras jornadas tienen 29 horas. Comparémoslo con el dato anterior y saquemos, si nos apetece, las conclusiones pertinentes.

Cualquier comentario periodístico recogido en la prensa diaria evidencia en pocas palabras la desoladora realidad de los más desvalidos, los pobres tienen la manía de morirse

muy lejos y en silencio. Mientras tanto, varias fuentes de prensa de julio de 2008 informan que cada ciudadano español come una media de cincuenta y dos kilogramos de carne al año, lo que significa el doble de la cantidad recomendada por los expertos en nutrición, es decir, el doble de lo necesario. La producción de una tonelada de carne requiere diez toneladas de cereales, con las que se puede alimentar al ganado necesario para obtener la mencionada cantidad de productos cárnicos. La reducción en su consumo liberaría millones de toneladas de cereales para consumir en países que pasan hambre.

En cambio, nosotros, los "favorecidos" del primer mundo, sabemos que la práctica de hábitos saludables puede alargar la vida (que no es otra cosa que impedir que la muerte actúe antes de tiempo). Un estudio de la Universidad de Cambridge recomienda seguir cuatro simples hábitos que nos permiten vivir catorce años más de los que viviríamos en caso de no cumplirlos. No por ya conocidos está de más señalarlos de nuevo: no fumar, no beber en exceso, una vida no sedentaria, una dieta que contenga cada día como mínimo cinco raciones de fruta y verdura. En resumen: quien no lleva una vida sana tiene el mismo riesgo de morir que una persona que vive de forma saludable catorce años más vieja.

2.5. Falta de agua potable, polución y ruido

El acceso al agua es más un problema eminentemente político que de escasez o de inversión en infraestructuras. Mil cien millones de personas carecen de acceso a agua potable y 2.600 millones, de saneamiento elemental. Como en otras situaciones ambientales, uno de los colectivos más perjudicados por esta escasez son los menores y, en general, las personas más pobres del planeta: mientras en Reino Unido el consumo medio de una persona es de 160 litros de agua cada día, en Mozambique o Etiopía se utiliza la cantidad que una mujer puede cargar a sus hombros desde ríos o lagos. Estremece saber que más de mil millones de personas no tienen agua potable y nos conmociona pensar y sentir nuestra impotencia para paliar tanto sufrimiento evitable.

En cuanto a la contaminación, durante el año 2007 se dieron en España 5.800 muertes por la contaminación en las ciudades. El índice más bajo por cada mil habitantes lo tiene Islandia (14) y el más alto, Sierra Leona (316). Según un informe de la Organización Mundial de la Salud del mismo año 2007, el 74 por ciento de las muertes que afectan a la pequeña infancia (niños más pequeños de cinco años) son provocadas por diarreas e infecciones respiratorias. La cuarta parte de enfermedades en el mundo se debe, directa o indirectamente, a razones medioambientales.

También causa preocupación y a la vez perplejidad saber que la contaminación del tráfico mata cinco veces más que los accidentes de circulación y que la polución, según la misma OMS, provoca 13 millones de muertes al año. Nino Künzñi, investigador del Instituto Municipal de Investigaciones Médicas de Barcelona, explica que varias pruebas con niños en Los Ángeles demuestran que el correcto desarrollo de los pulmones depende de la

calidad del aire, que las personas que viven en zonas contaminadas pierden capacidad pulmonar y que las que sufren asma se ven perjudicadas por los humos contaminantes.

El ruido excesivo es otra fuente perversa de una elevada mortalidad. Solo el ruido del tráfico contribuye en un 3 por ciento a las defunciones por ataques de corazón o cerebrales en Europa, según un estudio de científicos británicos para la OMS publicado por la revista *New Scientist*. Si se extrapolara esta cifra, como cada año mueren siete millones de personas de enfermedades cardiovasculares en el mundo, el ruido podría vincularse a 210.000 defunciones. El informe indica también que más de 600.000 años potenciales de vida sana se pierden cada año en Europa por culpa de patologías relacionadas con el exceso de ruido.

2.6. Enfermedades evitables y fármacos que matan

Otros datos de la organización Médicos sin Fronteras (2006), informan que cada día mueren unas 35.000 personas en el mundo por falta de medicamentos esenciales. La misma organización pide a los gobiernos que se preocupen más por las enfermedades olvidadas, aquellas que afectan sobre todo a personas de países en desarrollo.

Demasiado a menudo la industria farmacéutica pasa por alto a estos afectados porque sus enfermedades no son rentables con pacientes pobres que no pueden pagar los medicamentos. Enfermedades como la de Chagas, el dengue, la malaria, la tuberculosis, la enfermedad del sueño y otras parasitarias e infecciosas suman cada año millones de muertes.

El 90 por ciento del dinero invertido en investigación de salud se dedica a patologías que afectan a menos del 10 por ciento de la población mundial, mientras que a finales de 2007 Unicef calculaba que más de 350.000 niños morirían en todo el mundo debido a enfermedades relacionadas con el virus del VIH. Actualmente el número de niños huérfanos a causa del sida es de 17,8 millones.

En una noticia publicada en *La Vanguardia Dinero*, el periodista Fernández Hermana explica que el crimen organizado de la droga tiene una nueva sucursal: los fármacos falsos. En pocos años este negocio ha crecido de forma espectacular: son medicamentos que en vez de curar, matan o incapacitan. Hay para combatir la malaria, la tuberculosis, las fiebres tifoideas o el sida, en países donde hay millones de víctimas de estas enfermedades. Los medios para parar este drama son escasos. Se necesitarían equipos y especialistas ahora inexistentes para afrontar este alud de muerte empaquetada en cápsulas que prometen salud y bienestar. Es una epidemia de redes organizadas que venden medicamentos falsos a países pobres.

3. Por qué nos podemos matar

La palabra *suicidio* fue introducida por primera vez en el *Diccionario de la Real Academia Española* en 1817. Quizás es una de las palabras más modernas relacionadas con matarse a uno mismo. La naturaleza no es aquí la protagonista de la muerte, ni la violencia externa... es el propio individuo quien elige morir, avanzando la fecha tope de su camino vital. Los suicidas ponen fin a su vida o bien lo intentan porque no pueden más, su objetivo es dejar de sufrir, persiguiendo un estado de tranquilidad y reposo.

