https://www.catholicworldreport.com/2019/11/28/death-in-the-modern-age-and-how-to-prepare-as-a-catholic-2/

LA MUERTE EN LA ERA MODERNA - Y CÓMO PREPARARSE COMO CATÓLICO

Por Adelaide Mena

28 de noviembre de 2019 Agencia Católica de Noticias

(Kenny Stier | Unsplash.com)

Washington DC, 28 de noviembre de 2019/12: 03 pm (**CNA**) .- Muerte. Es un tema visto como triste, mórbido y temeroso, algo en lo que la gente preferiría no pensar, y ciertamente no discutirlo.

Sin embargo, para los católicos, la muerte es una parte esencial de la fe.

"Para aquellos que mueren en la gracia de Cristo, es una participación en la muerte del Señor, para que también puedan compartir su resurrección", dice el Catecismo de la Iglesia Católica.

La celebración de los sacramentos escucha una especie de muerte: la muerte a sí mismo, la muerte como consecuencia del pecado, un recuerdo de la muerte de Cristo y la entrada a la vida eterna.

Como el sacerdote del siglo XX, el p. Henri Nouwen comentó: "Morir es el evento humano más general, algo que todos tenemos que hacer".

La pregunta, pregunta, es "¿Lo hacemos bien?"

Escondiéndose de la muerte

Los avances en medicina y tecnología han aumentado drásticamente las expectativas de vida en el siglo pasado. En 1915, la mayoría de las personas no esperaría vivir después de los 55 años. Se espera que un niño nacido en los EE. UU. En 2017 cumpla 85 años.

Como resultado, la muerte se ha convertido en algo distante e incluso extranjero, argumenta Julie Masters, profesora y presidenta del Departamento de Gerontología de la Universidad de Nebraska, Omaha.

"Nos arrullan a pensar que la muerte no nos golpea muy a menudo, porque espera hasta que la gente sea muy vieja", dijo a CNA. "Sabemos que las personas más jóvenes mueren, que las personas de mediana edad mueren, pero en este país, la mayoría de las personas que mueren serán personas mayores".

El estadounidense promedio en el siglo XXI simplemente no tiene la experiencia con la muerte que tenían las generaciones anteriores, dijo. Y esta falta de experiencia puede prestarse al miedo y a una tendencia a ignorar lo incómodo desconocido del futuro.

"Así que lo pospondremos hasta que tengamos que hablar al respecto, y cuando hablemos sobre eso, nos meteremos en un aprieto porque no estamos seguros de lo que la gente quiere", dijo Masters.

Esconderse de la muerte también puede tener otras consecuencias. La inquietud cultural y la inexperiencia con la muerte pueden afectar la forma en que nos acercamos a los seres queridos cuando mueren.

"Si nos sentimos incómodos con la muerte, si alguien está muriendo, es posible que no estemos dispuestos a visitarlo porque no sabemos qué decir, cuando en realidad no necesitamos decir nada", dijo Masters. "Podemos estar menos disponibles para consolarlos".

Evitar la muerte también puede afectar a los miembros vulnerables de la sociedad que no están muriendo activamente, advirtió Masters.

"Nuestra incomodidad con la muerte puede ser sintomática de nuestro deseo de controlar la muerte y la muerte", dijo. Cuando ese control o el miedo a convertirse en una "carga" deja paso a las conversaciones sobre el suicidio asistido por un médico, continuó, "miramos a los más vulnerables y decimos 'si realmente son dignos de vivir, piensen en todos los recursos que son ¿tomando?'"

“Cada paso en esa pendiente, se hace más fácil deshacerse de las personas que ya no son valiosas o vulnerables. ¿Pero no aprendemos de los vulnerables? ”, Cuestionó. "Ellos son los que enseñan a los fuertes lo que es más valioso en la vida".

Pero Masters también ve el deseo de avanzar hacia una discusión más amplia sobre cómo morir bien. Señaló la propagación de **Death Cafes** y otros grupos de discusión guiados que fomentan conversaciones sobre la muerte, la muerte y la preparación para el final de la vida.

Las iglesias pueden ofrecer un tipo similar de programación, sugirió: "La gente quiere hablar de eso, solo necesitan el lugar para hacerlo".

¿Qué significa tener una 'muerte feliz'?

Si bien una persona puede planificar su muerte, en última instancia, las circunstancias de su fallecimiento estarán fuera de su control. Sin embargo, todos pueden aspirar a una muerte "buena" o "feliz", dijo el p. Michael Witczak, profesor asociado de estudios litúrgicos en la Universidad Católica de América.

Le dijo a CNA que las cualidades esenciales de una muerte feliz son estar en un estado de gracia y tener una buena relación con Dios.

La idea de una muerte feliz, o al menos la aspiración de la misma, ganó la consideración popular en el Ars Moriendi, una colección de obras católicas del siglo XV que exponen el "Arte de morir", señaló.

