

Ilustración de la portada: Claudia Sánchez. "Los que habitan en las flores"



## La vivencia de la muerte como proceso de transformación

**Teresa Vázquez**

Centre Espirita Amalia Domingo Soler, Barcelona

Dedicado a todos mis muertos.  
Con profundo respeto y amor.

Hay una canción en lo profundo de ti. Has nacido para entonar una canción y te estás preparando para ello. Estás paseando por todo el escenario con todo tu atuendo, pero se te está olvidando cantar. Estás sosteniendo el micrófono, pero te mantienes en silencio. Hasta que llegue ese momento, te sentirás intranquilo; sentirás intranquilidad hasta que entones la canción, motivo por el que estás en el escenario. No importa si sientes que desafinas momentáneamente... ¡Adelante! ¡Canta!

Sri Sri Ravi Shankar

## Índice

Introducción.....	1
Muerte y morir sinónimos de huir.....	4
La evolución implica regresión .....	8
La muerte en las civilizaciones antiguas.....	10
Evidencia científica de la realidad espiritual .....	14
Crisis espirituales: vivencia de morir y renacer .....	17

## Introducción

*“Había un hombre de los fariseos que se llamaba Nicodemo, un principal entre los judíos. Este vino a Jesús de noche, y le dijo: Rabí, sabemos que has venido de Dios como maestro; porque nadie puede hacer estas señales que tú haces si no está Dios con Él.*

*Respondió Jesús y le dijo: De cierto, de cierto te digo, que el que no naciere de nuevo, no puede ver el reino de Dios. [...] De cierto, de cierto te digo que el que no naciere de agua y del Espíritu, no puede entrar en el reino de Dios. Lo que es nacido de la carne, carne es; y lo que es nacido del Espíritu, espíritu es. No te maravilles de que te dije: Os es necesario nacer de nuevo [...]”.* Evangelio de Juan, 3. Jesús y Nicodemo.

Cuando Jesús habla de renacer, lo hace con una visión unitaria que no admite disociación: nacer de la carne y del espíritu. No hay cómo dividirlo puesto que somos seres humanos que para continuar evolucionando, necesitamos de un cuerpo (en nuestro caso, más denso por nuestra condición). Este cuerpo es el que Dios nos brinda para reconocer el camino. Un cuerpo necesitado de cuidados, de atención, de amor, que nos permite entender la vida como una sucesión de oportunidades para aprender a manifestar el amor, máxima expresión de la divinidad. En definitiva: renacer en cuerpo para renacer a la conciencia espiritual.

Este trabajo queremos presentarlo desde este enfoque: **renacer bioespiritualmente**<sup>1</sup>, porque creemos que el renacimiento que propone Jesús como Maestro de la Humanidad, no sólo abarca el concepto de la Reencarnación o Palingenesia (del griego *palin*: de nuevo; y *genesis*: nacimiento) donde el alma inmortal renace en un nuevo cuerpo para seguir evolucionando. Su propuesta es mucha más profunda, ya que afirma que el ser humano ha de **renacer a la conciencia de la vida eterna** (con todo lo que ello implica) y **“morir”**<sup>2</sup> **como hombre terrenal esclavo de los deseos de la carne**. Este renacimiento que propone Jesús es la búsqueda del ser interior en camino hacia su propia liberación, muriendo a lo largo de la vida terrena, como hombre antiguo atado aún a su precariedad evolutiva, para renacer como ser cada vez más consciente de su destino y testimoniar así la divinidad de la Vida.

Motivaciones teóricas surgidas por un nuevo concepto científico, para encontrar una teoría del todo, donde la vida y sus ciclos vitales son la base de los estudios, incluyen la creencia platónica de que la naturaleza última del universo es simple y que los modelos corrientes de universo, establecidos hasta el momento por la ciencia mecanicista, no pueden ser completados debido a que son demasiado complicados. La simplicidad de la vida es su propia magnificencia, con lo que la respuesta científica tiende a la infinitud de probabilidades, que van siendo demostradas por la Física Cuántica o Física de las Probabilidades. Entonces, todo es posible y abrirse a ese universo de posibilidades, nos abre al entendimiento de Dios. Hay una nueva imagen científica del ser humano, donde están representados todos sus aspectos hasta hoy conocidos: psicológico, orgánico y cósmico.

Así pues, la propuesta de este trabajo es mostrar la muerte, no como un final al que nos enfrentamos sólo en el proceso del deterioro físico para renacer, libres del cuerpo, en el

<sup>1</sup> Hay trabajos científicos que prueban que la vivencia de la muerte y el renacimiento, bajo un estado alterado de conciencia (trance), provoca los “sentimientos vitales”, implicando en sí una renovación celular y regulación de la homeostasis orgánica, así como el equilibrio del estado cenestésico y el humor endógeno. Mencionamos algunos autores: Harald Hoffding, Juan José López Ibor, Frederik Jacobus Hohannes Buytendijk, David Bohm, Rupert Sheldrake, Gell, y los autores de la Teoría del Todo – TOE (Theory of every things).

<sup>2</sup> Entendiendo “morir” como proceso intrínseco de transformación y evolución.

mundo espiritual. La vivencia de la muerte es, en esencial, un proceso bio-psico-socio-espiritual de aprendizaje que permite prepararnos, a lo largo de la vida, para el momento verdadero de desenlace en el que ya no hay marcha atrás y donde debemos pasar cuenta de todos nuestros actos y pensamientos. Morimos sólo para renacer, pero morimos cada día un poco cuando las experiencias de la vida nos instan a desprendernos de los viejos hábitos, costumbres, tendencias, adicciones,... que nos atan a la esclavitud de nuestras tendencias materialmente enfermas o como resquicios de la animalidad de la que provenimos y no sabemos cómo divinizar. Y no es que la materia sea en sí una atadura o amarre; es “sólo” el justo medio que necesitamos para sentir, emocionarnos y aprender. El cuerpo es divino también como toda la creación, pero todavía no sabemos sublimizarlo.

Dios nos ofrece la vivencia de la muerte como aprendizaje para entender el ciclo vital y nuestro propio carácter de co-creadores. Allan Kardec dice: “Nacer, morir y renacer siempre. Tal es la ley”. Simple y perfecto.

Los espiritistas sabemos que el cuerpo espiritual o periespíritu se libera de sus cargas energéticas densas provocadas por nuestros pensamientos y actos erróneos, fruto de la inmadurez espiritual a la que estamos sujetos. Es así como conquistamos la salud integral que contempla el alma y el cuerpo como una unidad. Vivir aprendiendo a morir, puede parecer paradójico pero no es más que un afrontar las enseñanzas del Maestro Nazareno con conciencia de la única Ley que puede conducirnos a la Vida Eterna, la Ley del Amor: “Amar a Dios sobre todas las cosas y al prójimo como a sí mismo”.