Los motivos que pueden llevar a una persona a suicidarse son muy diversos: una dura y larga enfermedad, la falta de sentido de la propia vida, un sufrimiento anímico insoportable, una tragedia familiar desesperante, la soledad más absoluta. Cuando el escritor Cesare Pavese, futuro suicida, escribió que "a nadie le falta una buena razón para matarse", se le habría podido responder que el problema del suicidio es que no tiene marcha atrás, que es una solución eterna a un problema solo temporal, por grave que sea. Una dificultad añadida en la aceptación de la muerte de un ser querido es haber vivido el suicidio. Siempre, siempre, conmueve profundamente el sufrimiento del potencial suicida y el de las personas que lo han querido. También conmueve el creciente número de ancianos que deciden, en su soledad, liberarse de una vida que ni disfrutaban, ni siquiera soportan.

Que Nueva York es una ciudad atractiva por muchos motivos no es ningún secreto, pero que Manhattan ejerce un magnetismo irresistible, no solo para vivir *a tope*, sino también para morir, no deja de ser sorprendente. Según el periodista Eusebio Val, el turismo del suicidio es especialmente activo en la zona del Empire State Building, Times Square y el puente George Washington. Los escenarios preferidos son los hoteles y edificios de oficinas, seguidos por los puentes, los parques y las calles.

Al volante encontramos a otros tipos de suicidas, que van desde el despistado al desequilibrado. En realidad, el auténtico suicida en la carretera es aquel que utiliza el coche de forma premeditada para poner fin a su vida, sin tener en cuenta que su conducta puede provocar la muerte a otras personas.

¿Qué sentimiento de culpa puede quedar en las personas que han querido al suicida y no han podido evitar la muerte? ¿Cómo vivirán su ausencia: desde la impotencia, la tristeza infinita, la rabia culpable o desde todo ello? ¿Cómo podemos activar la prevención en forma de amor, la atención en forma de salud mental, la educación en forma de familia y escuela, los medios en forma de mensajes positivos?

Es evidente que estamos ante un difícil reto.

4. La muerte de una persona querida: el luto

Las formas de dar sentido a lo que vivimos y cómo vivimos difieren de unas personas a otras. Esto también sucede cuando se trata de dar sentido a una pérdida en un proceso de luto. Sabemos bastante bien que la pérdida es una experiencia inevitable para el ser humano. Durante nuestra vida, hemos experimentado, experimentamos y seguiremos experimentando pérdidas de naturaleza diferente. Algunas de estas pérdidas son pérdidas físicas, es decir, pérdidas de algo que es tangible, como por ejemplo la muerte de una persona querida, la pérdida de una posesión material significativa o la amputación de una parte del cuerpo; otras son pérdidas psicológicas o simbólicas, es decir, pérdidas de algo que es intangible o de naturaleza psicosocial, como por ejemplo la pérdida de una esperanza, de un sueño, de una habilidad, de una relación. En general, toda pérdida física conlleva pérdidas psicológicas; en cambio, no toda pérdida psicológica conlleva pérdidas físicas.

Hay que saber que el luto no es un estado, sino el proceso de experimentar reacciones psicológicas, sociales y físicas ante la percepción de una pérdida. La muerte y toda pérdida significativa rompen la continuidad de nuestras vidas; en este sentido, el proceso de luto puede entenderse como el intento de restablecer la mencionada continuidad. Cuando ha transcurrido un cierto tiempo después de la pérdida (puede ir desde las pocas semanas hasta los dos años, en algunos casos) uno se da cuenta con toda la crudeza que es irreversible, que la persona querida muerta no volverá nunca más, pero que la herida también se va cicatrizando y ya no duele tanto.

Un proceso de luto no es algo objetivo que siga unas mismas pautas universales, como un camino por el que todo ser humano pasa de forma similar y que se pueda observar y describir objetivamente. Se trata, más bien, de un proceso personal, íntimo, y a la vez estrechamente vinculado a la cultura de la que formamos parte.

La persona que elabora un luto sufre por la pérdida, y encontrar un significado en esta pérdida es una tarea difícil. Además, el impacto que pueda tener la muerte o la separación de un ser querido para cada uno de nosotros dependerá, entre otras cosas, de lo relevante que fuera este ser en nuestra vida. El proceso de luto es, pues, una reacción natural, normal y deseable cuando se produce una pérdida. En ningún sentido se puede considerar el luto como una enfermedad.

El psicólogo J. William Worden es uno de los autores más representativos en el estudio del proceso de luto. En su obra expone la noción de trabajo de luto teniendo en cuenta que la persona en luto es alguien que hace –que tiene que hacer– cosas en relación con su propio proceso. Este autor propone las cuatro tareas siguientes.

La primera tarea consiste en aceptar la realidad de la pérdida, tanto en el plan intelectual

como en el vivencial. Es decir, consiste en asumir que la pérdida es irreversible y esto requiere su tiempo. Esta primera tarea es esencial para elaborar el luto, sobre todo en la medida en que lo definimos como la adaptación a la pérdida. Sin la aceptación que la pérdida ha sucedido, la palabra *duelo* no tiene sentido. Algunas conductas acostumbran a ser contrarias a esta "aceptación" y pueden mantener la idea de que la pérdida no ha pasado. Situaciones especialmente difíciles son aquellas en las que no se puede ver el cadáver de la persona querida, o el hecho de no poder ir a su funeral, o la tragedia de las personas desaparecidas debido a desastres naturales o por motivos desconocidos. Estas situaciones comparten la esperanza de que el otro pueda estar vivo y, por lo tanto, dificultan la aceptación que la pérdida ha tenido lugar.

