

1

ERA NECESSARI AQUEST LLIBRE?

**E**ls qui convivim amb les persones que, per una raó o una altra, arriben al final de la seva vida, i les acompanyem en aquest darrer tram, ens trobem moltes vegades, per no dir sempre, davant del desconcert i el dolor de qui, sobretot familiars i amics, han patit també el procés de contemplar la desaparició d'un ésser estimat. Aquest llibre és per a ells. La nostra intenció és aportar noves idees i propostes perquè tothom, incloent-hi els professionals de la salut, es pugui introduir en el fet inevitable de la mort i puguin entendre millor el que estan vivint.

A les pàgines d'aquesta obra, hi recollim conceptes que tots ja coneixem, i n'hi afegim d'altres de més nous destinats a servir de guia pràctica, fàcil de llegir i assimilar, raó per la qual comencem fent un repàs sobre la vida i la mort des de l'inici de la humanitat fins avui dia, per tal de poder entendre millor qui som.

Volem que sigui un llibre carregat d'afectivitat en tots els seus continguts, però també d'efectivitat. Si no fos així, hauríem fracassat en el nostre intent.

## **A qui va dirigit?**

A tot el públic en general. La nostra intenció és proporcionar les eines mínimes necessàries per aclarir dubtes, oferir ajuda i resoldre conflictes interns per a totes les persones que tinguin necessitat de llegir-lo. També volem que els serveixi, com a nosaltres, per entendre les emocions i afavorir un creixement personal.

No ens hem volgut oblidar del personal sanitari, a qui, humilment, proposem aquesta obra com a llibre de text o guia pràctica, ja que, per desgràcia, els conceptes que hi reunim no s'acostumen a estudiar a la universitat. Per què a les facultats de Medicina no hi ha una assignatura relacionada amb el procés de morir?

A través de la nostra experiència observem que els professionals de la salut veuen la mort com un enemic contra el qual cal lluitar, como si fos una malaltia, quan en realitat no es pot fer altra cosa que acceptar-la com a part del procés vital. El que han de fer és curar les malalties i alleugerir el patiment humà, tot cuidant i acompanyant el pacient i la seva família, per tal que pugui tenir una mort digna.

## **Concepte de persona**

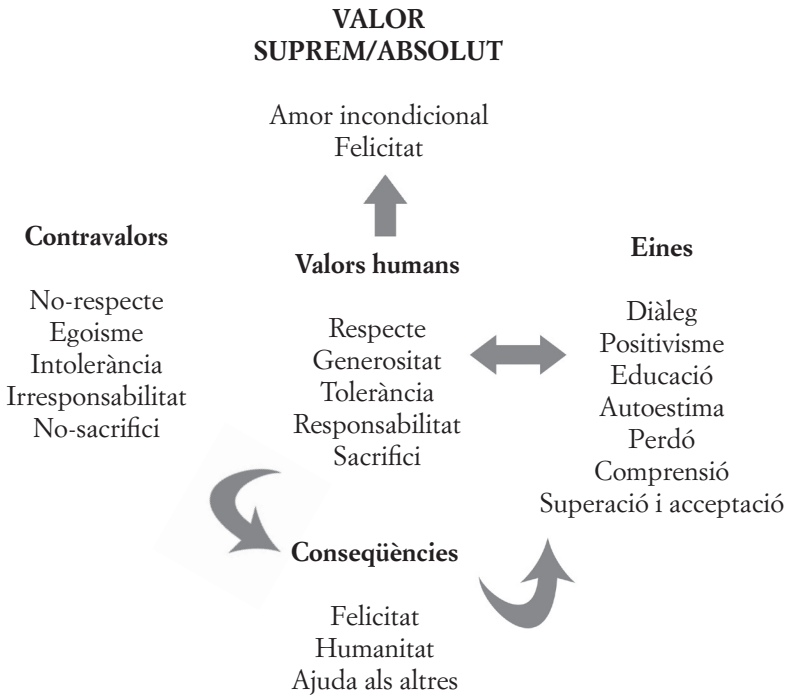
Segurament sorprendrà que s'hagi de començar definint el concepte de persona, i potser semblarà absurd haver d'explicar el que és evident a priori. No oblidem que hi ha altres civilitzacions, com les orientals i les africanes, que, a diferència de la nostra, sí que han conservat un concepte més clar de persona.

Des de tots els punts de vista, la persona es defineix com un animal amb una intel·ligència privilegiada que li permet pregun-

tar-se, com a ésser viu, el perquè de la seva vida, el perquè de les coses.

No és aquest el lloc ni el moment d'entrar en qüestions de caràcter religiós, però s'ha de tenir en compte que són precisament les religions les que introdueixen el concepte d'espiritualitat, que ens diferencia dels animals, i que algunes expressions del tipus «Ets un animal», utilitzades per designar comportaments deshumanitzats, il·lustren amb més o menys fortuna la diferència fonamental que hi ha entre les persones que tenen valors humans i les que no en tenen.

Per entendre el concepte de persona farem una explicació raonada dels valors humans (vegeu l'esquema):



Al quadre podem veure el que anomenem valor suprem o absolut, que és l'amor incondicional i la felicitat absoluta.

No és desgavellat pensar que, per assolir el valor suprem, naixem amb uns valors humans com el respecte, la generositat, la tolerància, la responsabilitat i el sacrifici. Després serà l'educació i l'entorn que ens envolti el que faci que aquests valors es desenvolupin o no. La conseqüència de treballar-los amb les eines suficients i necessàries ens aproparà a la felicitat i l'amor incondicional, que constitueixen el valor absolut.

