

MONTSE ESQUERDA

HABLAR  
DE LA  
MUERTE  
PARA  
VIVIR Y  
MORIR  
MEJOR



*Cómo evitar  
dolor y sufrimiento  
añadido al fin l  
de la vida*

# **Hablar de la muerte para vivir y morir mejor**

Cómo evitar dolor y sufrimiento  
añadido al final de la vida

**MONTSE ESQUERDA**



© Montserrat Esquerda, 2022

© Centro de Libros PAF, SLU., 2022

Alenta es un sello editorial de Centro de Libros PAF, SLU.

Av. Diagonal, 662-664

08034 Barcelona

[www.planetadelibros.com](http://www.planetadelibros.com)

ISBN: 978-84-1344-149-8

Depósito legal: B. 2.586-2022

Primera edición: abril de 2022

Preimpresión: Realización Planeta

Impreso por Blackprint

Impreso en España - *Printed in Spain*

El papel utilizado para la impresión de este libro está calificado como papel ecológico y procede de bosques gestionados de manera sostenible.

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea este electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal).

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web [www.conlicencia.com](http://www.conlicencia.com) o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

## Sumario

---

Introducción . . . . .	9
1. La muerte natural . . . . .	13
2. La muerte «desculturizada» . . . . .	29
3. Hablar de la muerte ayuda a vivir mejor . . . . .	45
4. Hablar de la muerte para morir mejor: conversaciones difíciles . . . . .	67
5. Morir en paz: un objetivo y una prioridad en medicina	87
6. Decisiones difíciles cuando se acerca el final . . . . .	105
7. El dolor del duelo . . . . .	123
8. Acompañar el duelo de los niños . . . . .	143
9. Profesionales preparados para acompañar a morir	161
Epílogo. Y llegó una pandemia: morir en tiempos de la COVID-19. ¿Qué hemos aprendido? . . . . .	183
Agradecimientos . . . . .	191
Bibliografía . . . . .	193

# 1

---

## La muerte natural

Todo tiene su momento oportuno; hay un tiempo para todo lo que se hace bajo el cielo: un tiempo para nacer, y un tiempo para morir; un tiempo para plantar, y un tiempo para cosechar; un tiempo para matar, y un tiempo para sanar; un tiempo para destruir, y un tiempo para construir; un tiempo para llorar, y un tiempo para reír.

*Eclesiastés, 3*

*Aria de la Suite n.º 3, J. S. BACH*

### **La muerte camina con la humanidad, o la humanidad camina con la muerte**

La historia de la humanidad camina junto a la conciencia de la finitud. Cada época, hasta llegar a la sociedad actual, ha intentado representar la muerte y lidiar con ella, y ha buscado símbolos y rituales para entender y acceder al caos. Diferentes sociedades han aprendido a convivir con la muerte, incorporándola a la cotidianidad y construyendo una relación entre el morir y el sentido de la vida, buscando la forma de recordar a sus muertos.

En cierta manera, la muerte tenía su momento y su tiempo dentro de un ritmo natural, cercano a los ritmos de la naturaleza, como se describe en el fragmento del Eclesiastés: «un tiempo de vivir y un tiempo de morir [...] un tiempo de llorar, y un tiempo de reír».

Tal vez nunca sepamos en qué momento las personas fueron conscientes de su condición finita, cuándo entendieron que eran mortales, cómo veían el acercamiento al final de la vida o qué consideración tenían por los cadáveres... Probablemente no fue un instante exacto, sino que esa conciencia fue adquiriéndose a lo largo de muchos años, siglos, o quizá en un corto periodo de tiempo, coincidiendo con alguna aceleración evolutiva. Es probable que nunca lo sepamos. Sólo tenemos vestigios que nos permiten intuir historias, ceremonias o rituales, pero los vemos de reojo e intentamos interpretar cómo eran.