Los Espíritus contestan a la pregunta 171 de “El Libro de los Espíritus” (LE): *¿En qué se funda el dogma de la reencarnación?: [...] Un buen padre deja siempre a sus hijos una puerta abierta para el arrepentimiento [...] Y Allan Kardec comenta al respecto: “Todos los Espíritus tienden a la perfección y Dios les provee los medios de obtenerla mediante las pruebas de la vida corporal”.*

Un análisis estrictamente reencarnacionista diría que esa es una prueba más que nos ofrecen los Espíritus para testimoniar la lógica de la bondad divina y la Ley de la Reencarnación, pero si profundizamos al respecto (tal es la propuesta espiritista: “Espíritas amaos e instruíos”), vislumbraremos que los retos que enfrentamos en la vida, en nuestra condición de encarnados, son los que nos empujan a progresar. Pasar con conciencia por la vida física o no, es la elección que nos permitirá acceder al encuentro con la muerte con plena confianza y liberación del miedo que provoca en sí ese momento ineludible que no admite engaños y sólo permite la verdad.

Carl G Jung, nunca tuvo un paciente de más de cuarenta años cuyo problema no estuviera enraizado en su miedo a la muerte cercana, porque muerte (en la sociedad actual occidental) es sinónimo de desaparición, de aniquilamiento, de encuentro con lo desconocido, o sea, con nuestra realidad oculta, y ese es el gran misterio y reto a la vez, llegar a completar nuestra visión de la vida como una unidad donde vida y muerte son la misma cosa, luz y oscuridad, alegría y tristeza, bueno y malo, ... todos los opuestos son en sí mismos la propia unidad. Incluso la física cuántica nos habla de la unidad cuando testimonia que atómicamente, tú y yo somos lo mismo, estamos compuestos de los mismos elementos, por lo tanto somos uno. Sólo nos diferenciamos en cómo interaccionamos con nuestro entorno, pero incluso eso es divinidad porque accionamos dentro de la Ley de Libertad que permite cualquier manifestación del ser sin juicio divino. ¿Podemos imaginar esa magnificencia, permisividad y autoridad? Sólo con la visión unitaria (como manifestación de Dios como inteligencia suprema y causa

primera de todas las cosas), impulsándonos a la autotransformación, y como consecuencia a la transformación planetaria.

El cambio de paradigma es posible, es una realidad que ya decían los espíritus cuando en “El Evangelio según el Espiritismo” afirmaban: “Los tiempos son llegados”. Ellos nos hablan de los trabajadores de la “última hora”, y lo hacen no como un aviso apocalíptico donde sólo los elegidos serán salvados, sino como símbolo de que la humanidad está preparada ya para el cambio de paradigma. Vivir con conciencia espiritual es la llamada. No hay como darle la espalda a las informaciones que surgen cada día y que nos llegan a través de los medios de comunicación más rápidos y eficaces como es Internet. De todos los lugares, de todos los colores, con más decorados o diferentes matices, pero el mismo mensaje de amor y de esperanza, de realidad y de alegría.

Vivir en coherencia con la Ley Divina es posible hoy, y posponer la llamada es elegir seguir sufriendo.

A lo largo de la historia de la humanidad, el hombre ha enfrentado la muerte, el morir, y el renacimiento de muchas maneras. Hay textos sagrados muy antiguos que muestran caminos y paisajes del mundo de los muertos, que servían para preparar a los moribundos hacia el viaje ineludible de la muerte y, en un ámbito más selectivo, para proporcionar a los iniciados, una visión de la vida mucho más profunda. Morir no es un fin, sólo es parte del camino de la Vida.

Presentamos este trabajo con el objetivo de profundizar en la visión de renacimiento y reencarnación desde el punto de vista espiritista, para seguir aprendiendo de la vida que Dios nos obsequia por y con Amor.

*“El hombre que muere antes de morir no muere cuando muere”.* Abraham de Santa Clara, Monje agustino alemán del siglo XVII.



## Muerte y morir sinónimos de huir

Las palabras tienen un significado que, con el uso y desuso, han ido desvalorizándose pero encierran en sí una sabiduría, casi diría que imprescindible, para entender el justo significado de aquello que queremos nombrar o decir. Incluso nos sorprenden como es el caso que nos ocupa.

Buscando diferentes significados de la palabra muerte (el latín *mors, mortis*), encontramos:

- Cesación o término de la vida.
- En el pensamiento tradicional, separación del cuerpo y el alma.
- Desaparición, aniquilamiento, destrucción.

Hasta aquí nada nuevo que nos llamara la atención, pero encontramos por Internet un artículo, de autor desconocido, que hacía un breve análisis del origen de las palabras latinas y sus derivados. Entre otras encontramos la palabra AMOR (derivado de *mors, mortis*) que en latín significa “sin muerte”. Así como el término AMORTIZAR (derivado también de *mors, mortis*) que en una de sus acepciones es “redimir o rescatar de la esclavitud”.

¡Qué distinta suena entonces la comprensión de la palabra MUERTE cuando de ella pueden derivar palabras cuyo significado es liberador!!!! *Amor* como sinónimo de sin límites, sin destrucción, sin aniquilamiento ni separación, sugiere continuidad, infinitud. Y *Amortizar* como rescate de la esclavitud de la materia o de aquello que nos ata. Ambas palabras nos confirman que la muerte no existe, sólo es una ilusión creada por nuestro ego para posponer el momento de la verdad. Morir es el punto de partida para la transformación inevitable de la vida.

La ciencia mecanicista nos presenta la muerte como algo de lo que no podemos librarnos, hagamos lo que hagamos. Podemos alargar artificialmente el encuentro con ella, podemos incluso esquivarla con pequeños engaños que terminan con poco éxito, podemos incluso llegar a despreciarla o desejarla tanto (según el contexto con que hagamos su lectura) hasta el punto de ser el sentido de nuestra existencia como es el caso de la eutanasia. La cuestión es que nadie, ningún ser corpóreo, puede eludirla porque forma parte del propio proceso de vida.

Esta visión, a pesar de ser *vox populi*, no se vive con conciencia o con la conciencia debida. Por que en realidad ¿qué es morir? ¿qué significa la muerte? ¿por qué nuestra sociedad huye de ella como lo hacían los antiguos con la peste? ¿acaso vivir como si no existiera nos proporciona mejor calidad de vida? ¿sabemos morir?

En las sociedades pre-industriales, los moribundos morían en el acogedor contexto de la amplia familia tribal, guiados muy a menudo por el gurú o guía espiritual, sacerdote o chamán, y siempre acompañados en el momento del tránsito desde un sentimiento de lo sagrado y trascendente. En algunas culturas, incluso se vive como una fiesta ya que el muerto renace a la vida espiritual y allí se encuentra con sus antepasados que están esperándole para recibirlo. Los guías espirituales eran considerados sabios que enseñaban los caminos de la realidad y guiaban a sus comunidades a no perderse en ilusiones pasajeras y pueriles. Lo podían hacer porque ellos mismos habían trascendido la vivencia de la muerte y recorrido sus senderos. Su sabiduría era reconocida por la experiencia vivida y valorada en toda la comunidad.

