

¿Qué hacer cuando estás ante el lecho de un moribundo?

En su poema *Ante un cadáver*, Manuel Acuña dice que la muerte es un «problema cuyo sólo enunciado nos espanta». Y es cierto. La mayoría de los humanos no queremos hablar del tema. Hasta la palabra misma nos asusta. Se afirma que la forma en que los mexicanos jugamos con la muerte no es más que la expresión disfrazada del miedo que le tenemos. Sin embargo, la muerte es la meta final a la que, inexorablemente, todos llegaremos. ¿Cuándo? no lo sabemos. Puede ser en unos años, en unos meses, en unas semanas, en unos días; o, tal vez, ¡hoy mismo!

Sí. Nos podemos morir hoy mismo. Fernando Savater, un filósofo español de nuestros días, dice que «la gente no se muere porque está enferma ni porque está vieja; se muere porque está viva». O sea que, desde que nacemos, ya estamos listos para morirnos; porque, la verdad sea dicha: llevamos nuestra fecha de caducidad inscrita en los genes.

Lo ideal sería que, desde ahora, fuéramos aprendiendo lo que tenemos que hacer cuando el proceso de morir empiece a manifestarse en nuestras vidas. ¡Claro, esto no es nada sencillo! Si no sabemos vivir, menos vamos a saber lo que significa morir. Muchos de nosotros vivimos como si nuestra muerte fuera a presentarse dentro de muchos años; o de plano, como si fuéramos inmortales.

El presente escrito tiene la intención de orientarnos sobre lo que tenemos que hacer cuando estamos frente a una persona que se encuentra transitando por el doloroso proceso del morir. Casi nunca sabemos cómo conducirnos en estos casos. Algunos, preferimos mejor alejarnos del lugar. A continuación, aparecen algunas de las recomendaciones que Marco Antonio Karam, maestro de budismo y fundador de Casa Tíbet México, da a las personas que se encuentren ante el lecho de un moribundo.

- Haga todo lo posible para que se establezca una comunicación sincera y libre de temores.
- No espere que suceda algo extraordinario. Actúe con naturalidad y de manera relajada. De esta manera, el moribundo vencerá su inseguridad y dejará de mostrarse reservado ante el desconocimiento de sus intenciones.
- Sea paciente, inspírela confianza. Las personas que están en ese trance tratan de decirnos algo; incluso, nos ocultan algunas cosas. Es muy importante que la atmósfera que se respire esté libre de tensiones. Si lo consigue, la persona expresará libremente sus sentimientos y le hablará de los temores que le inspira la muerte.
- Permita que el moribundo se exprese con libertad. Haga todo lo posible para que sienta que puede hablar con usted sin restricciones.
- Si la persona ha empezado a expresarse, no lo interrumpa. Déjelo que haga todos los comentarios que quiera. Si alguna de las ideas que expresa no concuerdan con su manera de pensar, no juzgue los conceptos ni le reste importancia a los comentarios que haga. No vaya a tener la ocurrencia de contradecirlo ni de discutir las ideas que exponga.
- No catalogue a la persona por las ideas que exprese en ese momento. Tome en cuenta que está pasando por un trance difícil y doloroso. Hágase a la idea de que, surja la emoción que surja, la persona que está frente a usted tiene como naturaleza esencial la bondad.
- Practique la regla de oro de la conversación: escuche. Y hágalo de manera afectuosa, con amor.
- Siéntese a su lado. Actúe como si estar con él fuera lo más importante y lo más agradable que tuviera que hacer.
- Use el sentido común y practique un discreto sentido del humor.
- Actúe con toda la habilidad y la delicadeza de que sea capaz.
- No tome de manera personal lo que le diga. A veces, y lo hacen cuando uno menos se lo espera, el moribundo nos convierte en blanco de sus enojos y de sus reproches.
- Evite predicar alguna doctrina. Tampoco le dé su propia e infalible receta espiritual. Nadie quiere salvarse a través de una fe que no es la suya.
- Respete el concepto de espiritualidad que la persona tiene y ayúdela a poner en práctica su propia fe.
- Si el moribundo está receptivo y muestra interés en las ideas que usted tiene sobre la muerte, no se reprima; pero externe sus conceptos de tal forma que la persona que está en trance no experimente la sensación de que usted quiere imponerle sus creencias.
- No espere resultados milagrosos por la ayuda que está brindando, ni piense que puede salvar a esa persona en el último momento. La gente casi siempre muere como ha vivido.
- No se inquiete si descubre que su ayuda surte poco efecto y el moribundo no responde. La atención que ponga y los cuidados que manifieste serán suficientes para obtener resultados positivos.
- Procure que en la habitación del moribundo sólo haya personas agradables y prudentes. Evite que entren familiares o amigos que, con su conducta, puedan generarle conflicto, enojo o inquietud.

- Manifieste sentimientos de afecto incondicional liberando emociones positivas. Esta actitud se le facilitará si piensa que usted y él tienen muchas cosas en común: ambos desean bienestar para sí mismos, usted y él le temen a lo desconocido, los dos sienten apego por muchas cosas.
- Imagine que el moribundo es usted y pregúntese: ¿Cómo me gustaría que se comportara o cómo querría que me trataran las personas que vienen a verme? Esto le haría sentir empatía.
- Recapacite sobre el hecho de que el moribundo está perdiendo todo en un solo evento: su familia, sus posesiones, sus amistades, su cuerpo y su mente. Es natural que se sienta triste, temeroso, enojado.
- Reflexione sobre la idea de que nuestra cultura no tiene entre sus prioridades la costumbre de informarnos y de ayudarnos a estar preparados para esos momentos.
- Piense que si le preguntaran a un moribundo «*Qué es lo que deseas en este momento?*», lo más seguro es que contestaría «*Quiero que los que se me acerquen se comporten como si me comprendieran*».
- No intente expresar ideas trascendentes. Acuérdesse de que las cosas no mejorarán con lo que diga ni con lo que haga.
- Si usted tiene miedo y no sabe cómo comportarse, dígaselo al moribundo. A veces ellos saben mejor que nosotros cómo se les puede ayudar.
- Tenga la seguridad de que cuando se le da asistencia a un moribundo se recibe más de lo que se da.