

MORIR GUAY

Voces y relatos para no tener miedo



DU-DA (eds.)

MORIR GUAY

Voces y relatos para no tener miedo

DU-DA (editoras)

Morir guay. Voces y relatos para no tener miedo

Primera edición: febrero 2020

CC BY-SA 3.0 ES Ediciones La Escocesa (Associació d'Idees
EMA)

Barcelona, España

Prólogo:

Enric Puig.

Textos:

DU-DA (Clara Piazuelo, Belén Soto, Sarai Cumplido y Sonia
G. Villar), Micaela de la Cruz, Mafe Moscoso, Carolina
Meloni, Eva Lamote de Grignon y Rocío Aranda.

ISBN: 978-84-123295-1-3

Impreso en: Quares Salesforce S.L., Murcia, España

Diseño y maquetación: Belén Soto y Elisa Alcaide

Proyecto de:

DU-DA

Publica:



DU-DA (eds.)



| | | | | | |
|-------|--|--------|--|--------|---|
| P. 7 | <i>Presentación</i> Investigar la muerte Enric Puig, director de La Escocesa | P. 9 | <i>Introducción</i> Voces y relatos para no tener miedo DU-DA | P. 15 | <i>Cuentos de amor, tiempo y muerte</i> El día que me preparé para morir con 5 años Belén Soto |
| P. 19 | <i>Hablar de muerte</i> La muerte es un color Clara Piazuolo | P. 28 | <i>Hablar de muerte</i> Entrevista a Daniel López Gómez (CareNet) Clara Piazuolo | P. 35 | <i>Hablar de muerte</i> Entrevista a Mercè Juan Jerez (Hospice) Clara Piazuolo |
| P. 39 | <i>Hablar de muerte</i> Entrevista a Pau Berbel (Amigos de los Mayores) Clara Piazuolo | P. 47 | <i>Hablar de muerte</i> Entrevista a Eva Lamote (Derecho a morir dignamente) Clara Piazuolo | P. 55 | <i>El amor es un duelo es una morada</i> amor&duelo inter-especie Carolina Meloni & Mafe Moscoso |
| P. 61 | <i>El parto es una puerta</i> Morir (nacer) guay Sarai Cumplido | P. 69 | <i>Ceremonias</i> Blackout Micaela de la Cruz | P. 73 | <i>Poemas mohosos</i> I Sobre Lynn Margulis y fluir lechoso Sonia G. Villar |
| P. 76 | <i>Poemas mohosos</i> II La cultura original de los contenedores sucios Sonia G. Villar | P. 79 | <i>Poemas mohosos</i> III La corteza del Universo y el olor a pies Sonia G. Villar | P. 82 | <i>Poemas mohosos</i> IV El límite cultural de lo podrido Sonia G. Villar |
| P. 87 | <i>No quiero ir nada más que hasta el fondo</i> Suicida tú, suicida yo Rocío Aranda | P. 107 | <i>Estado de la cuestión</i> Muerte digna Eva Lamote de Grignon | P. 118 | <i>Cuentos de amor, tiempo y muerte</i> Cuando me morí y... Belén Soto |

Presentación

Investigar la muerte

Enric Puig
(director de La Escocesa)

Quizá lo más característico de nuestra época, lo que ocasiona o padece globalmente cada territorio, es una creciente virtualización de la experiencia. La vida de cada ser humano que hoy habita el mundo está cruzada, ya sea activa o pasivamente, como verdugo o víctima, por una degradación de la base material que siempre sostuvo el mundo. Las economías mediante las que sobrevivimos, los anhelos mediante los que vivimos, los símbolos mediante los que pervivimos se alejan progresivamente de la materialidad real, y pasan a sustentarse en un voluble constructo imaginario. Nuestro valor depende hoy ya casi exclusivamente de la imagen y de lo que esta es capaz de proyectar.