En las sociedades industriales, tecnológicas, contemporáneas, tenemos muchas comodidades, mucho de todo, o casi de todo pero hemos perdido el camino que lleva a la plenitud. Las posesiones, la vida rápida, la inmediatez, la competitividad, la prisa por saciarse, nos ha desconectado de los verdaderos valores espirituales que hacen del ser humano un ser completo en su dualidad.



La religión (del latín *religare*, conducir a Dios), ha perdido la conexión con su verdadero significado y se ha convertido en un culto dogmático y sin sentido<sup>3</sup>, que no cubre ni abarca las necesidades espirituales de las personas en la actualidad. A raíz de eso, ha dejado de ser una fuerza positiva en nuestras vidas y por tanto, ha dejado de ser una guía hacia el despertar espiritual y sinónimo de antisincretismo<sup>4</sup> fanático y promulgador de la lucha y la división. El razonamiento analítico del mundo tecnológico, ha invadido todo sentimiento mágico y espiritual de la vida hasta creer en la certeza de que la muerte del cuerpo, concretamente del cerebro, es el fin absoluto de cualquier forma de actividad consciente. *“La creencia en la vida después de la muerte, el viaje póstumo del alma, los ámbitos del Más Allá y la reencarnación se han visto relegados al espacio de los cuentos de hadas y, en los manuales de psiquiatría, son considerados producto del pensamiento ilusorio de la gente primitiva o de pocas luces que es incapaz de aceptar el evidente imperativo biológico de la muerte. Este informe ha patologizado en gran medida la historia espiritual y ritual de la humanidad”*- dice Stanislav Grof en su libro *El Viaje definitivo*.

El enfoque científico, mecánico, analítico y tecnológico de la actualidad, en su visión parcial de la vida, nos ha llevado al rechazo colectivo de la transitoriedad y mortalidad. Hemos olvidado antiguos valores que nos han hecho eludir el contacto con la muerte, o como mucho superficializarla de forma tan pasajera y veloz, que no tenemos tiempo de asimilar qué está pasando cuando alguien/algo se nos muere. Nuestros moribundos o enfermos terminales son trasladados a hospitales y residencias donde son atendidos de forma que los familiares no sufran el momento del desenlace y el enfermo es sedado suficientemente para que no perciba el momento temido. Los niños y jóvenes son alejados de sus familiares y amigos moribundos porque –no es necesario que pasen por ese trance-, se afirma como excusa a la propia imposibilidad de enfrentar la pérdida. La muerte y el morir se han convertido en una anécdota de la vida que hay que eliminar, subsanar con remedios tecnológicos y fríos, controlar como sería el caso de la eutanasia, hasta llegar el punto de convertirla en una anécdota pueril de nuestras vidas. Incluso los medios de comunicación la frivolan cuando las noticias de violencia, masacre, asesinato y muerte en general, son convertidas en meras estadísticas. Nos inmunizamos ante la muerte hasta el punto de servir de distracción en videojuegos, consolas y películas llamadas de entretenimiento.

Aquellos que se enfrentan a la muerte (desencarnación, dentro del contexto espiritista) en nuestra sociedad moderna y tecnológica, no sólo no tienen ningún apoyo psicológico que les acompañe, sino que se les niega el derecho de prepararse para morir porque

<sup>3</sup> Según Ramtha, Master Teacher de Ramtha School of Enlightenment Channeled by JZ Knight. *“El colmo de la arrogancia es el colmo del control de los que crean a Dios a su imagen y semejanza”*

<sup>4</sup> Sincretismo: Sistema que trata de conciliar doctrinas diferentes.

nadie o muy pocos en su entorno familiar, médico o de amistad, se atreven a enfrentar el tema. Es mejor huir, esquivar, disimular.

La muerte vivida como fin biológico o término de una existencia, nos impide ver que a lo largo de una sola existencia nos enfrentamos a varias “pequeñas muertes”<sup>5</sup> que nos empujan a una nueva visión de la vida que podríamos llamar de renacimiento, porque nada es igual después de una crisis existencial o espiritual. Los valores de la persona se transforman y no pueden volver a ser los mismos. Se amplía la visión y todo se tiñe de un matiz más sensible, sencillo, profundo, comprensible y real, aunque no tenga que ver con los preconceptos establecidos.

Quisiéramos transcribir un poema que escribió una participante de los grupos de trabajo de tanatología de la Dra. Kübler-Ross que documenta perfectamente este tránsito, este renacer al que nos referimos. Se trata de una mujer joven, casada, con un hijo y que en el segundo parto de una niña, descubren que ésta tenía un severo retraso en el que nunca sería capaz de reconocerla como madre.

Al principio, la actitud de la madre fue negativa, no aceptaba la evidencia. Después vino la cólera contra Dios o una Fuerza superior (prescindiendo de creencias); posteriormente entra en negociaciones con el Creador, hasta llegar a la fase de reconocer un significado profundo en el hecho de haber tenido esa hija. Transcribimos el poema que tituló PARA MI MADRINA

¿Qué es una madrina?  
Yo sé que tú eres algo especial.  
Durante meses esperaste mi llegada,  
Estabas presente y me viste cuando sólo tenía unos minutos.  
Me cambiaste los pañales cuando tenía sólo unos días.  
Imaginabas en sueños cómo sería tu primera ahijada.  
Sería algo tan especial como tu hermana.  
Con tu pensamiento, ya me acompañabas a la escuela,  
[a la universidad y al altar.

¿Qué sería yo? ¿Sería un honor para los míos?  
Pero Dios tenía otros proyectos para mí.

Yo no soy más que yo misma.  
Nadie dijo que yo tendría que ser algo precioso.  
Algo no funciona en mi cabeza.  
Seré por siempre un hijo de Dios.  
Soy feliz. Amo a todo el mundo y todos me aman.  
No puedo decir muchas palabras.  
Pero puedo hacerme entender y comprender afecto, el  
calor, la ternura, el amor.  
En mi vida hay seres particulares.  
A veces estoy sentada y sonrío y a veces lloro.  
Quisiera saber por qué...

¿Qué más puedo pedir?  
Claro está que nunca iré a la universidad y que nunca me  
casaré.  
Pero no estés triste, Dios me ha hecho muy especial.

---

<sup>5</sup> Término acuñado por la Dra. Elisabeth Kübler-Ross en sus estudios de la ciencia llamada Tanatología.

No puedo hacer el mal, yo no puedo más que amar.  
[...]  
A los ojos del mundo nunca tendré éxito,  
Pero te aseguro algo que poca gente puede hacer puesto  
que no conozco más que amor, bondad e inocencia,  
la eternidad nos pertenecerá, madrina mía.

Unos meses antes de escribir este poema, esta madre deseaba que su hija muriera para no sufrir ni verla sufrir. La transformación que se dio en esta mujer fue por su disponibilidad a mirar las cosas que nos suceden desde otra perspectiva.

El mundo actual nos impulsa a vivir mirando sólo una cara de la moneda y esto nos imposibilita a trascender las vivencias hacia una nueva visión unitaria que nos hace comprender, aceptar y vivenciar en paz y serenidad, aspectos de la vida que se nos imaginaban insufribles de llevar.