En todo caso, se cree que hay cierta relación entre el avance de la conciencia de la muerte y el desarrollo del lenguaje, de la cognición o del arte. Puestos a imaginar, podríamos pensar que esa conciencia de la muerte emerge con la capacidad de imaginar y trascender, o incluso con la de explicarnos historias.

Tiempos oscuros y fríos implicaron horas y horas sentados frente al fuego, apiñados, piel con piel. Junto a esa imagen aparece una similar: la narración, los cuentos y las historias. Aunque no quedan vestigios arqueológicos de las palabras habladas, podemos imaginar ese nacimiento de la humanidad o de la conciencia de la muerte gracias a las narraciones que explicaban este fenómeno.

Jonathan Gottschall, profesor del Washington & Jefferson College, defiende la idea de que lo que nos hace humanos es nuestra capacidad de «narrar» el mundo, es decir, de crear historias. En su libro,<sup>1</sup> explica que lo que nos diferen-

1. Gottschall, J., *The Storytelling Animal. How Stories Make Us Human*, Houghton Mifflin Harcourt, Boston, 2012.

cia de los animales no es sólo la inteligencia o el sofisticado lenguaje, sino la capacidad para producir relatos, pues en el fondo somos «hacedores de historias». Aún hoy seguimos explicando el mundo a través de cuentos modernos, nos contamos las creencias, la ciencia, el arte y la vida y la muerte con historias. Con el tiempo, las narraciones pasaron de ser habladas a escribirse y visualizarse, en forma de teatro primero y de películas o series después.

Las historias «nos cuentan» la vida y la muerte, el sentido, y nos ayudan no sólo a entender el futuro, sino también a anticiparlo. Las narraciones crean unidad emocional y cognitiva, nos unen como grupo. Gottschall afirma que nos ayudan a sincronizar lo que se piensa, lo que se siente, e incluso a sintonizar el ritmo cardíaco, la respiración o la risa.<sup>2</sup> De esta manera crean cultura, refuerzan los valores comunes y nos acercamos a todo lo que no podemos entender.

Por ello, probablemente las narraciones acompañaron ese despertar a la muerte. Las palabras desaparecen y no nos quedan vestigios de ellas, pero las podemos recrear con algunos de los indicios de la «humanidad» de los que sí dejan restos, como los ritos funerarios y los entierros.

Aunque cueste inferir cómo podían entender y explicar la muerte los primeros *Homo sapiens*, sabemos que celebraban rituales por la posición en que se han encontrado sus restos, los objetos que acompañan a los cadáveres —collares o conchas— y los lugares especiales donde los han hallado. Todo ello nos hace pensar que había una narrativa significativa detrás. En algunos esqueletos se han localizado restos de polen que nos hacen presuponer que los cuerpos se rodeaban de flores. Cómo nos gustaría escuchar la historia que hay detrás...

Sigue siendo tema de discusión si los neandertales, la es-

2. *Ibidem*.

pecie más prima cercana a nosotros, realizaba rituales funerarios. Es un debate que, aunque parezca trivial, tiene un núcleo imprescindible a la hora de explicar la «humaneidad» de nuestros familiares.

En 1908, en una pequeña cueva de La Chapelle-aux-Saints, cerca de Brive-la-Gaillarde, los hermanos Bouyssonie, curas católicos hijos del farmacéutico del pueblo, hallaron un esqueleto en posición fetal y con armas alrededor. Eran arqueólogos aficionados, pero algunos rasgos les llamaron la atención y pidieron ayuda a reputados expertos parisinos. Determinaron que se trataba de un neandertal, al que llamaron «El Viejo» y postularon que había recibido un entierro con rituales funerarios. Es uno de los primeros hallazgos que desató la «neandertalmanía».

Aparte de la polémica, digna de su época, que suscitó que dos sacerdotes católicos defendieran la teoría de la evolución darwiniana, la controversia que aún acompaña el hallazgo es si los neandertales realizaron ritos funerarios, pero las últimas evidencias parecen indicar que sí.