Aunque sigue siendo cierto, y nunca podrá dejar de serlo completamente, que el presente nos afecta, que la presencia de lo real nos (entre)tiene, hoy nada en ella parece ya esencial. Es mediante un compuesto de lo que ya no es que somos o, dicho de otra forma, es a través de lo que resta del pasado, de lo que queremos o podemos (re)tener de él, que construimos colectivamente nuestras identidades siempre en flujo.

Hoy, en la era de la hiperproducción de imágenes, visitar los enclaves de memoria, notoriamente las redes digitales, es circular por un cementerio en donde el recuerdo editado de los seres circundantes se esposa convenientemente con nuestro presente. Son las imágenes de momentos remotos escuetos epitafios de lo que quieren ésas que recordemos, pequeñas muertes, orgasmos del pasado puestos a disposición de las identidades por venir.

Y, sin embargo, a pesar de apoyarnos hoy más que nunca en ese pasado, en la memoria de imágenes que se solapan continuamente, el fervor tanatófóbico, también característico de nuestra contemporaneidad, provoca que nos resistamos constantemente a que nuestros seres circundantes se transformen definitivamente en recuerdo. Nos resistimos a que desaparezca la imprevisibilidad de los cuerpos (quizá también la de querer dejar de producir imágenes), por poco que nos importe. Nos resistimos a que queden reducidos a una mera colección de fragmentos memoriales.

¿Por qué rechazamos, en nuestra era ante todo virtual, que los *otros* cuerpos se transformen en cápsulas visuales de recuerdo? ¿Acaso puede satisfacernos más el ser vivo improductivo, el que no genera memoria, que un supuesto ser

muerto con un archivo inagotable de recuerdos, que pudiera colmar la red inagotablemente? Esta es, hoy, una cuestión pertinente que encierra una temible contradicción, quizá una de las más intrigantes y diferenciales del momento que estamos viviendo. Sumergirse en esta pregunta puede llevar a repensar las relaciones entre imagen y materia, entre constructo y realidad, entre pasado y porvenir que han pasado a ser la base estructural de nuestra existencia.

El proyecto de investigación *Morir guay, voces y relatos para no tener miedo*, desarrollado por el colectivo DU-DA dentro del programa de investigación y experimentación artística 2020 de La Escocesa, es hoy especialmente necesario porque incide en estos interrogantes. Partiendo de la relación entre la obsolescencia programada, requisito sistémico del progreso tecnológico, y la muerte biológica, el proyecto subraya la necesidad de generar contraimaginarios contemporáneos alrededor de la degradación y la obsolescencia de los cuerpos humanos y también de los no humanos. Desdibujando la escisión entre estas dos categorías de cuerpo alrededor de la pregunta por la entropía, el proyecto subraya algunas de las paradojas más abismales que impregnan hoy las vidas –y también, inevitablemente, las muertes– de cada cuerpo presente.

Introducción

Voces y relatos para no tener miedo

DU-DA

La obsolescencia programada es una tecnología capitalista que incentiva y acelera el consumo, no sólo de objetos sino también de medicamentos, alimentos, software, llegando incluso a programar la obsolescencia biológica –compañías como Monsanto diseñan semillas genéticamente alteradas que se vuelven estériles e inútiles una vez que han dado la primera cosecha. En cambio, e irónicamente, la obsolescencia de los cuerpos –la muerte–, que no ha sido ni diseñada ni programada, es considerada por el capitalismo como una condición a superar o, al menos, a postergar.

La vejez en el mundo occidental se convierte en una enfermedad y así surge un amplio nicho de mercado. El deterioro físico, la debilidad, la decadencia de los cuerpos, se consideran en nuestra cultura síntomas terribles y temibles que nos avergüenzan, y por lo tanto hay que ocultar, controlar o eliminar a través de tratamientos, operaciones, productos y estilos de vida. El transhumanismo va un paso más allá y, en su afán por superar las limitaciones humanas fundamentales, considera la inmortalidad un objetivo hacia el cual deben dirigirse los esfuerzos de la ciencia y la tecnología.