Los textos elaboran sobre las tentaciones, como la desesperación, que enfrenta a los moribundos, las preguntas que se deben hacer a los moribundos, consejos para familias y amigos, cómo imitar la vida de Cristo y oraciones por la cama.

Recursos como estos, de épocas de la Iglesia que tuvieron una experiencia más cotidiana de la muerte, el p. Witczak sugirió que puede ser un buen recurso para comenzar a vivir "intencionalmente" y para pensar más sobre la muerte y cómo morir bien.

Masters estuvo de acuerdo en que la intencionalidad es clave para cambiar la mentalidad cultural sobre la muerte y la muerte.

"¿Qué pasaría si las personas se acercaran a la muerte con la misma alegría que saludan al nacimiento de un nuevo bebé?", Preguntó.

Es un análogo apropiado, argumenta. Ambos procesos, el nacimiento y la muerte, son los marcadores definitorios de la vida humana y los procesos naturales que experimentarán todos los vivos. Ambos procesos también abren la puerta a un conjunto similar de incógnitas: ¿qué viene después? ¿Cómo será después? ¿Cómo nos las arreglaremos?

Agregó que la tendencia moderna de ver la muerte con recelo y temor, o ignorarla por completo, refleja algo sobre la cultura.

"Si tenemos tanto miedo a la muerte y la muerte, tengo que preguntarme si también tenemos miedo a la vida y a la vida".

Últimos deseos

Discutir la muerte es el primer paso para hacer preparativos prácticos para ella.

Sin planear, dijo Masters, los seres queridos pueden no conocer las preferencias de una persona para el tratamiento, las finanzas o los preparativos del funeral, lo que a veces puede generar divisiones entre amigos y familiares.

"Cuando nos sentimos cómodos hablando de la muerte", señaló, "podemos hacer que las personas sepan cuáles son nuestros deseos, para que con suerte nuestros deseos se cumplan".

La planificación exhaustiva incluye establecer directivas avanzadas y establecer un poder notarial que pueda tomar decisiones médicas en nombre de uno si uno no puede hacerlo.

También es importante conocer las diferentes opciones de atención en la ubicación geográfica de un individuo. Estos incluyen los cuidados paliativos, que se centran en mejorar la calidad y la duración de la vida al tiempo que disminuye la necesidad de visitas adicionales al hospital. No solo se limita a situaciones al final de la vida, los cuidados paliativos están disponibles para una variedad de enfermedades a largo plazo, y busca aliviar el dolor en lugar de curar una afección subyacente.

El cuidado de hospicio también es una opción cuando se acerca el final de la vida. En este punto, el objetivo ya no es extender la duración de la vida, sino aliviar el dolor y ofrecer consuelo, al tiempo que ayuda a prepararse mental, emocional y espiritualmente para la muerte.

La planificación del funeral y la creación de un testamento también son pasos importantes en el proceso de preparación. Incluso para los jóvenes o aquellos sin posesiones materiales, la planificación de la muerte puede ser útil para los amigos y familiares en duelo, dijo Masters. Explicó que la idea de crear una "voluntad ética" es una tradición judía en la que una persona escribe una carta o autobiografía espiritual, dejando atrás los valores y la moral que encontraron importantes en su vida para transmitir a la próxima generación.

La práctica, que está creciendo en popularidad, está disponible para cualquier persona "para poner en palabras lo que se le ha dado el significado de su vida", y puede tener un significado especial para aquellos que "sienten, porque no tienen mucha riqueza o mucha riqueza". de posesiones, que no tienen nada que dejar a su familia ".

Masters señaló a una alumna suya que escribió un testamento ético poco antes de fallecer en la universidad y el ejemplo de sus propios abuelos inculcando la recitación del Rosario como personas que dejaron atrás algunos de sus regalos más significativos para sus seres queridos.

"Es un testimonio de lo que esa persona creía. ¡Qué regalo es ese!"

Paul Malley, presidente del grupo sin fines de lucro **Aging with Dignity** , enfatizó que planificar los detalles más específicos de la atención al final de la vida puede ayudar a respetar la dignidad de una persona durante la enfermedad o en el lecho de muerte.

"Los que están al final de la vida, ya sea que estén sufriendo una enfermedad grave o discapacidad, tienden a que se les cuestione su dignidad", dijo a CNA.

Los enfermos y moribundos a menudo están aislados y reciben atención de profesionales médicos, explicó. Y aunque la planificación de atención avanzada a menudo se centra en las decisiones con respecto a las sondas de alimentación, los ventiladores y otras opciones de tratamiento médico, esa discusión "no le dice a su familia nada sobre lo que significa la atención digna para usted".

"Es importante no solo hablar sobre el cuidado en términos de problemas médicos", enfatizó Malley. "Eso es una pequeña fracción de día: el resto del día se juega al lado de la cama".

Envejecer con dignidad promueve la planificación de actos de consuelo, problemas espirituales y relaciones familiares para hacer que el tiempo que rodea la muerte sea más fácil y digno para todos los involucrados.