La segunda tarea consiste en trabajar con las emociones y el dolor de la pérdida. Sin embargo, es frecuente que amigos y personas cercanas crean que es mejor distraer la persona en luto de sus emociones y que le proporcionen actividades para que olvide su dolor. Según Worden, manifestar las emociones y el dolor parece ser terapéutico y a la vez una tarea necesaria para poder continuar con el trabajo del luto. Ocupar el tiempo con el fin de no pensar ni sentir puede pasar factura con el tiempo.

La tercera tarea consiste en adaptarnos a un medio donde el difunto está ausente. Las personas que elaboran un luto acostumbran a explicar que no eran conscientes de los roles que el otro representaba en sus vidas hasta que ha dejado de llevarlos a cabo. El drama de estas situaciones es que al dolor emocional se suman un montón de cosas que la persona que está de luto tiene que hacer y que, probablemente, antes nunca había hecho. Todo ello implica cambios en el sentido de la propia identidad. La madre de un hijo único que muere no solo tiene que llorar la pérdida de su hijo sino también la de su identidad como madre.

Por último, Worden se refiere a la cuarta tarea como aquella que implica buscar un nuevo lugar en el difunto –emocionalmente hablando– de forma que permita a la persona en duelo continuar viviendo. Esta idea sería contraria a la de las personas que expresan que se aíslan de los demás y no desean implicarse en otras relaciones por el dolor que supone perder a un ser querido. "Buscar" un lugar a la persona que ha muerto dentro de la propia vida puede permitir la incorporación de nuevas relaciones y, por lo tanto, pasar de decir adiós al difunto que tanto hemos querido, y aprender a decir hola a todo aquello que ella ha dejado de positivo.

Es importante tener en cuenta los roles que llevaba a cabo la persona querida que ha muerto, y la calidad de la relación que manteníamos con ella. Es diferente el significado de la muerte de una madre, que la de un hijo, o que la de la pareja.

No ayuda mucho en una sana elaboración del luto el malestar moderno con relación a la muerte. En las páginas necrológicas de cualquier periódico encontramos constantemente eufemismos: "ha desaparecido", "ha vuelto al descanso eterno", "se ha apagado". Como si la sencilla expresión "ha muerto" fuera crueldad difícil de digerir. Lo que sí reconforta es establecer un clima de comunicación abierta y una toma de decisiones participativa entre los miembros de la familia después de la defunción. Para dar herramientas a quienes lo deseen o

necesiten, nos permitimos transcribir un decálogo para el que está de luto, basado en escritos del teólogo y profesor Arnaldo Pangrazzi:

El decálogo del luto

1. Aprender a deshacerse de algunos vínculos
2. Comunicar lo que se siente
3. Tomar nuevas decisiones
4. Ser paciente con un mismo
5. Aprender a perdonar
6. Buscar un significado
7. Creer en un mismo
8. Establecer nuevas relaciones
9. Volver a sonreír
10. Empezar a dar

En los niños, sobre todo si ha muerto uno de los padres, puede suceder que se sientan abandonados por ambos: por uno porque ya no está, y por el otro porque la inmersión en su propia tristeza no le permite dar el apoyo emocional que el niño recibía antes. Un niño también puede responder con la negación cuando ha sufrido una pérdida, aunque las manifestaciones no sean las mismas que un adulto. El niño se muestra o muy agresivo o actúa como si no hubiera pasado nada. Los adultos podemos interpretar erróneamente estas conductas y reaccionar con cólera o ignorándolo, cuando lo que sucede no es nada más que la evidencia de su profundo dolor. Hace falta que los más pequeños tengan un tiempo y un espacio para poder llorar, y podemos animarlos a hacerlo con expresiones como "me gustaría que compartiéramos juntos tu dolor", "¡no va bien quedárselo dentro!".

También puede surgir una respuesta teñida de culpa, sobre todo en aquellos niños que no saben expresar su tristeza. Comentarios anteriores a la pérdida, del tipo "algún día me matarás", pueden hacer creer al niño o a la niña que su mal comportamiento ha provocado la muerte de la persona querida. Es importante que tanto los niños como los jóvenes y los adultos que niegan la muerte y sienten culpabilidad después de la pérdida de un ser querido, puedan recibir un apoyo emocional que los ayude a evolucionar de forma saludable en su proceso de luto.

Las buenas lecturas que tenemos sobre el luto pueden echar una mano a personas de todas las edades que sientan la necesidad de información y reflexión en solitario. También los Grupos de Ayuda Mutua y el apoyo profesional son herramientas imprescindibles en algunos casos, y siempre valiosas. Morimos solos, pero por el camino es posible encontrar compañía.

Capítulo III

LA MUERTE ESPECTÁCULO

1. La muerte en formato postal

Nunca, que nosotros sepamos, se ha escrito tanto sobre la muerte como en este inicio del siglo XXI –narrativa, ensayo, cuentos– ni se han hecho tantas películas de ella como primera dama. Parece que los medios nos han convertido a todos en especialistas de conflictos, violencia, sufrimiento y muerte. Los informativos, sobre todo en la televisión, no dejan de ofrecer noticias en las que la muerte es protagonista, "vestida" de asesinatos, guerras, atentados, accidentes. Por otro lado, las muertes cercanas no se enseñan mucho en los medios. Hay "miedo" y "pudor" ante la muerte cercana. La muerte de ficción es banal, no nos interpela. En cambio, la muerte de cada día no la tenemos presente, queda lejos de tan cercana.

La muerte es tan omnipresente en los medios que va logrando cada vez más unas características de realismo que, paradójicamente, rallan la ficción. La sociedad de la información en la cual estamos inmersos nos provoca una dicotomía entre la percepción de la muerte vivida como espectáculo y la vivencia/experiencia de la muerte que periódicamente va llevándose a personas queridas, y, en fecha desconocida (excepto en el caso que planeemos y ejecutemos un suicidio) a nosotros mismos.

La escritora Simone de Beauvoir ya dijo en su libro *Las bellas imágenes* que "las imágenes ofrecidas por la televisión carecen de "magnitud real". Algunos expertos en el tema afirman que los espectáculos mediáticos acercan los acontecimientos en cuanto a las imágenes, pero a la vez los alejan como experiencias reales. Añadimos que el sufrimiento y la muerte virtuales alejan de la compasión hacia los demás cuando el dolor es real y cercano.