Esa especial disposición de los muertos, las conchas, las flores y los entierros en lugares especiales nos pueden hacer intuir cuándo emergieron en la humanidad otras características muy propias de ella, como serían el cuidado de los que están cerca de la muerte, la enfermedad o la vejez.

Una anécdota, atribuida a Margaret Mead, relacionaba no sólo la existencia de ritos funerarios sino también la propia existencia de cuidados como el inicio de la humanidad:

Hace años, un estudiante le preguntó a la antropóloga Margaret Mead cuál consideraba que era el primer signo de civilización en una cultura. El estudiante esperaba que Mead hablara sobre anzuelos o vasijas de barro, herramientas como piedras para moler. Pero no. Mead dijo que el primer signo de civilización en una cultura antigua era un fémur que se había roto y

luego sanado. Mead explicó que, en el reino animal, si te rompes la pierna, mueres. No se puede huir del peligro, llegar al río para beber o buscar comida. Ningún animal sobrevive a una pierna rota el tiempo suficiente para que el hueso sane. Un fémur roto que ha sanado es evidencia de que alguien se ha tomado el tiempo para quedarse con el que se cayó, ha vendado la herida, ha llevado a la persona a un lugar seguro y ha atendido a la persona durante su recuperación. Ayudar a alguien más a superar las dificultades es donde comienza la civilización, dijo Mead.<sup>3</sup>

No sabemos con certeza si el texto corresponde a Mead, pero la cita Ira Byock en uno de sus libros. Más adelante volveremos a hablar sobre este médico paliativista. De hecho, nos gustaría atribuirle a ella, una antropóloga de referencia. En cualquier caso, recoge una idea muy concreta: la eclosión de la conciencia de finitud relacionada con la compasión, el cuidado o el compromiso con nuestros semejantes en la enfermedad, en el final de la vida y hasta el último momento.

Desde los albores de la humanidad, ése ha sido el signo distintivo, no sólo de la conciencia de la muerte, sino asociada al cuidado y a la compasión, acompañada de narraciones, símbolos y rituales.

## La muerte que se vive con otros

Desde esos albores de los tiempos, la muerte ha acompañado a la humanidad, pero este caminar juntos es de una forma determinada, con un componente social y cultural.

3. Byock, I., *The Four Things That Matter Most. A Book About Living*, Simon & Schuster, Nueva York, 2004. Versión española de Alicia Sánchez, Decir lo que importa, Urano, Barcelona, 2005.

Por tanto, desde los rituales más primitivos, las sociedades han ido modulando la relación de las personas con el morir. Cómo una persona en particular, y de forma individual, afronta la muerte está muy relacionado con cómo la entiende y la configura la sociedad a la que pertenece. Las personas pensamos y desarrollamos el modelo para entendernos a nosotras mismas, a los demás y al mundo en un marco determinado que es la cultura en la que nacemos y crecemos.

Una cultura es un conjunto rico y complejo que comprende miles de caracteres distintivos, e incluye múltiples referencias simbólicas o relacionales: nos da una gramática para leer, interpretar y narrar el mundo. Todas estas referencias, según nuestra cultura, adquieren significado y modulan nuestros pensamientos, creencias, valores o costumbres. En definitiva, nuestra identidad.

Y lo hacen como si fueran unas matrioskas, esas muñecas rusas que van encajando una dentro de la otra, de la mayor a la menor. La persona sería como la matrioska diminuta, con una forma y un tamaño que se ajusta a la muñeca siguiente, nuestra familia, y ésta a la siguiente, nuestro entorno inmediato, y así de forma sucesiva hasta la muñeca grande, el contexto sociocultural, que las envuelve y las acoge a todas, a veces sin darnos cuenta. En ese molde, vemos el entendemos el mundo, se genera nuestra identidad. Quizá de adultos podamos traspasarlo, pero ésa es otra historia.