La tía y el padre de Sarai visitando el cementerio de su pueblo. Fotografía de Sarai Cumplido.

Esta idea, muy cuestionada desde puntos de vista éticos, es ya una realidad para muchas empresas de Silicon Valley. Jeff Bezos, fundador de Amazon, es el último de los magnates en apuntarse a la búsqueda de la inmortalidad: concretamente, poniendo dinero a través de Bezos Expeditions, su fondo de inversión, en Unity Biotechnology, la empresa que investiga cómo “frenar potencialmente, detener o incluso revertir enfermedades asociadas al envejecimiento mientras se restaura la salud humana”¹.

1 Fuente:

elconfidencial.com
/tecnologia/
ciencia/2018-04-21/
inmortalidad-
transhumanismo-
religion-dinero-
dios_1552777

Las religiones dominantes, por su parte, y aunque en nuestro contexto europeo pierden cada vez más poder de ordenamiento de la vida ante otras instituciones supranacionales como la científica, se caracterizan por haber asentado las bases de los protocolos de gestión de la muerte que hoy en día siguen organizando nuestras emociones, imaginarios, procesos administrativos de duelo y necroarquitecturas. La institución científica, en nombre de la seguridad y la salubridad, ha añadido condiciones o modificado estos protocolos para consolidar lo que generalmente se entiende por muerte y mortificación dignas y ha relegado jerárquica e históricamente a la visión espiritual y el simbolismo que la rodean.

Según estas premisas, la manera en que este sistema de pensamiento hegemónico y normalizador occidental entiende la muerte, obsolescencia definitiva del cuerpo, equivale al fin, al fracaso, a la desgracia, a la nada; y la vida, en contraposición a ella, como el movimiento, la esencia, la presencia, el sentido, el todo a lo que amarrarse. Esta comprensión de la muerte, que se asienta en los principios y desarrollos de la razón cartesiana, el binarismo ontológico y el ego antropocéntrico, beneficia al actual sistema socioeconómico en el que vivimos que, para mantenerse fuerte, anula todas las posibles disyuntivas que plantean otros saberes, devenires experienciales e interlocuciones con la muerte.

Cuando en 2019 iniciamos esta investigación habíamos conversado mucho sobre la muerte, habíamos compartido miedos e incertidumbres y acabábamos de ser atravesadas por una racha de fallecimientos, enfermedades y dolor que creíamos pasajera. Con la beca de investigación de la Escocesa tuvimos la oportunidad de investigar juntas y quizás, incluso, de imaginar otras formas de habitar la enfermedad y la vejez. De repente, el COVID19. Y miles de muertos cada día, ancianos en residencias junto a cadáveres, ancianos solos aterrorizados en sus casas. El virus, que se ceba con los más vulnerables y pone en evidencia todas las grietas del sistema. Poco imaginábamos que en 2020 el mundo entero habría devenido un laboratorio para pensar la muerte, la enfermedad y la vejez, y en consecuencia la vida, el amor y los cuidados.

Morir guay. Voces y relatos para no tener miedo es una investigación viva, diversa en cuanto a lenguajes y perspectivas críticas, en torno a los discursos imperantes sobre la muerte y la obsolescencia de los cuerpos –cuerpos viejos, que ya no son útiles. *Morir guay* no se centra en la dicotomía ciencia / espiritualidad, sino en la búsqueda y recopilación de narrativas contrahegemónicas, sistemas complejos

de comprensión de esta aparente dualidad vida/muerte: la muerte más allá de lo humano, la transformación continua de lo matérico, la vida o muerte de lo que no es matérico, las relaciones interespecie, el cuestionamiento de los inicios y los fines, otros ritos y protocolos de gestión de la muerte, la cuestión de la muerte digna, la obsolescencia biológica...