El párrafo del periodista Xavier Antich que transcribimos a continuación es sumamente elocuente e invita a la reflexión sin necesidad de ser comentado: "Las imágenes, sobre todo televisadas, de desgracias, catástrofes naturales, accidentes... son una obsesiva reiteración de lo mismo. La postal de la muerte sin muerto. El frío silencio de las imágenes de las catástrofes, en Occidente, sin muertos visibles y sin dolor ante los ojos, no es un legítimo acto de supervivencia ante el sufrimiento, sino una engañosa operación para mantener intacta esta ilusión de poder y dominio humano, que finalmente se revela frágil y vulnerable. Ante el dolor, por respeto, puede exigirse silencio. Como puede exigirse, también, no caer en la morbosa delectación ante el sufrimiento ajeno. Todo, seguramente, antes de negarlo: y aquí, no querer verlo es una forma de negarlo. Pero no hay modo de escapar al dolor allá donde este se produce: quererlo negar es la forma más infantil de olvido".

La televisión parece dejar la gente estupefacta, paralizar la reflexión, impedir la capacidad

de pensar. Parece, pues, plausible que nos puede volver incapaces de distinguir el bien del mal, puesto que es innegable que la transgresión de lo prohibido tiene lugar sin mucha dificultad en la pantalla; también en muchas ocasiones provoca la confusión de lo real con lo ficticio, la progresiva implantación de la insensibilidad y la desestructuración de los puntos de referencia imprescindibles para trabar los nexos de la vida social y convertirse en adultos críticos y autocríticos.

Cuando hubo el atentado terrorista contra las Torres Gemelas de Nueva York (septiembre de 2001), los profesores intentamos explicar las causas del origen. Los alumnos menores estaban menos impresionados de lo que era previsible. No sabían distinguir si era real o virtual, como si se tratara de un videojuego o de una película. De hecho, algunos ya han visto de todo en los vídeos y casi nada los sorprende. En cualquier caso, fue una excelente ocasión para hablar de la muerte y trabajar las emociones que suscita, especialmente el miedo. Fue significativo que, al preguntar a los niños por la fotografía que más los impactó, la respuesta no planteó dudas: la de las personas desesperadas que se lanzaban al vacío desde las ventanas de las Torres Gemelas.

En agosto de 2008, un niño víctima del accidente aéreo en el que murieron más de ciento cincuenta personas en el aeropuerto de Barajas, en Madrid, le preguntó al bombero que se acercaba a atenderlo que cuando acababa la película. En esta breve pregunta, el niño manifestaba su incredulidad y el deseo de encontrar a su padre, en espera de que la realidad fuera ficción y que la pantalla pusiera fin a lo que ya vivía como una pesadilla.

Esta triste información nos remite de nuevo a la confusión que pueden vivir los niños precisamente porque parte de su mundo –videojuegos, cine, televisión–, los transporta a un universo en el cual no siempre están a gusto.

Como ciudadanos adultos, nos podemos preguntar qué aporta a la información de la noticia la imagen que el 4 de septiembre de 2008 muchos medios gráficos de nuestro país publicaron con la pretendida finalidad de ilustrar al detalle la muerte de catorce inmigrantes en una patera. Con el título de una imagen de desolación, se ve el fondo de la patera donde flotan trece cadáveres de inmigrantes muertos que durante días compartieron el reducido espacio de la embarcación con los vivos (el muerto número catorce apareció a siete millas de la costa). ¿Habrían publicado la dramática visión de cadáveres *in situ* del accidente aéreo mencionado antes? ¿O es que los kilómetros de distancia permiten publicar, o no, postales de muerte?

2. La violencia de las imágenes

Expertos en violencia afirman que cuanto más se explica esta, menos devastadora resulta para los niños y jóvenes. La violencia gratuita, sin ningún sentido, como espectáculo ofrecido en dosis masivas, impide que el niño o el joven, todavía muy vulnerable en su desarrollo emocional, acceda a la claridad de sus propios criterios y opiniones. El niño de hoy conoce bastante bien la muerte violenta e impersonal que cada día sale en la tele, pero desconoce la muerte natural e individual.

La violencia es un fenómeno inevitable, o incluso, un placer sádico o una característica de algunos personajes de la pequeña pantalla. Es como si esta omnipresente violencia cogiera una forma de naturalidad y de humanidad capaz de dejarnos –¡pobres espectadores pasivos!– sin puntos de referencia, sin protección, o completamente perplejos, sobre todo si previamente los adultos no hemos hecho el esfuerzo de explicitar (con más o menos acierto) lo que quieren decir realmente aquellas imágenes.

El verdadero problema yace no en eliminar determinadas imágenes ni tampoco en denunciar las más duras, sino en utilizar críticamente, es decir, con criterios educativos, el instrumento de la televisión, asumiendo incluso el contenido de imágenes sobrecogedoras y crueles. Hay imágenes que de tanto proyectarse se ven pero no se miran, y por lo tanto, dejan de conmovernos. Los sentidos han perdido sensibilidad porque ya no es ninguna novedad el dolor que hay en el mundo y porque tampoco se explican del todo las causas últimas de esta realidad/espectáculo.

En la pantalla todo parece verdad, pero no siempre lo es. Puede pasar que de tanto ver atrocidades, cuando nos pasan de verdad a nosotros o a personas cercanas, tampoco nos parezcan de verdad. Esto sucede con más frecuencia cuando estas barbaridades tienen lugar a una distancia de quince o veinte mil kilómetros: entonces todavía es más fácil no verlo como real, y en cualquier caso, sentirnos indiferentes. No es exagerado afirmar que determinadas imágenes televisivas tienen la capacidad de dejarnos atónitos y paralizar nuestra capacidad de reflexión.