Eric Cassell, uno de los médicos pioneros en abordar el sufrimiento en el final de la vida, lo expresaba así: «Tal como una persona es parte de una cultura y de una sociedad, estos elementos forman parte constitutiva de la persona».<sup>4</sup> Es decir, forman parte de nuestra identidad.

4. Cassell, E., «The Nature of Suffering and the Goals of Medicine», *New England Journal of Medicine*, n.º 306, 1982, pp. 639-645.

El concepto de muerte se genera en ese espacio, en esa matriz cultural, y comprende un conjunto enorme de conocimientos, metáforas, actitudes, símbolos, referencias o rituales relacionados con la muerte.

Por ello, de entrada, la muerte es social, no sólo individual, y requiere una sociedad capaz de incorporarla. En el fondo, la pregunta por la muerte y el morir es la pregunta por la vida, por su sentido y significado, pero también por el dolor y el sufrimiento.

Uno de los autores que mejor ha estudiado la historia de la muerte es Philippe Ariès, un erudito francés que se autodenominaba «historiador de domingo». Básicamente se dedicó a biografiar a fondo dos ámbitos muy diferenciados: la infancia y la muerte. Por una parte, intentó describir la evolución de la consideración social y familiar de los niños, y, por otra, sin continuidad con la anterior, la historia —diríamos biográfica— de la muerte en Occidente.

Y aquí nos detendremos. Desde la Edad Media hasta la actualidad, Ariès describe la evolución de la relación de la sociedad con el morir mediante elementos no sólo históricos, sino también desde la antropología, la filosofía, la religión o la política.

En su *Historia de la muerte en Occidente*<sup>5</sup> contraponen dos épocas bien diferenciadas a la hora de abordar la muerte:

De la Edad Media al siglo pasado. Describe una muerte cercana y familiar, dolorosa y temida, pero conocida por todos. La llama la muerte «domada», pues para él la muerte se doma ritualizándola. Me gusta referirme a ella no sólo como muerte domada, domesticada, sino también como doméstica.

5. Ariès, P., *Historia de la muerte en Occidente*, Acantilado, Madrid, 2000.

Esta muerte era conocida por todos. Solía producirse de forma rápida, dentro del entorno familiar y con personas jóvenes o niños. A menudo se avisaba antes al sacerdote que al médico, y estaba rodeada por una serie de rituales, tanto religiosos como sociales, que marcaban la pauta y la cadencia.

Ariès describe que, desde Homero hasta Tolstói, hay un patrón que se repite, a pesar de los elementos particulares o específicos de cada zona o época. Esa actitud la describe utilizando las palabras del escritor ruso Alexandr Solzhenitsyn, de su novela *Pabellón de cáncer*: es la actitud hacia la muerte que, durante «siglos o milenios», ha acompañado a la sociedad:

[...] sin fanfarronadas, sin aspavientos, sin presumir de que no iban a morir; todos admitían la muerte apaciblemente. No sólo no retrasaban el momento de rendir cuentas, sino que se preparaban para ello tranquilamente y con antelación, designaban quién se quedaría con la yegua, quién con el potro... Y se extinguían con una especie de alivio, como si sólo tuvieran que cambiar de isba.

Sin aspavientos y sin fanfarronadas. Con simplicidad.

Durante siglos o milenios, ésa ha sido la relación de diferentes sociedades ante la muerte. Ariès la estudia desde la Edad Media, época de guerras y guerrillas, hambrunas, pestes y miseria. Analiza muchos elementos que configuran esta cultura: los cementerios, los nichos, las prácticas funerarias, el culto o el duelo. Además, lee y transcribe canciones populares, testamentos, poemas o escritos particulares.

De ello concluye que la muerte se asumía como parte natural de la vida, más con aceptación ingenua que con resignación, sin tragedia ni drama, con una esperanza de vida de poco más de treinta años. Se aprendía a convivir con el morir.