El sufrimiento nos hace girar la mirada buscando algo que nos apacigüe el dolor. Los antidepresivos, ansiolíticos, la compra y el consumo compulsivo, las drogas, el alcohol, la comida en exceso, el sexo tóxico y tantos etc., sólo nos anestesian temporalmente el dolor y nos sirven de sustitutivos ficticios que no nos sacian la ansia de amor. Poder mirar las experiencias desde una perspectiva bioespiritual, nos facilita la comprensión de un mundo donde los opuestos se unen para conformar la Unidad. La materia se une al alma, el dolor se convierte en vía de transformación, la enfermedad como camino de aprendizaje, ... nada deja de tener un sentido y surge el renacimiento a una nueva conciencia. Vivir la unidad nos transforma para nunca más volver a ser los mismos. La realidad la hacemos nosotros en cada pensamiento y acto de nuestra vida.

Grof nos dice: *“Nuestra preocupación fundamental no debe consistir en vivir más tiempo, alargar nuestra vida a toda costa, sino en vivir correctamente, según la Ley divina. Puesto que no sabemos cuándo nos llegará la muerte, hemos de vivir cada momento de nuestras vidas como si fuera el último”*. Esto no significa vivir en constante ansiedad o miedo o vivir “a tope” como algunos piensan. Más bien sería aprovechar cada momento de nuestra vida sin perder energía persiguiendo metas efímeras que se disiparán con la muerte física. La verdadera sabiduría radica en experimentar la conciencia del momento como si fuera un acto sagrado de reconocimiento por la existencia, por la vida.

Carl G. Jung hizo una notable contribución en el campo del estudio psicológico del ser humano y su proceso de individualización. Mantenía la importancia de reconocer que la muerte era tan importante como el propio nacimiento y que se debía aceptar como parte de un proceso vital ineludible. Este proceso se rige por la misma Ley de la Evolución.

Notables contribuciones científicas nos hablan de conceptos cuánticos donde todo es posible. Entonces ¿Cuál es la realidad? El cerebro no distingue entre la información que recibe del exterior y la del interior. Investigaciones científicas afirman que se accionan las mismas redes neuronales ante una visión externa que al recordar esa misma visión. Entonces ¿la realidad está dentro o fuera?

Somos seres vivos y por tanto complejos, limitados pero no paralíticos. Somos creados sí, pero también creadores. Ese es el nuevo paradigma.



## La evolución implica regresión

“Si los sistema biológicos no fuesen capaces de regresar a una fase primaria del desarrollo, es decir, a una fase embrionaria de su estructura, desdiferenciándose, el organismo perdería uno de sus más importantes dispositivos de seguridad” afirma J Rof Caballero. Es decir, que la propia naturaleza, en su sabiduría infinita nos brinda las claves de los misterios que nos aterran, preocupan y llegan a enloquecer. Cada “crisis espiritual” (como denomina Stalinsav Grof a las etapas de transformación del ser humano), requiere de una recapitulación del pasado, de la misma manera que en las experiencias cercanas a la muerte (ECM)<sup>6</sup>, donde personas que tras estar clínicamente muertas, regresaban a la vida y describían con detalle todo lo acontecido en ese período de tiempo y relataban como vieron pasar su vida en breves instantes como si de una película se tratara, pudiendo así obtener una visión general de su existencia. Este hecho, relatado en multitud de bibliografía, es en sí una manifestación más de la necesidad de regresión para poder seguir evolucionando.

Pero si nos limitáramos al campo puramente psicológico, o al emocional o incluso al esotérico, estaríamos sólo hablando de hipótesis que, aunque probadas en diferentes universidades de Estados Unidos y otros países, quedarían cojas ante la ciencia mecanicista. Pero “quien tenga oídos que oiga, y quien tenga ojos que vea”, decía Jesús: “Toda progresión biológica, es decir, todo paso a una estructura más integrada, compleja y autónoma, requiere una regresión previa” defiende Kortland ZY, Kuo Sydney F, Margulín AJ y otros autores.

En el libro titulado “*La cuestión espiritual de los animales*” de Irvênia Prada, estudiando la ontogénesis<sup>7</sup> del cerebro humano, dice: “No sólo tenemos branquias, cuando embriones, sino varias estructuras que son características de la fase definitiva de otras especies animales, como el saco vitelino (yema del huevo), arterias branquiales, lisencefalia cerebral, etc. Esas estructuras son temporales, es decir, tienden a desaparecer durante las etapas finales de nuestro desarrollo. Por lo tanto, en nuestra etapa definitiva, cuando ya nacimos, no tendremos ninguna de esas estructuras, a no ser que persistan de manera anómala (...)”.

Por otro lado, André Luiz dice “Desde la ameba en el agua templada del mar, hasta el hombre, hemos estado luchando, aprendiendo y seleccionando invariablemente. (...) el principio espiritual, desde el oscuro momento de la creación, camina sin demora hacia delante. Se ha alejado del lecho oceánico, ha alcanzado la superficie de las aguas protectoras, se ha movido en dirección a la lama<sup>8</sup> de las orillas, se debatió en el charco, llegó a tierra firme, experimentó en la floresta copioso material de formas representativas, se levantó del suelo, contempló los cielos y, después de largos milenios, durante los cuales aprendió a procrear, alimentarse, escoger, recordar y sentir, conquistó la inteligencia (...). Estamos en todas las épocas, abandonando esferas inferiores, con el fin de escalar las superiores.”<sup>9</sup>

<sup>6</sup> Moody, Raymond. En: Vida después de la vida.

<sup>7</sup> *Óntos*, del griego = ser; *génesis*, del griego = origen, creación, generación, formación, desarrollo.

<sup>8</sup> Lama: Cieno oscuro que se deposita en el fondo de una corriente de agua o de un lugar en el que hay agua acumulada.

<sup>9</sup> (...) “un lazo del periespíritu liga el reencarnante al óvulo y, a partir de la fecundación, él recomienza la nueva existencia; del cigoto al feto, el ser parte de una única célula, hacia la extraordinaria complejidad multicelular del recién nacido, pasando en las primeras semanas, por todas las etapas principales que atravesó a lo largo de la filigénesis, repitiéndolas: ser unicelular, pez, anfibio, reptil, ave y finalmente, mamífero superior”. *Misioneros de la Luz y Entre la Tierra y el Cielo* de André Luiz, psicografiado por Fco. Cândido Xavier.

Estos procesos evolutivos citados por los diferentes autores antes mencionados y otros nos sería imposible de mencionar a todos, implican que tanto a nivel genético como espiritual pasamos por etapas de regresión a lo originario, o lo que sería lo mismo decir, “morir” para poder renacer a una conciencia más abierta y lúcida, ya que para vivir como seres más complejos, integrados y autónomos, necesitamos pasar por una fase regresiva donde rescatamos información originaria que nos permite recapitular y renacer con una conciencia más expansiva y por lo tanto más libre.