Las cuatro integrantes de DU-DA hemos desarrollado durante un año esta investigación personal e interrelacionada a través de cuatro líneas de trabajo:

- ☛ Sarai ha trabajado desde el lenguaje filmico las nociones de inicio y fin de ciclo, nacimiento y muerte, desde experiencias de parto. ¿Cómo se relaciona la vida que nace con la vida que muere?
- ☛ Sonia ha trabajado desde la experimentación biológica en nuestro laboratorio *PUAJ!* en relación a los límites de la vida y la muerte desde los microorganismos, acompañando el proceso de un cuerpo fermento vegetal desde la activación con kéfir hasta el entierro en La Escocesa para un curado bajo tierra. ¿Son aplicables las nociones de vida y muerte a otras formas de vida no humana? ¿Son el asco y lo considerado podrido límites culturales?
- ☛ Belén ha utilizado la mirada antropológica y la conversación íntima para explorar los vínculos entre muerte, amor y tiempo en relaciones no sólo humanas. ¿Cómo podemos entender la presencia y la pertenencia en relación a la memoria y el afecto?
- ☛ Clara ha trabajado a través de entrevistas otros imaginarios alrededor de la muerte y del envejecimiento que nos ayudan a pensar recorridos alternativos. Especula con la idea de que podemos plantear modos más amables, conscientes y solidarios de relacionarnos con la muerte y el deterioro del cuerpo. ¿Cómo nos gustaría envejecer? ¿Cómo queremos morir?

Además, hemos invitado a participar en esta publicación a Rocío Aranda, Mafe Moscoso, Carolina Meloni, Micaela de la Cruz y Eva Lamote de Grignon, quienes han ayudado a diversificar la mirada en esta exploración polifónica.

La investigación, sin embargo, no termina en este libro. Son muchas las voces que faltan. Nos gustaría mostrarlo como una primera aproximación, un conjunto de relatos generadores de más preguntas y reflexiones cuya respuesta no se encuentra aquí. Esperamos que este recorrido ayude a iniciar conversaciones necesarias, en ocasiones incómodas, en ocasiones sanadoras, que acompañen la indagación alrededor del morir.

☞ Siguiendo imagen:
Lápidas verticales de
cementerio. Fotografía
de Sarai Cumplido.

67

D.E.P.
JUAN LECHON CABO
 + 11-1-2009 A LOS 67 AÑOS
 TUS HERMANOS Y SOBRINOS
 NO TE OLVIDAN.





68

D.E.P.
HERNANDO AMILLO
 12-2008
 LOS
 DE
 750






63

D.E.P.
Paulino Augusto Garcia
 *29-4-1922 + 28-11-2008
 Tus hijos y nietos





68

D.E.P.
Maria Del Carmen Sanchez Montero
 * 26-8-1934 + 5-1-2009
 Tus hijos y demas familia
 no te olvidan.





65

D.E.P.
Manuel Hernando Ordas
 + 8-12-2008
 66 años
 Tu familia no te olvida




62

D.E.P.
Juan Antonio Sanguino Blanco
 * 10-7-1922 + 8-5-1984

D.E.P.
Dellina Merino Balsera
 * 16-6-1924 + 27-11-2008




D.E.P.
Marina Pararajo
 -2009
 8 años
 no te olvida.






64

D.E.P.
DIEGO SOTO ORTIZ
 + 8-12-2008
 A LOS 37 AÑOS
 TUS PADRES





61

Francisco
Kicer Alagueba
 * 3-1-1927 + 10-11-2008
 Tu familia no te olvida





Cuentos de amor, tiempo y muerte

El día que me preparé para morir con 5 años

Belén Soto

La pedagogía de la muerte intenta acompañar o preparar el morir no sólo como un fin de la vida de los cuerpos, sino también como un despedir, como el olvidar, como separar o dejar, como eliminar, como romper, como abandonar...



Fotografía de
Teresa Cachinero.