Como ideal de una buena muerte pone como ejemplo la narrada en *El cantar de Roldán*, un poema de inicios del siglo XII. Se inicia con Roldán haciendo una evocación de los momentos bellos que le han tocado vivir, una vida plena y llena de sentido. Después, los acompañantes y numerosos asistentes se acercan y le piden perdón. Al final, Roldán, habiéndose reconciliado con el pasado y el presente de este mundo, orienta su atención hacia Dios, se reconcilia y entrega su alma.

Todo se cumple como debía.

Comenta Ariès que «la sencillez familiar es uno de los dos caracteres necesarios de la muerte. El otro es su publicidad». La muerte era, pues, un acto público, y el lecho del moribundo podía ser visitado por cualquiera. En ese periodo se estima que aparece la creencia, que en cierta manera perdura hasta la actualidad, de que la persona, antes de morir, ve pasar su vida en un recorrido de relámpago, y esos momentos sirven para redimir culpas, limpiar pecados y reconciliarse con la vida.

Aparece también en esa época el *Ars Moriendi*. No había quizá tanto miedo a morir, sino a la muerte accidental y rápida, sin estar preparado ni acompañado. *Ars Moriendi* significa «el arte de morir», y era el título de una serie de textos que después tuvieron su versión abreviada. Se convirtieron en viñetas ilustradas para que accedieran a él las personas iletradas. En ellas se enseñaba de forma muy didáctica y se daba una serie de consejos sobre el buen morir. De esa época serían también las danzas macabras, que algunas perviven en nuestras tradiciones.

El *Ars Moriendi* comprendía seis capítulos: el primero, en que explica que el morir tiene un lado bueno, que no debe temerse, y ayuda a consolar al moribundo; el segundo, donde se narran las tentaciones del moribundo —la falta de fe, la desesperación, la impaciencia, el orgullo espiritual y la

avaricia—, así como consejos para superarlas; el tercero comprende las preguntas que hay que hacer al enfermo para reafirmarle en la fe y consolarlo por sus pecados; el cuarto, o cómo imitar la vida de Cristo; el quinto, dirigido a la familia y a los amigos del moribundo, dándoles pautas de cómo deben comportarse al acercarse al lecho del moribundo (incluyendo la incitación a que éste haga testamento), y sexto, las plegarias y oraciones para acompañar al moribundo.

Era la época en que la peste negra y diversas guerras asolaban Europa, y esta guía sobre la preparación al buen morir se convirtió en un referente y se tradujo a diversos idiomas, con su versión abreviada e ilustrada con los grabados. Podríamos decir que fue como uno de los primeros *best sellers* medievales, quizá el primero del área de autoayuda. Su éxito se extendió más allá de la época medieval, hasta el Barroco y el Renacimiento.

La buena muerte requería estar preparado. Había miedo a la muerte repentina, por accidente o sin tiempo para dejar todo en orden. Una parte importante era el testamento, no tanto como documento anticipado, sino como momento final, que pasa de ser oral —relacionado con las últimas palabras que los poetas ponían en boca de los héroes o con los sacramentos— a convertirse en un documento que inicialmente se ocupaba de las cláusulas piadosas, la elección de las sepulturas y las mandas de misas o limosnas. Poco a poco fue evolucionando a la forma actual, como acto legal de distribución de las fortunas.

De hecho, Ariès distingue cuatro etapas de evolución de la muerte: «domada», «propia», «ajena» y «prohibida». La primera sería la domesticada, desde los orígenes del cristianismo hasta la Edad Media, siendo la época en que la muerte era vivida de una forma más pública y compartida. La muerte era una de las grandes leyes de la naturaleza, se aceptaba, y había una serie de rituales establecidos, a veces

preparados por el propio muriente, pero sin demasiada exaltación.

En la segunda Edad Media, Ariès describe una evolución que llama «muerte propia», en que va aumentando más la individualización y la conciencia de la propia muerte.