Y la pregunta surge, ¿no es la muerte más que un proceso natural de la pulsación de la vida?

La Dra. Kubler-Ros documenta en su libro “Sobre la muerte y los moribundos” como cada paciente que ha tratado, en el momento de preguntarle qué es lo que necesitaba para sentirse mejor en la situación de enfermo desahuciado, la respuesta fue invariable, “Espacio para poder expresar mi miedo, mi angustia, cerrar asuntos pendientes, saber que todo va a quedar en orden, que puedo marcharme porque he podido despedirme de todo cuanto ha formado mi vida”.



La enfermedad, la muerte, los accidentes, el sufrimiento en general, son señales que conllevan en sí un mensaje de cambio y apertura de conciencia. La muerte psicológica implica cambio y renovación si dejamos que ella se manifieste tal y como es en sí, sin prejuicios culturales que alimentan el auto-aniquilamiento y la propia destrucción, cuando en la misma naturaleza no hay nada que se destruya, sólo se transforma. “La energía ni se crea ni se destruye, sólo se transforma” decía Albert Einstein<sup>10</sup>. Y nosotros somos energía, más condensada, más sutil, quintaesenciada y densificada; todo ello siguiendo las leyes de afinidad y atracción. Puro Eros (Ley de atracción).

Si todo parece tan evidente, tan claro y lúcido en su manifestación, ¿porqué vivimos como si lo más importante fuera huir de todo proceso de renacimiento?, ¿porqué nos revelamos con tanta insistencia ante la muerte, siendo ésta la propia pulsación de vida? Las corazas sociales y culturales, nos impiden ver y sentir con claridad. De ahí la necesidad de cambio paradigmático: podemos vivir con una conciencia más ampliada y abierta la sacralidad de la Vida en mayúsculas.



---

<sup>10</sup> “Soy en verdad un viajero solitario – expresó Einstein en una ocasión-, y los ideales que han iluminado mi camino y han proporcionado una y otra vez nuevo valor para afrontar la vida han sido: la belleza, la bondad y la verdad”. – Extraído de: [http://www.astrocosmo.cl/biografi/b-a\\_einstein.htm](http://www.astrocosmo.cl/biografi/b-a_einstein.htm)

## La muerte en las civilizaciones antiguas.

A lo largo de las civilizaciones antiguas superiores, la muerte, el morir y el renacimiento han sido acontecimientos suficientemente importantes como para ser el centro de su cultura y arte. Todo o casi todo, giraba en torno a la vivencia de la muerte y el tránsito a la vida espiritual.

En Egipto, la preocupación de la vida después de la muerte fue fuente de inspiración de grandes pirámides, amplias necrópolis, magníficas tumbas y numerosas manifestaciones de arte. En la mesoamérica pre-hispánica de los mayas y de los aztecas, pirámides, templos e incluso recintos para jugar a pelota, eran escenarios de rituales en torno a la muerte. En Asia Menor, Creta, China, India y otras muchas zonas del mundo, hay testimonios en el arte y la arquitectura de la importancia que tenía la muerte y el morir.

También en las sociedades nativas los ritos y costumbres giraban en torno a los pasos de transición de la muerte al mundo del Más Allá donde sus antepasados o seres divinos les esperaban. El viaje era tratado con suma delicadeza y se dedicaban largas preparaciones, ceremonias y rituales para facilitar el tránsito y/o también para que una vez el espíritu estuviera desprendido de la materia, ya no volviera más. Algunos de los rituales chamánicos, han seguido pasando de generación en generación y todavía siguen vigentes en nuestros tiempos.

El viaje del mundo de los vivos al de los muertos, era documentado y explicado con detalle para que el “viajero” supiera a lo que se enfrentaba. En ocasiones, el viaje póstumo del alma se describe como un viaje a través de paisajes fantásticos parecidos a los terrenales, otras veces como un encuentro con divinidades o seres arquetípicos que son jueces de los actos y pensamientos cometidos en la vida, otras como la entrada a un



Códice Florentino, Mejico

recinto donde seres diabólicos o divinos te esperan para premiar o castigar el fruto de la vida terrenal. Ya sea el Cielo, el Paraíso, el Infierno o paraísos de ensueño, todas las culturas pre-industriales no dudaban de la existencia de un espacio espiritual o mundo de los antepasados donde la vida seguía existiendo y la muerte no

era una derrota definitiva y el fin de todas las cosas, sino una transición importante que debía ser experimentada, estudiada y cuidadosamente cartografiada para guiar a todos los moribundos.

El concepto que la conciencia, la vida o la existencia, prosigue después de la muerte biológica, tiene una variante especial que es la creencia en la reencarnación, que además de sobrevivir a la muerte individual, se regresa a la existencia material en un nuevo cuerpo. En creencias antiguas como el jainismo<sup>11</sup>, el hinduismo y el budismo

<sup>11</sup> **Jainismo:** Religión de la India que tuvo su origen en la predicación de Vardhamana (siglo VI antes de Cristo); se caracteriza por rechazar el origen divino y la autoridad de los Vedas (libro sagrado de los hindúes), por venerar a algunos antiguos predicadores y por aspirar a que el alma se libere de su cárcel corpórea: *el jainismo es el antecedente del budismo.*

consideran que la reencarnación individual está determinada por los méritos de la persona y las deudas de las vidas anteriores, pudiendo retornar incluso como un animal.

En Espiritismo, sabemos que el objetivo de la reencarnación es “Expiación, mejoramiento de la humanidad. [...] Con cada nueva existencia el Espíritu da un paso más por la senda del progreso. Cuando se ha despojado de todas sus impurezas ya no tiene necesidad de las pruebas de la vida corporal”.<sup>12</sup> Lo que no constituye una creencia sino una realidad refutada por la ciencia al estudiar los fenómenos mediúnicos, los estados alterados de conciencia y las experiencias cercanas a la muerte (ECM), así como multitud de regresiones espontáneas a vidas pasadas que han sido documentadas y comprobadas.

Aún así, el libre albedrío es una característica que nos diferencia de los animales irracionales con lo que “Los Espíritus pueden permanecer estacionarios, pero no retroceden [...] La inteligencia no se pierde, aunque acaso no posea los medios de manifestarla”. El estudio del periespíritu así como los mecanismos de la mediumnidad y las leyes morales que rigen el universo, nos encaminan hacia la afirmación que no podemos reencarnar como animales<sup>13</sup> porque ya tenemos la condición humana<sup>14</sup> (principio espiritual individualizado) y aunque nuestro grado de evolución espiritual se pueda manifestar periespiritualmente como un animal o forma animalizada, esto no es más que el fruto de las ideoplastías que quedan reflejadas en nuestro periespíritu<sup>15</sup> o cuerpo espiritual, como síntoma de nuestra condición evolutiva.