Ahora y aquí (pero no en todas partes, por suerte), se ha reemplazado la vivencia de la muerte por su visión hipnótica, que es la que ofrecen muchos medios de comunicación y algunas películas: muertes impersonales, violentas, que paradójicamente nos alejan del penetrante sentimiento de la muerte cercana, de las pérdidas de los seres queridos y de la dura certeza que nuestros niños también pueden morir.

Como hemos escrito en otras ocasiones: se aleja a los adultos y de un modo especial a los niños de la presencia de la muerte. Muchos padres no dejan que sus hijos vean el cuerpo del abuelo o de la abuela que acaba de morir, porque tienen miedo de que les pueda resultar

traumático. También los funerales y los entierros tienen el común denominador de la brevedad y demasiado a menudo se aparta a los niños de esta ceremonia.

Para profundizar en esta reflexión sobre la ficción televisiva, viene al pelo transcribir este fragmento de una interesante carta escrita en el periódico *La Vanguardia* por los profesionales de la salud mental F. Colom y E. Vieta: "La ficción no tiene por qué ser fiel a la realidad: es ficción. El problema viene cuando nos enfrentamos a un producto de ficción presuntamente inspirado en la realidad: algo ficticio que podría ser cierto. Esto pasa en las cada vez más numerosas series sobre medicina; a pesar de ser ficción, generan un aura de pretendida realidad que no pocas veces puede confundir a los televidentes/pacientes... Nuestros pacientes son reales y su sufrimiento también".

Y el sufrimiento también surge de una acción o de un proceso de violencia, provocado por personas con nombre y apellido, responsables o culpables del dolor de víctimas que también tienen nombre y apellido y, por encima de todo, dignidad.

Hay familias que pueden cenar ante el televisor mientras este proyecta imágenes del sufrimiento del mundo. Y también hay turistas que desde la cubierta de los barcos atracados en el muelle, fotografían a abatidos inmigrantes que han llegado en pateras huyendo de la miseria. Resulta indecente –por no decir pornográfico– contemplar impávidos como el dolor y la muerte se convierten en realidades rutinarias, simplemente porque pasan cada día.

La periodista Pilar Rahola golpea con intensidad nuestros sentimientos con este insuperable testigo, que lleva por título: "Canto para un niño muerto" y que no deja de ser una sólida denuncia a lo que se debería haber conocido y se ha callado, ¿quién?, ¿por qué?: "Su muerte es una llaga en el corazón de la conciencia, una vergüenza en nuestra cara, un agujero negro en nuestra responsabilidad. Otro niño, otro maltrato. Otro grito desgarrador en la nada. Y otro fracaso. Sonoro, indecente, cruel. Cuando un niño de nueve meses muere a golpes, se apagan las luces de las ciudades, se oscurecen las callas y las plazas, se tiñen de negro las almas, desaparece el mundo. Y, sin embargo, nada se inmuta en el mundo... Tenemos un bebé de nueve meses lleno de golpes, y en las pantallas de los televisores se agolpan vecinos que hablan de su extrema suciedad, de los moratones conocidos, de lo previsible. Como si fuera la crónica de una muerte anunciada, ahora sabemos que todo lo mundo lo sabía... La cuestión es tan de fondo, que marca la buena o mala salud de una sociedad. Y aunque se han hecho protocolos y se han mejorado actuaciones, el reguero de maltratos que podían haberse evitado sigue goteando trágicamente. Fallan los tiempos –un día de más, en un niño maltratado, puede significar la muerte–, falla la coordinación, falla la responsabilidad pública".

Para cerrar este punto he aquí una anécdota que sobrepasa la anécdota: una maestra explicaba que cuando le dijeron a Laia, de tres años, que había muerto su abuelo, interrumpió la explicación con esta contundente pregunta: "¿Quién lo ha matado?". No deja de ser preocupante que a muchos de estos pequeños les resulte más familiar la muerte violenta que ven cada día en la pantalla que la muerte real. Para ellos es más fácil pensar que las personas pueden matarse que creer que pueden morir sin violencia externa.

3. El espectáculo de la muerte, antes y ahora

El hecho de que Roma fuera cuna de la civilización occidental no borra que miles de personas se reunieran periódicamente en el Coliseo para disfrutar y gritar contemplando las carnicerías de gladiadores o las matanzas de cristianos descuartizados por las bestias. Siglos después, en el París donde se forjó la democracia europea moderna, docenas de miles de personas se congregaban para asistir con alegría al funcionamiento imparable de la guillotina.

En el libro *El espectáculo de la pena de muerte*, de Joan de Déu Domènech, el autor expone con extremo realismo, como la pena de muerte es el espectáculo más trágico que ha inventado la especie humana. Y es duro admitirlo, pero si ha perdurado a lo largo de los siglos es porque aquel espectáculo conseguía un éxito de público. Este éxito todavía es visible en algunos países, como es el caso de las lapidaciones colectivas.

La forma de ejecución dependía del delito y de la categoría del condenado: descuartizar, colgar, quemar, degollar, fusilar, dar garrote... Se trataba de aleccionar a la gente. "Ya veis qué os puede pasar si... Y, efectivamente, la gente lo iba a ver, y se estremecía... pero también se divertía".

El autor invita al lector a hacer un recorrido por las calles y las plazas de Barcelona que en algún momento fueron escenarios donde el poder mostraba al pueblo quién tenía el derecho sobre la vida y la muerte. El espectáculo no tenía hora fija. La ejecución era el gran momento. Sobre el estrado, verdugo y condenado como actores principales, el público no está por distinciones de género. Solo quiere espectáculo, entretenimiento.

Es interesante destacar la descripción en la que el autor nos explica el cambio de la señal al signo para notificar los avisos de ejecuciones: "Desde la implantación de la prensa periódica, el aviso de la ejecución era por escrito. Aquellos son unos años en los que, despacio, desaparecen muchos de los avisos –hay un difunto en casa, se necesita niñera, se vende carbón y aceite, indicados con la posición de las cortinas del balcón, trapos en las barandillas o enseñas en los portales– para convertirse en texto, en anuncios por palabras... Es aquel precioso y delicado momento en el que conviven dos sistemas, y uno de ellos tiene las de perder. Se pasa de la señal al signo, el trapo negro de la prisión convertido en nota de prensa. Es una muestra de cómo el mundo se alfabetiza y, a la vez, la despedida a una sociedad que empieza a olvidar imágenes".