Pasé preescolar en un colegio de monjas. No sé de dónde salía mi rebote hacia la feminidad, pero en esa época rechazaba todos los juegos que tenían que ver con ella –y a los que jugaban las niñas de mi patio: muñecas, cocinitas, peluquerías, madres y padres, desfiles, princesas... A la vez, también sentía un gran rencor y rivalidad hacia los chicos, así que me pasaba las horas de recreo pegándome patadas, puñetazos y tirando piedras a los más desafiantes y poderosos de la clase. Siempre llegaba a casa llena de moratones y heridas, y esta fue la principal razón por la que mis adres terminaron decidiendo cambiarme a otro colegio que se llamaba igual pero que pertenecía a la empresa de petróleo de la zona. La historia del día en que me preparé para morir corresponde a mi último año en ese primer colegio.

No todos eran enemigos, en clase tenía un aliado. Se llamaba Emilio, y quizás podría decir que me gustaba, que le habría dado un beso, pero eso es circunstancial porque lo importante es que Emilio era el acompañante perfecto para experimentar con los límites del mal. En casa y en el cole

nos hablaban todo el rato del bien y del pecado, de los mandamientos de la tabla de Moisés, del cielo y el infierno. Nosotres queríamos saber qué se sentía al romper esas normas, al ser personas malvadas que podrían ser castigadas por el señor, así que robábamos material escolar y cuentos del aula y los tirábamos por la alcantarilla de la plaza donde nos esperaban nuestros adre para llevarnos a casa; nos poníamos en mitad de la cancha mientras otros jugaban y tirábamos piedras al aire, que caían a algunos niños en la cabeza sin saber de dónde salían y lloraban con sus chichones; encontramos una paloma muerta en el váter del patio y encerramos a unas niñas en el lavabo con su cadáver...

Emilio y yo éramos cómplices, nunca nos delatamos, pero un día dejamos de serlo. Fue uno de esos días de lluvia en los que teníamos que quedarnos jugando dentro de clase en vez de salir al recreo. Estábamos chupando cosas: probando el sabor de la plastilina, de los lápices de madera con la punta recién sacada, del pelo de los peluches, del sudor acumulado en el pliegue entre brazo y antebrazo... Entonces, chupamos la mesa. Supongo que se nos acabaron las ideas de chupar o la profesora estaba demasiado encima, pero Emilio se quedó en silencio mirando al vacío hasta que se le cruzó la mirada. «Te vas a morir» –me dijo. «Chupar la mesa te mata en un día, este es tu último día y mañana ya no amanece». Mi mayor cómplice me decía eso y yo confiaba en cada palabra mientras un peso ardiente descendía por mi cuerpo. «Pero tú también la has chupado, ¿tú no te mueres también?» Emilio fue tan rápido que no pude cuestionar: «no, hay un antídoto para el veneno que tiene la mesa: chupar la goma de este juguete». Emilio chupó la goma del juguete que tenía en la mano e inmediatamente lo tiró por la ventana. «Es un antídoto de un solo uso» –añadió. Se levantó y se fue a otra parte del aula, y yo estaba tan afectada que no fui capaz de perseguirle ni gritarle ni odiarle.

Me quedé sentada, asimilando la idea de que con 5 años mi vida ya llegaba a su fin. Imaginé morirme y no pude creer en el infierno ni en el cielo sino en cerrar los ojos para siempre. El negro, el vacío, el aburrimiento, la inmovilidad. Recordé las frases tan repetidas en los dibujos que veía en la televisión: «¡soy demasiado joven para morir!» «¡Aún no he conocido el amor!» Pensé en la muerte como esa siesta forzada de verano, cuando mi padre me decía: «me da igual si te duermes o no, lo que quiero es que lo parezca». Y me pasaba de 15 a 17 tumbada bocarriba en la cama, con los ojos cerrados, esperando a que pasara el tiempo sin poder jugar a todas las cosas que quería. Imaginé todas las cosas por las que quería seguir viva y crecer: ir el sábado al campo, terminar el cuento del pájaro, que me dejaran pasear sola, volver a pasar el verano en Aguilar con mi prima, bañarme en el pantano, visitar el perro ahorcado, conocer a personas que me gustaran, besar, abrazar, irme de casa, entender lo que papá decía que tenía que ser más mayor para que me lo explicaran... Estaba muy triste y ansiosa pero no lloré, sólo pude quedarme callada. No era capaz de manejar mis pensamientos y mi angustia.