Los moribundos de las civilizaciones pre-industriales estaban familiarizados con las cartografías escatológicas<sup>16,17</sup> por mapas y guías que describían con detalles las diferentes experiencias con que podían encontrarse después de la muerte biológica y su viaje póstumo, así como toda serie de rituales, cánticos, rezos, sacrificios y ceremonias que les ayudaran a trascender el plano físico para renacer a la vida espiritual y, en ocasiones, prepararse para la nueva encarnación si no se había logrado la liberación de las culpas, faltas o ataduras materiales.

Los textos sagrados más conocidos son:

- *El libro egipcio de los muertos (Pert Em Hru) o manifestación de la luz* (como sería su traducción correcta). Es una amplia y heterogénea colección de textos, en los que se incluyen conjuros y encantamientos, oraciones, himnos, fórmulas mágicas e instrucciones para la momificación y otros procedimientos para con los difuntos. Cubren un período de unos cinco mil años. Se escribían para reyes y faraones y se grababan en las paredes de algunas de las pirámides relacionadas con el Dios Sol Ra.



Balanza de Osiris.

En la tradición mística egipcia, la experiencia de la muerte y del renacimiento no estaba necesariamente vinculada al tiempo de la muerte biológica. En los

<sup>12</sup> El Libro de los Espíritus, preguntas 167, 168, 178ª y 180.

<sup>13</sup> El Libro de los Espíritus, pregunta 612, 613 y explicación de Allan Kardec.

<sup>14</sup> El Libro de los Espíritus, Capítulo XI. Los animales y el hombre, Metempsychosis.

<sup>15</sup> También llamado Modelo Organizador Biológico según término acuñado por Hernani Guimeraes Andrade

<sup>16</sup> Escatológico: Pertenece o relativo a las postrimerías de ultratumba.

<sup>17</sup> Molinero Polo, Miguel Angel. En: Realidad y Mito, Madrid, Ediciones clásicas, 1997, capítulo 9, páginas 173-201

misterios sagrados del templo de Isis y Osiris, los iniciados podían enfrentarse a la muerte antes de que la vejez o la enfermedad les llegaran. Al someterse voluntariamente al proceso de muerte y renacimiento espiritual, podían conquistar la muerte y descubrir su propia inmortalidad. Esta vivencia no sólo ayudaba a superar el miedo a morir sino que transformaba profundamente su modo de estar en el mundo. Los antiguos egipcios veían hondos paralelismos entre las aventuras del Dios Sol en su viaje diurno-nocturno, los estados relacionados con la muerte biológica y las experiencias de los iniciados en los misterios sagrados.

- *El libro tibetano de los muertos o Bardo Thödol* Es un texto funerario del siglo VIII d.C. que se utilizaba como manual de ayuda a los moribundos y los muertos para reconocer, bajo la asistencia de un lama preparado, las diferentes fases del estado intermedio entre la muerte y el próximo renacimiento, y alcanzar la liberación de la reencarnación.

Sus enseñanzas dicen que la muerte y el renacimiento no sólo suceden en el momento de la desaparición biológica y el siguiente inicio de otra vida, sino en cualquier momento de nuestra existencia. Tiene una serie de instrucciones para diferentes formas de liberación.

- *El libro de la muerte nagual (azteca) o Codex Borgiam*. Constituye la historia de la penitencia, muerte y viaje dramático de la deidad Quetzalcoatl a través del Submundo o Tierra de los muertos y su transformación. Un dios puro que sucumbe y debe redimirse, como claro ejemplo del motivo perenne de las grandes religiones: encarnación del principio espiritual puro en materia tosca y su agonizante redención de la materia por el espíritu.
- *El libro maya de los muertos*. Esta hecho con los denominados “códices”, pergaminos hechos con corteza en forma de acordeón con ricas ilustraciones. Posteriormente se decoraban vasijas y hay una gran riqueza de dibujos que muestran ceremonias funerarias, cacerías, juicios, guerras, sacrificios y demás rituales y formas de su cultura que servían para guiar a sus muertos por el viaje del alma.
- *Ars moriendi o el Arte de morir*. En Europa (sobre todo Austria, Alemania, Francia e Italia) el arte y la literatura asociados y relacionados con la vivencia de la muerte y el morir, también tubo su representación hacia finales de la Edad Media. Estos textos surgieron a raíz de que la muerte siempre estaba presente en la vida cotidiana de entonces, ya fuera por pestes<sup>18</sup>, guerras, enfermedades contagiosas, ejecuciones<sup>19</sup>, etc.

El mensaje de *Ars moriendi* no se limitaba a los enfermos, ancianos o moribundos preocupados por la aniquilación biológica. También estaba encaminado a la liberación de todo lo mundano y perecedero que nos impide vivir la realidad espiritual. Consta de dos categorías que serían: la primera *Ars vivendi* o Arte

<sup>18</sup> Cuando irrumpía la plaga de la peste, un cuarto, tercio o incluso la mitad de la población podía quedar exterminada.

<sup>19</sup> Según estimaciones aproximadas, sólo el número de personas quemadas por herejes, brujería y satanistas, así como los asesinados por la Santa Inquisición, superó los tres millones de personas entre los siglos XIV hasta XVI).

correcto de vivir, donde se centra más en estrategias, o practicas que conducen hacia el desprendimiento de la materia para liberarse del cuerpo y adentrarse en los caminos oscuros de la muerte que conducen a un renacimiento y revaloración de la vida cotidiana. La segunda categoría es *Ars moriendi* que acentúa la importancia del trato a los moribundos y el apoyo emocional y espiritual para ellos en sus días finales, así como en experiencias de muerte y morir.

Todos estos textos sagrados, servían de manual y guía para viajar por el mundo extracorpóreo pero también, y en algunos casos sólo a los iniciados, para la práctica espiritual y para la autoexploración íntima, de manera de poder llegar a la muerte biológica equipado con un completo conocimiento de creencias y vivencias espirituales y filosóficas que trascendieran la muerte.

El entrenamiento al que eran sometidos los iniciados, o discípulos pasaba por variedad de rituales y técnicas que les llevaran a acceder a estados alterados de conciencia, donde podían liberarse momentáneamente del cuerpo denso de la materia y acceder al mundo del espíritu para aprender a familiarizarse y expandir su conciencia. Por ejemplo, entre los monjes medievales se les pedía que visualizaran su propia muerte con el objetivo de identificarse con su cuerpo mientras se pudrían hasta llegar al polvo. Esta práctica como otras, se utilizaban como ejercicios encaminados a centrar la atención en las realidades trascendentales y no encallarse en los placeres mundanos puesto que son pasajeros.

En la cultura nativas han existido y siguen haciéndose unas ceremonias llamadas *ritos de paso* que tienen como objetivo principal redefinir, transformar y consagrar a individuos, grupos e incluso culturas enteras. Coinciden con frecuencia con momentos de transición fisiológica como la pubertad, el parto, el matrimonio, la circuncisión, la menopausia, la muerte. También suelen hacerse para la iniciación al estatus de guerrero, festivales de cambio de estación, etc.