Y otra curiosa observación del mismo autor: "Y los días de ejecución, las ventanas se pagaban a precios parecidos a los que hoy se pagan por balcones con ocasión de bodas reales o acontecimientos parecidos".

En la ciudad de Barcelona, el día 15 de junio del año 1897 fue el de la última ejecución

pública. Los abuelos de algunos de nosotros seguramente pudieron presenciar físicamente este ritual público de la pena de muerte, la gran representación, tan antigua como la civilización... y tan cruel como algunos espectáculos de muerte que los nuevos medios nos ponen al alcance por goce (?) de morbosos y ociosos: "Los estudiosos sitúan el collado y colina de los Forcats donde, hasta hace poco, había la plaza de toros de Las Arenas... De la plaza de toros, aunque la carcasa de la fachada se ha mantenido, está previsto destinar el espacio a otros usos, eso sí, continuando la tradición de espectáculo y de entretenimiento, sean los colgados, sean los toros, sea el consumo, que es el gran entretenimiento de hoy en día. Los testigos presenciales de ejecuciones ochocentistas cuentan también el ritual de la bofetada. Una vez el reo hace la última mueca y cabeza y cuello quedan quietos y rígidos, suenan varias bofetadas. 'Para que te acuerdes', dicen mil y una voces, todas a la vez. Son padres que espetan un coscorrón a sus hijos. Los han traído a ver una ejecución, porque con la lección de la mala muerte aprendan qué es la mala vida. Son los seguidores de una línea pedagógica universal fundamentada en el castigo como ejemplo a tener en cuenta, en el castigo como corrección, en el miedo como elemento formativo".

Las familias burguesas de Barcelona iban, pues, a ver con sus hijos las ejecuciones públicas –de las cuales el pintor Ramon Casas dejó testigo en su cuadro *Garrote vil* (1894).

Otro fenómeno que se debe mencionar es el de las llamadas *snuff movies*, que exhiben muertes auténticas ante las cámaras. Si estos vídeos se editan y ofrecen al mercado, es porque existe un público, ¿o es que el público lo pide porque se ofrece? En todo caso, lo cierto es que internet ha reactualizado el tema de la muerte como espectáculo, protegida por el anonimato de sus emisores y consumidores. El cine *snuff* es una forma más de inmortalizar a la muerte al retener la imagen sobre un soporte duradero, que permite a sus sádicos espectadores renovar el placer de su contemplación. Representa el extremo de las muertes reales que nos presentan con tanta frecuencia los telediarios en nuestros hogares (guerras, atentados, catástrofes y suicidios ante las cámaras, convertidos en un nuevo género narcisista-televisivo).

Y en una época mucho más cercana, concretamente el verano de 2007, saltó a los medios de comunicación la noticia de que pronto se crearía un canal de televisión dedicado a la muerte y a todo lo que la rodea. Los entierros, los últimos modelos de ataúdes y tumbas. Retransmitirán ceremonias fúnebres, habrá una sección de necrológicas. Será el primer canal de televisión dedicado a la muerte y en todos sus momentos previos y posteriores. Eos TV busca explotar un mercado como el alemán en el que solo en 2006 las muertes superaron en 150.000 unidades los nacimientos, y 2,1 millones de personas se encuentran en tratamiento médico.

En palabras del periodista Quim Monzó, se trata de una gran idea. Si hay canales dedicados exclusivamente a deportes, a decoración, a desfiles de moda, a dibujos animados, a meteorología, a música clásica, a viajes, a gastronomía, ¿por qué no tiene que haber uno dedicado a la muerte? Solo hay que constatar los miles de personas que leen cada día las esquelas de los periódicos para saber que aquí hay un gran público potencial. Y, con las

antenas parabólicas que muchas personas tienen en casa, que el canal sea en principio alemán no supondrá mucho problema. El canal espera contar con el apoyo publicitario de compañías de seguros y casas de servicios funerarios. Sin embargo, su atractivo principal serán los vídeos obituarios, y es que las memorias de un difunto pueden ser muy rentables para la televisión alemana (y quizás, de rebote, para otros).

Es sabido por todo el mundo que en Estados Unidos se han televisado ejecuciones públicas, y también se han hecho famosos los programas de autopsias en directo. ¿Estando ante un mundo ávido de una nueva pornografía? La intimidad de los demás, la violencia extrema. Parece como si el ser humano hubiera desarrollado un intenso grado de inmunidad ante las escenas extremas y pidiera métodos cada vez más sorprendidos para satisfacer su sadismo visual.

¿Nos conformaremos con aceptarlo sin actuar? Por otro lado, entre la realidad y la ficción, encontramos noticias en la red que pretenden acercarnos a la muerte jugando, sin que nos asuste mucho. Este es el espíritu de la página web *Deathclock.com* –el reloj de la muerte– que calcula cuando tiempo nos queda de vida. Se tiene que introducir día, mes y año de nacimiento, el sexo, el tipo de carácter, el índice de masa corporal y si se fuma o no. El resultado –en un fondo de página completamente negro– es una predicción con día de la semana, mes y año del final de nuestra vida. También hay un contador de los segundos que quedan hasta la muerte, y que va disminuyendo sin tregua mientras miramos la fecha que se va acercando. Hay que tener en cuenta que no se prevén variables fundamentales –enfermedades pasadas o actuales, tipos de trabajo, lugar de residencia– que influyen, e incluso pueden determinar, la duración de nuestra vida. Como tampoco se tiene en cuenta el azar, los accidentes no se contabilizan en el proceso.