Al terminar el cole, ese día no me quedé jugando en la plaza y fui directamente con mi madre a donde me esperaba. Volví en silencio a su lado hasta casa, agarrada al cochecito de mi hermano mientras ella hablaba con una vecina amiga que también recogía a su hija de primaria. Comí lentejas sin protestar, pero sintiéndome desgraciada por comer algo tan horrible el último día de mi vida. Por la siesta, me fui a mi habitación a despedirme de las cosas que tenía más cerca: el peluche con un agujero en la cola donde escondía tesoros, la carta de mi prima donde me decía que siempre me llamaba por las tardes pero que yo estaba en extraescolares, las piedras que pinté el verano anterior, el despertador cuyo sonido se metía en mis sueños y me hacía ver un avestruz graznando, los animales que ponía en fila para construir mi carroza del oeste y las sillas con las que construía mi cabaña. No creía contar con nadie para explicarle lo que había pasado y buscar juntas otro antídoto, y no estaba segura de que las gomas de juguetes que chupaba en casa fueran válidas. Deseaba haber tenido más tiempo para encontrar a alguien que hubiera estado conmigo en un momento así, que me abrazara y me dijera que lo íbamos a resolver.

No recuerdo llorar, tampoco recuerdo bien cómo pasé la tarde más allá de la angustia y el silencio. Cenamos pronto y me acosté a las 21:30, ese día no me apetecía ver la tele en el salón. Mamá vino a acostarme y yo tenía mucho miedo de contarle lo que iba a ocurrir, imaginaba que se enfadaría muchísimo por mi irresponsabilidad y no quería morirme habiendo sido reñida. Me preguntó: «¿qué te pasa hoy mi tesoro?» Yo no pude resistir: «Mamá, si chupas una mesa, ¿te mueres?» –los segundos empezaron a ser mucho más lentos de lo normal. «¿Has chupado una mesa?» «No, sólo quiero saberlo». «No chupes una mesa, te va a doler mucho mucho la barriga. Vamos a rezar: cuatro esquinitas, tiene mi cama, cuatro angelitos, que me la guardan. Buenas noches».

Me dio un beso y se fue al salón. Me quedé mirando a los cuatro angelitos que guardaban mi cama, que se parecían mucho a los dibujos de *El Principito*, y me hicieron un gesto de calma. Cerré los ojos y me quedé dormida.

Hablar de muerte

La muerte es un color

Clara Piazuolo

Preludio

«No se trata de que este mundo siga siendo comentado, criticado, denunciado. Vivimos rodeados de una niebla de comentarios y de comentarios sobre comentarios, de críticas y de críticas de críticas, de revelaciones que no desencadenan nada, salvo revelaciones sobre las re-revelaciones. Esta niebla nos despoja de todo asidero en el mundo.»

Ahora. El Comité Invisible.

Me escribe mi amiga Alex «Clari, pensaba esta mañana en la peli “Relámpago sobre el agua”; la has visto? Pensando en vuestro proyecto sobre Morir Guay, que ahora me parece más relevante que nunca... ¡Besicos!».

Trato de entender qué significa relevante, busco su significado, no es que no lo sepa, es que mi cerebro estos días parece gelatina y necesita apoyos sólidos. Relevante es que sobresale por su importancia o significación. ¿Puede algo ser demasiado relevante? ¿Puede que de tan relevante ya no lo sea? Si todo el mundo está escribiendo y pensando sobre lo mismo ¿Cómo aportar algo significativo?