Después se llega a la llamada «muerte ajena», típica del Romanticismo, en que aparece de forma clara la preocupación por la muerte de las personas queridas. Los rituales también marcaron ese devenir. El duelo y el luto se van afianzando en el tiempo, en cierta manera como un reconocimiento no sólo hacia la propia muerte, sino hacia la de los seres queridos: «Quiere decir que a los supervivientes les cuesta más que en otro tiempo aceptar la muerte del otro. La muerte temida no es entonces la muerte de uno mismo, sino la muerte del otro».<sup>6</sup>

El duelo tenía esa doble finalidad pues, por una parte, obligaba a la familia del fallecido a manifestar el dolor durante un tiempo, y, por otro, protegía del dolor que se consideraba excesivo. Es decir, la muerte era vivida de forma social, se tenían espacios para expresar el dolor y estaba bien visto mostrarlo en público.

En la época contemporánea. Se llega a lo que Ariès llama la muerte «prohibida». La muerte se esconde, así como las manifestaciones del duelo. Se explicará con más detalle en el capítulo siguiente.

### **La muerte natural: cercana, familiar, pública, preparada y aceptada**

Hasta inicios del siglo xx, con pequeñas variaciones locales o temporales, Ariès describe que la muerte había mantenido

6. *Ibidem.*

esas cinco características: cercana, familiar, pública, preparada y aceptada.

Cercana y familiar, hasta hace poco la muerte había sido terreno conocido, temido sí, pero conocido, así como todos los rituales que la acompañaban. En mi familia, por ejemplo, mi abuela paterna tuvo diez hermanos, de los cuales cuatro murieron de niños. Ella era la hermana mayor, y eso implicó que, durante su infancia, viera y viviera de cerca la muerte de cuatro niños, como mínimo, así como la de otros adultos de la familia.

Vivir la muerte de forma tan cercana implica saber que sucede, entender la sacudida que provoca, los rituales para acompañarla en proximidad, en domesticidad. Cualquiera persona que viviera en aquella sociedad sabría reconocerla.

Me viene a la cabeza una imagen para ilustrar esa cercanía y familiaridad: la pintura al óleo *Ciencia y caridad*, de Pablo Picasso. Es una escena muy conocida en la que podemos ver a una madre en su lecho de muerte, en sus últimos momentos, con un médico sentado a su lado. Pensativo, le toma el pulso, representando a la ciencia. De pie, una monja acerca a la moribunda una taza mientras lleva en brazos a su hijo, representando la caridad.

Más allá de la obra que representa la muerte, destaca una presencia muy significativa que ilustra esa proximidad de la última hora a la vida cotidiana: la presencia de niños alrededor de la muerte, un fenómeno que poco después de pintar ese cuadro, desaparecerá. *Niños*, os preguntaréis... Sí, hay dos: el hijo de la moribunda en brazos de la monja y el propio Picasso pintando la escena a los catorce o quince años. Es una escena muy alejada de la realidad de nuestros niños y adolescentes.

Su padre fue el modelo para el médico, y una mendiga que encontró por la calle con un niño en brazos, a la que pagó diez pesetas, fue la enferma. Es la obra que presentó

como pintura final para ingresar en la Facultad de Bellas Artes de San Fernando, en Madrid. Enfermedad y muerte.

Se cree que Picasso la pintó influido por algunas obras anteriores, como *La visita de la madre al hospital*, de Paterina, o *Una sala del hospital durante la visita del médico*, de Aranda. Más allá de la influencia pictórica, hay un hecho previo en su historia vital que lo marca profundamente: la muerte de su hermana Conchita por difteria a los siete años.