Lo que ya no es un juego, sino estremecedora realidad, es la muerte de aquel que vale menos que nosotros, y, por lo tanto, nos puede provocar indiferencia. Esto es lo que vivió –consternada– parte de la opinión pública italiana por las fotos publicadas en la prensa en julio de 2008, de gente disfrutando bajo el sol a pocos metros de los cadáveres de dos niñas gitanas que pedían caridad por la playa y que acabaron muriendo ahogadas. El suceso pasó en la playa de Torregaveta, en Nápoles. Violetta y Cristina, de doce y trece años, se metieron en el agua y el fuerte oleaje puso fin a sus vidas. Otras dos niñas gitanas que también entraron en el agua con ellas pudieron ser rescatadas con vida. Según varios testigos, la actitud mayoritaria entre los bañistas fue de indiferencia ante los cadáveres. La gente seguía bronceándose, bebiendo refrescos o bañándose tranquilamente mientras las dos niñas eran puestas en los ataúdes.

La muerte, expulsada de la cotidianidad, se ha convertido en un instrumento "fantástico" (de fantasía, ¡no de excelencia!). El cine y la literatura de terror todavía permiten alejarla algo más, burlándose todo lo que pueden, como un acto de liberación. A pesar de todos los intentos para ignorarlos, los muertos están entre nosotros: en la memoria, en los libros, en los archivos, en las fotografías, en los cementerios. Nos recuerdan los límites de la existencia humana en un mundo que no acepta fácilmente ni trabas ni frustraciones.

En la frontera de la realidad y espectáculo encontramos la famosa exposición de cadáveres, titulada *Bodies*, convertida en reclamo de éxito cultural allá donde se ha ido exponiendo. El periodista Miquel Molina hace una excelente crónica en *La Vanguardia*, con motivo de su presentación en Barcelona: "*Bodies*, exposición de cadáveres convertida en gran reclamo cultural de la temporada barcelonesa... Se ha criticado la exposición por apelar a la morbosa curiosidad del visitante utilizando la coartada de una pretendida finalidad didáctica. Para argumentar la colectiva afición fatal a lo que es siniestro, se ha citado Freud y su pulsión de muerte. También se ha sugerido profundizar en el tema con la lectura de *El corazón del hombre*, de Erich Fromm, ensayo en el que la necrofilia es definida, entre otras acepciones, como el deseo mórbido de mirar el cuerpo de un muerto...

"¿Hasta qué punto es el morbo el factor que atrae a tantas personas a las salas de exposiciones de *Bodies*? Una visita pausada confirma que, grupos de *freakies* aparte, lo que atrae a muchos curiosos es la posibilidad de conocer el cuerpo humano real con un detalle y veracidad que al parecer no han conseguido las editoriales científicas ni los reportajes divulgativos de televisión. Una visitante, atónita ante una vitrina que muestra nuestro entramado de 161.000 kilómetros de conductos sanguíneos, admite que 'viendo esto te das cuenta de que es normal que no te encuentren lo que tienes cuando vas al médico', mientras una osteópata dibuja en un cuaderno un croquis de las vértebras que un día permitieron andar de pie al infeliz que hoy nos presentan plastificado. Sorpresa y admiración –y algún mareo– es lo que produce nuestra prodigiosa maquinaria corporal cuando nos la ofrecen con supuesto rigor científico. Y asco y algún propósito de enmienda lo que motiva la exposición de los propios órganos vitales una vez arruinados por nuestros malos hábitos y el cáncer.

"A ver si en vez de ser *Bodies* una orgía para necrófilos, se tratará en realidad de un lucrativo festival de *biofilia*, término adoptado por el propio Fromm para definir la pasión humana por aquello que es viviente".

La certeza es que todos, un día u otro, nos damos cuenta de que algunos seres muy queridos murieron antes de la hora estadísticamente prevista. Y entonces ya nos es imposible borrarlos de nuestras conversaciones, a pesar de que esta banal civilización de algodón haya decidido que pensar en la muerte, y todavía más hacer de ella tema de conversación, son actos de mal gusto, impertinentes, e, incluso, "morbosos".

Pero la muerte, impertinente, sigue siendo noticia. Nos guste o no.

4. El papel de los profesionales

El periodista Francesc-Marc Álvaro, a raíz del accidente en el aeropuerto de Barajas del 20 agosto de 2008, escribe en el periódico *La Vanguardia* una lúcida y espléndida autocrítica que nos devuelve a todos los ciudadanos la dignidad que a veces nos parece que hemos perdido. Con comentarios como este, los profanos del periodismo podemos reencontrar la confianza en el trabajo de calidad: "No me gustó nada que los noticiarios de televisión nos mostraran la intimidad del dolor. Es un abuso de poder del periodismo sobre el individuo, en un momento de gran indefensión de este. Seamos claros, seamos técnicos y seamos serios: las declaraciones confundidas de un hombre que no sabe si su hija ha muerto dentro del avión siniestrado no informan de nada, no aportan nada, no explican nada, no informan de nada. Al contrario, mostrar a este hombre en este instante es desfigurar el acontecimiento, explotar lo que nunca tiene que explotarse, dejar de respetar el perímetro del dolor y de la incertidumbre a la que todos tenemos derecho. El periodismo, a mi modesto entender, está en otro lugar...

"El sentido común y un mínimo de empatía (y de compasión) tendrían que guiar los pasos de los periodistas televisivos ante ciertos acontecimientos... Un antiguo alumno de periodismo me replica: 'Querían imágenes rápidamente', para justificar la imagen de esta señora que iba perdida y llorando en medio del aeropuerto, con el móvil en la mano. Y nosotros queremos información, le respondo. Capturar los rostros rotos de la desesperación, con la excusa de recoger la tragedia, no tiene nada que ver con comunicar la verdad".

Es sabido que todos los elementos que rodean a la muerte son una gran fuente de negocio para los periódicos. Hay mucho "morbo" y atracción en la muerte. Incluso erotismo. A la vez, la muerte y los muertos producen muchos réditos al periodismo. ¿Podría ser que la muerte tuviera la misma categoría que los otros artículos de consumo?