Acumulo titulares sobre las residencias de ancianos que se han convertido en el foco más cruel de la pandemia. Las denuncias de los familiares se multiplican mientras salen a la luz protocolos de actuación de los hospitales que impedían derivar a los ancianos y así se les dejaba morir, en muchos casos, sin ni siquiera tener acceso a cuidados paliativos.

Achille Mbembe es el primero en explorar el término *necropolítica*¹, que nos ayuda a nombrar y por lo tanto a denunciar la idea de que, para el poder, unas vidas tienen valor y otras no. Todas las vidas, para el neoliberalismo, son objeto de cálculo de los poderosos. La necropolítica está también en el centro de las políticas migratorias de la unión europea. Los cuerpos ahogados en el Atlántico y el Mediterráneo, igual que los cuerpos de los ancianos, valen menos. Clara Valverde en su libro *De la necropolítica neoliberal a la empatía radical*² argumenta que la política neoliberal consiste en una necropolítica cuyo objetivo es acabar con los excluidos, es decir,

¹ Achille Mbembe, *Necropolítica* (2011). Ed Melusina.

² Clara Valverde, *De la necropolítica neoliberal a la empatía radical* (2015). Ed Icaria.

todas aquellas personas que no son rentables ni empleables: pobres, discapacitados, dependientes, jóvenes o ancianos sin recursos, personas migrantes sin papeles, enfermos crónicos, enfermos mentales, etc. En definitiva, todas las personas que no son productivas no tienen derecho a vivir bajo el neoliberalismo y, por lo tanto, se les deja morir negándoles el acceso al estado del bienestar.

¿Por dónde empiezo? Tengo muchas preguntas. Hablo con mis padres y con mi abuela, hablo con mis amigas. Hago una lista de personas a las que quiero entrevistar, hablo con ellas. A veces en estas conversaciones aparecen ideas que son como bengalas disparadas a la oscuridad y que iluminan justamente aquello que trataba de comprender. Otras, me confundo aún más. Leo libros de ensayo, leo poemas sobre la muerte. Veo documentales. Cuanto más profundizo en el tema más líneas de fuga se abren, más preguntas. Me asusta que de tanto acercarme a la muerte, de un modo irónico esté invitando a la tragedia a mi vida. ¿Es por este motivo que nos cuesta tanto hablar de ello?

Le pregunto a mi padre si le gustaría vivir para siempre, me responde que no, que eso no sería justo. Que hay que dejar sitio para los que vienen, que morir forma parte del ciclo natural de la vida, que los gusanos necesitan cadáveres.

Thanatobioma

«The fact that we are connected through space and time shows that life is a unitary phenomenon, no matter how we express that fact. We are not one living organism, but we constitute a single ecosystem with many differentiated parts. I don't see this as a contradiction, because parts and wholes are nestled in each other.»

Lynn Margulis entrevistada por Jonathan White.

Talking on the Water: Conversations about Nature and Creativity

Una vez una cita de Tinder me invitó a una Masía en la Vall Fosca. Mi Tinder tenía un trato con el dueño de la casa, podía vivir allí mientras escribía su tesis doctoral a cambio de cuidar de los animales. Tinder me vino a buscar en coche a la estación de tren. Mientras subíamos la pista de tierra serpenteante y pedregosa que llevaba a la casa me quedé sin cobertura en el móvil y caí en la cuenta de que no conocía al tipo de nada. Tardamos más de una hora en llegar, oscureció. Sentada en el asiento del copiloto mi cabeza se empezó a llenar de pensamientos terribles. Entré en pánico. Paralizada, con la boca seca, en silencio. Pensé que iba morir después de ser torturada y violada. La historia terminó bien, Andi lejos de ser un Tinder psicópata era una persona lindísima y nos hicimos amigos. Pero esta no es la historia que te quería contar. De lo que te quiero hablar es de la burra.