Val a dir que, per descomptat, si hi ha uns valors, hi ha els seus corresponents contravalors (que també surten a l'esquema). Però el més important aquí és que la nostra definició com a persona s'entén des de la necessitat d'assumir i compartir aquests valors que ens uneixen a tots, sense distinció de classe, gènere, raça o religió.

### **Com arribem a la mort a través de la vida**

Si som capaços de preguntar-nos el perquè de les coses, no trigarem a incloure entre les preguntes la que més preocupació pot originar: per què ens morim?, la qual cosa ens porta inevitablement a buscar la resposta a un fet encara més important, si això és possible: per què naixem? I aquesta pregunta ens condueix a un concepte molt més ampli de la vida i ens indica que, de la mateixa manera que alguna cosa ens fa entrar en aquesta vida, alguna cosa ens en fa sortir. Ens trobem en un procés que desconeixem en gran part, per no dir del tot, de manera que cada persona, individualment, ha d'elaborar les seves reflexions per construir el seu propi concepte de la mort. Com a conclusió, el desenvolupament dels valors humans ens permet de tenir un concepte de vida molt

més ampli i arribar a un creixement de tipus espiritual que ens converteixi en éssers més feliços.

Al llarg de la història, des dels inicis de la humanitat i en totes les civilitzacions, s'ha anat desenvolupant el funcionament d'aquest esquema bàsic. No obstant això, vista l'evolució de la nostra civilització occidental, que se suposa que és la més avançada i la més disposada a assumir i aplicar amb facilitat aquests paràmetres, arribem a la conclusió que ens trobem justament en l'extrem oposat.

Anys enrere, s'educava els nens i nenes en el si de la família perquè poguessin aprendre i desplegar aquests valors humans tan necessaris. Aleshores la tecnologia era precària. Temps després, el nucli familiar i social va començar a prioritzar d'altres qüestions potser més pràctiques però també menys transcendents. A les escoles es donava prioritat a assignatures relacionades amb la tecnologia, que, en el seu avanç vertiginós, van acabar devorant el terreny d'aquelles altres assignatures que estimulaven el desenvolupament personal, social i espiritual.

Actualment, els nens i els joves estan fagocitats per la tecnologia i immersos en la cultura del tenir i no del sentir, i es troben desorientats pel que fa als valors humans. Això els provoca una confusió de la qual no saben sortir, i cauen inevitablement en un gran buit interior.

No és raonable pensar que, si insistim en aquesta tendència de deshumanització i d'immersió tecnològica, potser arribarà un dia en què desapareixeran de la nostra societat aquests valors humans que considerem tan necessaris?

És imprescindible, per tant, tornar a educar en valors els nostres joves, ja que seu és el món que ha de venir per decidir el seu futur. Mentrestant, els podem ajudar a desenvolupar aquests va-

lors perquè tots puguem viure millor i enfoquem la cultura de la mort d'una altra manera?

### **Ciència, tecnologia i espiritualitat**

No és arriscat afirmar que, si a la ciència i a la tecnologia els traïem l'espiritualitat, el que obtenim és una societat molt debilitada. Tant la ciència com la tecnologia corren per una autopista diferent de l'espiritual, és cert, però és possible que en un futur, si es desenvolupen amb la mateixa intensitat, puguin arribar al mateix fi, que és saber què hi ha a l'altra banda del mirall.

### **La cultura de la mort**

Actualment la societat potencia la cultura de l'oci, les comoditats i la imatge, però s'enfronta a una pèrdua dels valors morals, espirituals i individuals, i també dels rituals. Aquesta mancança provoca un desequilibri emocional important. Ens trobem, per tant, davant d'un camí que moltes vegades desconeixem i del qual no es parla perquè no és còmode, no és perfecte ni és adequat.

La mort ha passat a ser una experiència freda, asèptica i impersonal. Senzillament, la cultura de la mort ha deixat d'existir, la qual cosa comporta un sentiment de temor davant del desconegut. Els que senten aquesta por amb més força són, és clar, les persones que es troben a punt de morir, però també les que viuen un procés de dol per la mort d'un ésser estimat i les persones grans.

La necessitat de negar la mort explica que les persones morin lluny de casa seva i envoltades d'un entorn que no els és familiar. La mort hospitalària representa per a les famílies la possibilitat

de viure d'una manera més lleu un procés difícil, moltes vegades per desconeixement o per manca de suport.

Des de l'experiència dels professionals i de nombrosos testimonis es pot observar que algunes persones, independentment de la seva edat, senten o intueixen quan s'acosta la mort i, moltes vegades, fins i tot, sembla que trien el moment de morir. Hem vist persones que, davant d'un esdeveniment important i significatiu per a elles (el Nadal, un casament, un naixement, la visita d'un familiar...), esperen el temps suficient per viure'l i després s'abandonen i deixen de lluitar per la vida.

Les persones que són conscients de l'aprenentatge que suposa tot el procés de morir senten la tranquil·litat de saber que s'ha completat el seu cicle vital i experimenten un creixement personal i espiritual que no havien sentit fins aleshores. També aconseguixen un millor control del seu dolor físic i emocional. Si és possible, no hem de decidir per la persona que s'està preparant per morir. De vegades, costa d'entendre el camí que segueix, però sempre s'han de respectar els seus sentiments. Cadascú ho viurà de manera molt personal, perquè tots som diferents.

El procés de dol de les famílies i els amics dependrà molt de la manera com hagi mort la persona estimada, i el que li hagin pogut oferir es convertirà en un bàlsam per al dolor. Els que tenen l'oportunitat de compartir el que senten deixen una profunda empremta i una gran riquesa en els altres.