Por otro lado, no deja de ser cierto que el periodismo (lo afirman los propios periodistas), como la sociedad, no tiene discurso sobre la muerte. El periodista Bru Rovira observaba, entre perplejo y atónito, el comentario que un compañero suyo hizo en una ocasión ante un cadáver: este muerto no tiene vida. Él mismo afirmaba en una conferencia que hay que hacer un reconocimiento de la identidad de los muertos, humanizando la muerte.

En los últimos años, hemos podido ver en los medios gráficos y en la televisión imágenes de yonquis pinchándose, la muerte del dictador Ceaucescu y su esposa, enfermos de sida y ébola agonizando, orfanatos chinos con niños atados a las sillas, hombres y mujeres famélicos en el África subsahariana, la guerra en Sarajevo, los tanques buscando a

los estudiantes en la plaza de Tiananmén de Pekín, Saddam Hussein colgado en directo en la horca, inmigrantes llegando a las playas de Canarias, niños tiroteados en la calle en medio de la guerra.

Es impagable el relato autocrítico publicado por Quim Monzó en el mismo periódico *La Vanguardia*, hacia un sector de profesionales del periodismo, comentando con tono irónico la "distancia" que va de París a Beirut: "Los príncipes Guillermo y Enrique de Inglaterra han declarado: 'Después de la publicación, esta semana, de material relacionado directamente con la muerte de nuestra madre, nos sentimos profundamente entristecidos porque se haya podido caer tan bajo'. Están entristecidos porque dos revistas europeas han publicado una foto de su madre después del accidente que le costó la vida.

"Los miramientos con una foto de Diana Spencer después del accidente –cuando, cada día, en la prensa y en la televisión vemos imágenes de muertos en accidentes, atentados o bombardeos– son enternecedores. El mismo domingo, un día después de que la noticia del malestar principesco apareciera en *La Vanguardia*, el periódico publicaba en portada la imagen de un niño libanés echado en una calle, muerto después de un ataque de la aviación israelí. ¿Merece un trato diferente la madre de los príncipes que este niño? Y, al abrir el periódico y pasar una, dos, tres páginas, veías otra imagen de un niño muerto. Este, entre los restos de una furgoneta en la que su familia intentaba escapar de las bombas israelíes".

Todas las víctimas tienen derecho a su intimidad. Por suerte, muchos periodistas son conscientes de donde está el límite entre la auténtica información y el sensacionalismo. He escuchado en directo como un conocido periodista afirmaba que algunos profesionales de su gremio "trafican" con las emociones. ¡Suenan duros!

Da miedo pensar que de manera inconsciente, a veces asumimos que el valor de la vida humana es diferente según el lugar de origen de las personas y su poder adquisitivo.

Desde la ética periodística, los buenos profesionales evitan las imágenes morbosas, y saben plantear con delicadeza las preguntas que hay que hacer a los familiares, testigos o amigos de los muertos y de los heridos en la tragedia. Sus comentarios posteriores acostumbran a destilar ética periodística, como un bálsamo en una herida abierta. En esta línea, el periodista Ramon Rovira escribió en una ocasión que para patentizar la magnitud de una tragedia no es necesario herir la sensibilidad del público adulto o infantil. En caso contrario, la consecuencia es que se acaban banalizando las emociones. Aumenta el umbral de tolerancia del público, baja la sensibilidad.

Y si todo lo que pasa no se puede explicar porque es inexplicable, ¿podemos acusar a los periodistas de ser poco críticos en relación con la muerte?

Coincidimos en plantearnos, entre otros, los mismos interrogantes que el abogado Miquel Roca i Junyent: "Si lo que se critica es el belicismo, ¿por qué toleramos films belicistas? Si lo que nos da miedo es la violencia, ¿por qué la cultivamos desde el altar de la pequeña pantalla? Seamos coherentes. Esto nos hará más creíbles".

Bibliografía y filmografía

Bibliografía

Améry, Jean (2011). *Revolta y resignación. Acerca del envejecer*. Valencia: Pre-Textos.

Esquerda, Montse; Agustí, Anna M. (2012). *El niño ante la muerte*. Lleida: Milenio.

López Romero, M^a Ángeles (2011). *Morir nos sienta fatal*. Madrid: San Pablo.

Mèlich, Joan-Carles (2010). *Ética de la compasión*. Barcelona: Herder.

Poch, Concepció (2009). *La muerte nunca falla. Un doloroso descubrimiento*. Barcelona: UOC / Niberta.

Poch, Concepció (2013). *Pérdidas y duelos. Reflexiones y herramientas para identificarlos y afrontarlos*. Barcelona: Octaedro.

Narrativa

Lindo, Elvira (2010). *Lo que me queda por vivir*. Barcelona: Seix Barral.

Montero, Rosa (2013). *La ridícula idea de no volver a verte*. Barcelona: Seix Barral.

Trueba, David (2009). *Saber perder*. Barcelona: Anagrama.

Filmografía

- *Despedidas* (2008), Yasujiro Ozu.
- *Intocable* (2011), Olivier Nakache.
- *Profesor Lazhar* (2011), Philippe Falardeau.

Índice

Portada	2
Créditos	3
Autora	4
QUÉ QUIERO SABER	5
Índice	6
LA MUERTE COMO TABÚ	7
EL HECHO DE MORIR	8
Mi muerte	11
Nuestras posibles actitudes	13
Negación e indiferencia	13
Omnipotencia y desafío	14
Miedo o angustia	16
Realismo y aceptación	17
Liberación o libertad	18
LA MUERTE REAL	20
De qué podemos morir	22
De accidente	22
De enfermedad, de vejez	23
Cómo nos pueden matar	26
Violencia machista y gratuita	26
Armas ligeras y guerras	27
Crímenes mafiosos	28
Pobreza, hambre y biocombustibles	28
Falta de agua potable, polución y ruido	30
Enfermedades evitables y fármacos que matan	31
Por qué nos podemos matar	32
La muerte de una persona querida: el luto	33
LA MUERTE ESPECTÁCULO	36
La muerte en formato postal	37
La violencia de las imágenes	39
El espectáculo de la muerte, antes y ahora	41
El papel de los profesionales	45