Stassinopoulos, en su libro *Picasso: creador y destructor*, lo narra así:

En 1895, Picasso veía como Conchita se deterioraba, pasando de ser la pequeña sonriente de rizados rubios a la que había pintado con tanta ternura a ser un fantasma de sí misma; veía como el doctor Ramón Pérez Costales, un amigo de José Ruiz Blasco —padre de Pablo—, entraba y salía de la casa familiar; veía a sus padres luchando por salvar la vida de la niña y contemplaba cómo la familia fingía ilusión y alegría durante la Navidad tratando de proteger a Conchita de cualquier tristeza sobre su inminente muerte...

Picasso pinta con maestría una escena, pues es una imagen conocida para él. Colores ocres, terrosos, oscuros, para representar esa muerte vivida, cercana y doméstica.

Y la muerte era también pública. Hasta hace poco los monaguillos recorrían el pueblo entero portando una cruz y acompañando el viático: era el anuncio público de que una persona estaba en su lecho de muerte. Durante siglos, el lecho de muerte de una persona era un espacio abierto a quien quisiera visitarlo, incluso a desconocidos.

Y las campanas, por supuesto, tocaban a muerte e invitaban en cierta manera a asistir al funeral. De hecho, aún son públicos los entierros y velatorios. Casi todas las ceremonias, religiosas o laicas, requieren invitación (bodas, bauti-

zos, celebraciones...), excepto los funerales o velorios. Siguen abiertos a quien quiera acudir, quizá uno de los pocos rasgos medievales que nos quedan. Los adioses siguen siendo abiertos a todo el que quiera acudir.

Un ejemplo curioso de esa publicidad eran por ejemplo los *bill of mortality*, unos folletos impresos que se vendían cada semana en el Londres del siglo XVI y que, barrio a barrio, enumeraban las muertes. Describían sexo, edad y causa de la misma, sin nada más. Eran listados de fallecidos, los antecedentes de un sistema de registro. Pero lo curioso es que no nacen con la finalidad de conocer las causas de la muerte, sino por un interés comercial y público, para dar a conocer y vender el listado a los numerosos suscriptores. De hecho, los números también son narraciones.

La muerte era preparada y aceptada como una parte de la vida. De hecho, una expresión que prácticamente ha desaparecido del lenguaje coloquial es el de «muerte natural».

Al estudiar el grado de Medicina, la muerte natural sólo aparece en la asignatura de Medicina legal y forense. En ese contexto, se entiende por *muerte natural* la que aparece por enfermedad, en contraposición a la muerte violenta. Fuera de ese contexto, es difícil oír esta acepción de la muerte.

El concepto *natural* ha desaparecido del lenguaje cotidiano. Ahora la muerte es por una enfermedad, por la ausencia de tratamiento o por la falta de efectividad de una intervención. La muerte no era un accidente, sino parte de la vida, una etapa conocida, inevitable y para la que debía estarse preparado, con resignación, pero aceptada.

Esa idea de «muerte natural», así como el «morir de viejo», parece que han desaparecido. Entonces la muerte pasa a ser artificial. Olvidamos una parte de nuestro tiempo vital, del tiempo para todo que se relata en el Eclesiastés, «un tiempo para nacer, y un tiempo para morir». No recordamos el tiempo de morir, de llorar, para estar de luto ni el de despedirse.

Durante milenios, las personas han dado espacio al tiempo de muerte en una visión muy alejada de la de nuestra sociedad occidental actual, como comentaba Ariès: «La vieja actitud en la que la muerte es a la vez familiar, próxima, atenuada e indiferente se opone demasiado a la nuestra. La muerte da miedo hasta el punto de que ya no nos atrevemos a pronunciar su nombre».<sup>7</sup>

Ésa es la muerte que, hace pocas décadas, convertimos en tabú, la que ha perdido sus referencias culturales y sociales para gestionarla, y que hace aumentar el miedo y el sufrimiento ante ella. Vivimos un tiempo en el que ya no oímos las campanas tocando a muerto, olvidamos los rituales y enviamos a la muerte fuera del espacio público, al ámbito privado. Es la muerte «desculturizada».

7. *Ibidem.*