Sus ceremonias suelen estar muy vinculadas con el tránsito de la muerte y el renacimiento ya que cada etapa que abandonan, es un morir para renacer en la siguiente fase de la vida. La comunidad acompaña el viaje con cánticos, bailes, músicas y demás técnicas de trance. Algunos científicos e investigadores de la conciencia afirman que el aumento de la expresión sexual, la delincuencia y el abuso de alcohol y narcóticos entre los adolescentes en los países industrializados, podría remediarse mediante ritos de paso significativos para acompañar a los grupos de edades en concreto.

Grof dice: "*La conciencia de la muerte es el inicio de la sabiduría; introduce en la vida humana una vigilancia constante y una tendencia a evitar el comportamiento dañino*". Tomar conciencia de la propia muerte era valorado como un requisito necesario para trascender el cuerpo y abrirse a la espiritualidad.



## Evidencia científica de la realidad espiritual

Un examen detenido de las creencias de las culturas pre-industriales, nos muestra la evidencia de que más que supersticiones infantiles producto del miedo o del autoengaño ilusorio, las percepciones extrasensoriales son realidades que la investigación moderna de la conciencia testimonia y documenta con exhaustividad.

Y no es que la ciencia moderna sea superior a la “superstición” primitiva o viceversa. La diferencia entre estas dos realidades perceptivas de la Vida radica en que permanecen separadas por ignorancia ya que ambas se complementan cuando se estudia los estados alterados de conciencia. La magia deja de ser mágica y la ciencia mecanicista deja de ser todopoderosa porque se funden en un mismo universo, así como el cuerpo con el alma, lo femenino con lo masculino, el hemisferio derecho con el izquierdo, el ying y el yang, la creencia con la realidad, la luz y la oscuridad,... . Todo son manifestaciones de una única verdad llamada Unidad, Dios, Gran Arquitecto, Observador, o tantos otros nombres que se le ha dado.

La práctica sistemática de distintas metodologías y técnicas que conducen a estados alterados de conciencia, llevan inexorablemente a una comprensión totalitaria de la naturaleza de la realidad y de las relaciones entre la materia y la conciencia.

Las culturas antiguas y pre-industriales tenían en gran estima a los estados alterados de conciencia y dedicaban mucho tiempo y energía a desarrollar técnicas seguras y eficaces para producirlos con la finalidad de conducir sus vidas con rectitud y en armonía con las Leyes de la Naturaleza. También servían para diagnosticar enfermedades y curarlas, para cultivar la intuición que les llevara a encontrar la caza o personas o agua, así como fuente de inspiración artística.

En la época moderna, cualquier cosa asociada con dichos estados, ha sido contemplada como una patología o como legado de la mente infantil y primaria de épocas primitivas ya superadas. Incluso las experiencias visionarias de los grandes Maestros de la humanidad, Jesús, Buda Gautama, Mahoma, Ramakrishna y otros, son tratados como enfermos mentales, sin distinguir entre experiencia mística o espiritual de una experiencia psicótica. Hay numerosos artículos y libros que divagan entre posibles distintos diagnósticos clínicos para muchos de los grandes personajes de la historia espiritual. Por ejemplo: San Juan de la Cruz ha sido etiquetado de “degenerado hereditario”, Santa Teresa de Ávila de “Psicótica histérica grave” y las experiencias místicas de Mahoma como producto de crisis epilépticas.

El estudio profundo y serio de los estados alterados de conciencia, la pulsación entre conciencia y regresión, proporciona una ruptura de los supuestos básicos de la ciencia mecanicista y la lleva a evidenciar que la vivencia bioespiritual es tan necesaria como el aire a los pulmones, ya que cada uno de nosotros puede reflejar las propiedades de un campo de conciencia que trasciende el espacio, el tiempo y la causalidad lineal. La fórmula científica resultante de esta nueva realidad es sin duda la paradoja de onda-partícula de la física cuántica (tiempo o atemporalidad, espacio o infinito). La muerte física se presenta entonces como el final de uno de nuestros aspectos, (onda-partícula) lo cual nos dimensiona hacia una realidad mucho más amplia, completa y veraz que la visión parcial que nos presenta la tradicional ciencia académica.

Los Espíritus nos aleccionan en La Génesis, cap XVI. Teoría de la Presciencia: “[...] *Supongamos a un hombre apostado en la cima de una elevada montaña, observando la vasta planicie que se extiende a sus pies. En esa ubicación, un kilómetro significa poca cosa,*

pues con facilidad podrá abarcar con una sola mirada todos los accidentes del terreno, desde el comienzo hasta el final de la ruta. El viajero que recorre ese camino por primera vez, sabe que caminando llegará a destino: lo que constituye una simple previsión como consecuencia de su marcha; pero los accidentes del terreno, las subidas y bajadas, los ríos que deberá cruzar, los bosques que ha de atravesar, los precipicios en que pueda caer, los ladrones acechando su paso, las casas hospitalarias que puedan darle asilo, todo esto y muchas otras cosas más son independientes de la persona del viajero: conforman para él lo desconocido, el porvenir, porque su visión no se extiende más allá del pequeño círculo que lo rodea. En cuanto a la duración, la mide por el tiempo que pone en recorrer el camino; quitadle los puntos de referencia y ya no podrá apreciarla cabalmente. Respecto al hombre que ocupa la cima de la montaña y que sigue con la vista al viajero, para él todo es presente. [...]” – Este texto salió a la luz en enero de 1868 en las librerías de París y sigue vigente en nuestros días como teoría de la física de las probabilidades.

Muchas de las investigaciones que se llevaron a cabo a finales del siglo XIX y principios del XX a cerca de la muerte y el morir, estaban encaminadas exclusivamente al interés



por los fenómenos que sugerían la posibilidad de la supervivencia de la conciencia después de la muerte. La mayoría de los estudios no se interesaban por las experiencias y el comportamiento de los moribundos en sí mismo, sino por los fenómenos físicos o las experiencias visionarias y extrasensoriales que coincidían con las muertes de algunas personas o de individuos relacionados con el moribundo. Así pues hay una amplia bibliografía muy documentada sobre las visiones de los moribundos y fenómenos asociados a su muerte

(Bozzano, 1948; Sidgewick, 1894; Barret, 1926; Hart, 1959; y otros muchos).

En todos los estudios efectuados se demuestra que:

- un alto porcentaje de los moribundos estudiados estaban concientes en los momentos previos a su muerte gozando de plenas facultades mentales;
- mostraban signos de euforia y visiones de reencuentros con familiares muertos con anterioridad;
- tenían visiones que representaban paisajes maravillosos de naturaleza espléndida que les proporcionaba gran paz y confort;
- las raíces de estas experiencias premuerte, no diferenciaba entre sexos, diagnóstico clínico y tipo de enfermedad, ni tampoco del nivel educativo y creencia religiosa.