"Nunca se habló de estos temas cuando se trataba de la atención al final de la vida o la planificación de la atención avanzada". Entre algunas de las solicitudes que los participantes hacen, elaboró, hay pequeños actos de consuelo como paños fríos en la frente, fotos de seres queridos. en una habitación de hospital, mantas favoritas en una cama o solicitudes de visitas de familiares o amigos específicos.

Planear incorporar lo que Malley llama "el arte perdido del cuidado" fue importante para su propia familia cuando murió su abuela. "Una de las cosas más importantes para ella fue que siempre quiso que sus pies sobresalieran de la manta porque sus pies estaban calientes", recordó.

Aunque las enfermeras y los proveedores de atención médica a menudo abrigaban sus pies para tratar de mantenerla abrigada, su familia pudo desabrochar sus pies después para que pudiera mantenerse cómoda.

“Eso podría ser algo que suena muy trivial, muy pequeño, pero para ella, para mi abuela, acostada en esa cama donde no podía levantarse y no podía agacharse para levantar su propia manta, con los pies sobresaliendo en el borde de la manta fue probablemente lo más importante para ella durante todo el día ”, dijo Malley.

El fin de la peregrinación terrenal

Para los católicos, la preparación espiritual para la muerte siempre debe incluir los sacramentos, el p. Witczak dijo.

El Sacramento de la Reconciliación, importante para todos los fieles a lo largo de sus vidas, es una medicina espiritual particularmente importante para aquellos que se acercan a la muerte.

Además, la Unción de los enfermos **debe buscarse** para aquellos que han comenzado a estar en peligro de muerte debido a enfermedad o vejez, y se puede repetir si la persona enferma se recupera y vuelve a enfermarse gravemente, o si su condición se vuelve más grave .

"La Iglesia quiere que la gente celebre el sacramento tan a menudo como sea necesario". Witczak dijo.

La Eucaristía también se puede recibir al final de la vida como "viático", que significa "contigo en el camino".

"Está recibiendo al Señor que estará contigo en el camino hacia el otro lado", dijo el Padre. Thomas Petri, OP, vicepresidente y decano académico de la Facultad Pontificia de la Inmaculada Concepción de la Casa de Estudios Dominicana.

Agregó que la Eucaristía se puede recibir como viático más de una vez, en caso de que una persona se recupere, y también se puede dar incluso si alguien ya ha recibido la Eucaristía más temprano durante el día.

Una buena muerte es un regalo.

La oración, la recepción de los sacramentos y la búsqueda del perdón de Dios y de los demás pueden marcar la muerte como un tiempo de paz, p. Dijo Petri. La muerte también puede ser un momento de sorpresa, ya que "o amplifica la forma en que una persona ha vivido su vida o causa una inversión completa", con algunas personas experimentando conversiones profundas o endurecimientos sorprendentes del corazón durante sus últimos días.

"Mucho de esto realmente depende de la voluntad de Dios", reflexionó, y agregó que todos debemos orar por la gracia de una muerte santa.

Morir una muerte feliz no es solo una bendición para la persona que muere, sino que también puede ser un regalo para los demás, el Padre. Petri dijo, señalando que la familia y los amigos pueden acercarse unos a otros y a Dios como resultado de una muerte santa.

Masters estuvo de acuerdo, y agregó que "los moribundos pueden servir como ejemplos o modelos a seguir", al enseñar a otros cómo morir sin temor.

En definitiva, el p. Witczak dijo que los cristianos "hacen" la muerte de manera diferente porque los cristianos "hacen" la vida de manera diferente.

"Creo que, como seres humanos, la muerte es un tema al que tememos y nos dicen que no pensemos, y la tradición cristiana sigue tratando de llevarlo ante las personas, no para asustar a las personas, sino para recordarles destino final ", dijo.

“Esto no es simple y es algo que las personas finalmente tienen que aprender por sí mismas, pero es la tarea importante de la vida. Creo que lo que la Iglesia intenta hacer es ayudar a las personas a vivir su vida plenamente e incluso vivir su muerte como una entrada a la vida que nos promete Jesucristo ".

Mirar hacia la muerte y la vulnerabilidad que la rodea puede ser una forma vital de encontrar la muerte y superar su miedo, dijo.

Masters estuvo de acuerdo, señalando que aquellos que han tenido encuentros con la muerte o un profundo sufrimiento a menudo "miran la vida de manera diferente".

“Entienden que es muy fugaz. Pero como saben lo cerca que está la muerte, ven la vida de una manera diferente ".

Para muchas personas, este enfoque diferente de la vida incluye un mayor enfoque en la familia, los amigos y el servicio, dijo. "Así es como te recuerdan al final del día: ¿qué hiciste por otras personas?"

Comenzar con incluso las conversaciones más básicas sobre la muerte, agregó, puede ser beneficioso para aquellos que desean enfrentar la mortalidad.

"Cuando puedes reconocer que vas a morir, puedes comenzar a vivir tu vida".