En la actualidad siguen habiendo muchos libros dedicados a la comprobación de la supervivencia después de la muerte, incluso a las experiencias cercanas a la muerte (ECM) donde el moribundo vuelve a la vida tras una vivencia espiritual que le transforma su percepción del mundo y su estado en él. Sabemos de las manipulaciones que ha sufrido la información de nuestra historia cuando se pregonaba la doctrina de la reencarnación como una realidad ineludible<sup>20</sup>. Colin Wilson afirma que “el amplio volumen de evidencias de la supervivencia después de la muerte es tan inmenso que

<sup>20</sup> Orígenes (186-253 d.C.) uno de los grandes Padres de la Iglesia de todos los tiempos, fue el más famoso pensador cristiano que especuló sobre la pre-existencia de almas y ciclos del mundo. En sus escritos, concretamente en su libro *De Principiis*, Orígenes afirmó que ciertos pasajes de las escrituras sólo podían explicarse en términos de reencarnación. Sus enseñanzas fueron condenadas por el Segundo Concilio de Constantinopla, convocado por el Emperador Justiniano en el 553 d.C., y se convirtió en una doctrina herética.

*ignorarlo sería como estar al pie del Monte Everest e insistir en que no se puede ver la montaña”.*

La evidencia de la supervivencia del alma después de la muerte y la reencarnación es de suma importancia porque proporciona una visión mucho más responsable al ser. Pero el objetivo de este trabajo no es confirmar lo que ya sabemos, sino hacer hincapié en la vivencia de la muerte como proceso bio-psico-espiritual de transformación, ya que no podemos separar cuerpo y alma.



## Crisis espirituales: vivencia de morir y renacer

François Mitterrand dice: “[...] la relación con la muerte no ha sido nunca tan pobre como en estos tiempos de sequedad espiritual en que los hombres, con tanta prisa por existir, parecen eludir el misterio. Ignoran que, con esta actitud, agotan una fuente esencial de donde brota el gusto por vivir”<sup>21</sup> y sigue diciendo: “la muerte puede hacer que una persona sea lo que estaba destinada a ser; es quizás, en pleno sentido de la palabra, un cumplimiento”.

A lo largo de nuestra existencia corporal, en la vida física, pasamos por momentos, situaciones, vivencias en las que necesitamos un apoyo incondicional que vaya más allá de una atención hospitalaria. Necesitamos amor, miradas, caricias que nos devuelvan a una realidad que quizás algún día perdimos. Estos momentos son los llamados “crisis espirituales” donde el individuo se encuentra a sí mismo perdido y sin rumbo. Sus valores ya no son válidos y necesita encontrar una nueva forma de enfrentar la vida. Su vivencia de la realidad, le abruma. Ha dejado de tener sentido.

Nadie está libre de deudas kármicas, dolores del alma, tristezas, soledades, angustias que golpean el ser con desamor, amargura, rebelión, ... desembocando en conflictos internos que pueden desencadenar en dependencias emocionales, adicciones, hábitos insanos,... enfermedad al fin y al cabo. En esos momentos que se presentan como emergencias espirituales, el encuentro con la muerte, la fusión con la totalidad, nos puede situar en la realidad verdadera y no la que es fruto de nuestras fantasías e imaginación.

La muerte de un familiar o amigo, el diagnóstico de una enfermedad mortal, nos hace recapitular la vida e intentar sanar todo aquello que ha quedado pendiente provocando separación y dolor. La vivencia de la muerte del Yo egocéntrico que nos impide ver la sencillez de la Vida es el camino que nos propone Jesús cuando dice: “Dejad que los niños vengan a mí”, porque ¿Qué hay más inocente que un niño entregado al cuidado de sus progenitores?, ¿qué hay más limpio que la mirada de un niño todavía libre de prejuicios?.

Ésta es la muerte que propone el Espiritismo y el renacimiento que pregona con sus máximas evangélicas. Nada de ello es fruto de la buena voluntad solamente, no basta ser buenas personas. Hay que ser conscientes de nuestros pensamientos y actos, porque sólo la conciencia despierta puede entender nuestro mundo sin juzgarlo. Todo lo que en él ocurre es fruto de la división, de la dualidad en la que vivimos. Una visión trascendente de la vida nos llevará a entender que la muerte también forma parte de la experiencia de la vida y debemos vivir con su presencia, marcándonos la pauta de la realidad en la que vivimos.



Sin un desprendimiento del ego no podemos trascender la dualidad. Dios no nos quiere perfectos, nos ama perfectibles porque ese es el camino que nos lleva a Él. Una vivencia sagrada de la vida nos puede dar la dimensión real de cómo estamos viviendo. No se trata de vivir en la beatitud y la contemplación. No es ese el mensaje de la divinidad.

<sup>21</sup> Hennezel, Marie de. En: La muerte íntima.

Somos seres reencarnados y la divinidad está patente en nuestro cuerpo, en sus redes neuronales, en sus sistemas y órganos. Nuestro cuerpo es la fuente de la vida de la que hay que beber, la herramienta imprescindible para comprender aún más la magnificencia divina. Cuerpo y alma, uno solo. Vivir esa dualidad sin santificarla es negar nuestra condición humana.

Acudimos a las palabras del Maestro nazareno que dicen en el pasaje de Mateo, 23: 13 a 36, “[...] ¡Ay de vosotros, escribas y fariseos, hipócritas! Porque sois semejantes a sepulcros blanqueados, que por fuera, a la verdad, se muestran hermosos, mas por dentro están llenos de huesos muertos y de toda inmundicia [...]”. ¿Será que nos habla a nosotros?

Acudir al centro espirita, mantener una vida más o menos saludable, hacer oraciones, procurar hacer el bien, no es suficiente sino sabemos porqué lo hacemos, con qué conciencia lo hacemos, qué ejemplo estamos dando con nuestros pensamientos y actos. ¿Seguimos evolucionando o nos hemos encasillado en la comodidad de lo conocido? ¿Ya nos va bien tal y cómo estamos? ¿Andamos por el camino o miramos a los que andan?

El despertar de la conciencia de la humanidad ha llegado; la evidencia está en la propia vida. No podemos escudarnos en la ignorancia porque ella no es más que el disfraz de la rebeldía y del orgullo que no nos permiten ser sencillos y humildes como propone Jesús en sus enseñanzas.

Marie de Hennizel nos dice en su libro *La muerte íntima*: [...] *He visto pasar muchos seres afectados físicamente y enfrentados a la inminencia más o menos reconocida, más o menos consentida, de su propio fin. Cuerpos mancillados, rostros grises, amarillos, caras tumefactas, detrás de las cuales he encontrado personas que llevaban una historia a menudo dolorosa, hecha de amor y miseria, de impulsos a menudos no cumplidos... vivos, sedientos de amor y ansiosos de no irse sin haberse reconciliado con la verdad de sus sentimientos”.*

¿Esperaremos a reconciliarnos con nuestra verdad en el lecho de la muerte o lo haremos cada día de nuestra vida para que no nos cojan desprevenidos?. El Espiritismo, así como otras corrientes bioespiritualistas, nos insta a este despertar, a este renacimiento constante, eterno, infinito, atemporal. No posterguemos el momento para después, porque la vivencia del Ahora y Aquí nos hace libres.

.....

*Teresa Vázquez*

Castellar del Vallés (Barcelona, 2006)