Los animales que Andi tenía que cuidar eran tres perros, seis gatos, unas cuantas gallinas y cabras, una manada de caballos y una pareja de burros. Todos los animales andaban sueltos por la propiedad que tenía muchísimas hectáreas, un bosque y hasta un riachuelo. Uno de los burros llevaba tres días sin aparecer. Andi estaba convencido de que se había escondido porque estaba embarazada y tenía que parir. Las últimas veces que la vio estaba muy gorda y se comportaba de forma arisca. Cada día dábamos largos paseos en busca de la burra. El tercer día planeamos una última expedición para ir al lugar más escondido del bosque. Atravesamos campos y zarzas y llegamos al riachuelo, tomamos la orilla y continuamos río arriba.

El olor nos avisó de lo que nos íbamos a encontrar, una peste tremenda a carne podrida.

Después el sonido, un zumbido rabioso.

Por último la visión, el cadáver de la burra tumbado en el suelo con una de sus pezuñas traseras metida en su propia vagina desgarrada y el bebé burrito a medio salir rodeado de excrementos.

El hedor era ácido, espeso, un tufo nauseabundo, me cubrí la nariz y la boca con la camiseta. Tenía que acercarme y ver aquello, necesitaba entender algo, no sabía el qué. Si uno imagina la muerte como un océano de quietud y silencio aquello era todo lo contrario. Un hervidero de movimientos sinuosos, gusanos devorando carne, moscas depositando larvas, vapores calientes y burbujeos, millones de pequeños alquimistas trabajando y zumbando.



Fotografía de Clara Piazuolo.

Aquellos dos cadáveres eran un latido de vida.

Thanatomicrobioma es el estudio de los microbios que colonizan los órganos y orificios internos después de la muerte humana. Esta ciencia nos enseña cómo surge la vida después de la muerte en un proceso de sucesión ecológica. Pero el problema principal de este tipo de investigaciones es la falta de cadáveres humanos sobre los que poder llevar a cabo los estudios, motivo por el cual muchos de los trabajos previos se han desarrollado en otro tipo de organismos modelo, básicamente ratones y cerdos³.

3 Fuente:
encuentrosnlabiologia.
es/2016/04/
tanatomicrobioma-
muerte-despues-de-la-
vida-vida-despues-de-
la-muerte

La ley dice que existe la obligación de enterrar o incinerar a nuestros difuntos en el plazo de 48 horas tras el fallecimiento. El enterramiento, además, ha de hacerse siguiendo los rigurosos protocolos establecidos por la Ley que prohíbe, por ejemplo, enterrar a un ser querido en el jardín de tu casa. Es obligatorio llamar a una funeraria –en el caso de no poder pagarla los Ayuntamientos tienen una partida presupuestaria para atender los servicios funerarios de beneficencia. Para que se cumpla la ley existe algo llamado la Policía Sanitaria Mortuoria, un organismo heredado del régimen franquista, que se encarga de que se cumplan las normas establecidas en el Reglamento de Policía Sanitaria Mortuoria recogido en el decreto Decreto 2263/1974, de 20 de julio.

RestGreen es una empresa que patentó los primeros ataúdes reciclados. Las ventajas: son ecológicos, biodegradables, más fáciles de incinerar y también los más baratos: solo cuestan 100 euros. Por este motivo el lobby funerario con la complicidad de la Comunidad de Madrid y la Policía Sanitaria Mortuoria boicoteó esta iniciativa⁴. Después de diez años de luchas contra la administración y el oligopolio funerario, la empresa al fin ha conseguido colocar en el mercado sus primeros ataúdes de cartón reciclado.

4 Fuente:
funeralnatural.net/
articulos/restgreen-
victima-del-oligopolio-
funerario

El entierro celestial es una práctica funeraria del Tíbet donde se coloca el cadáver en la cima de una montaña exponiéndolo a los elementos naturales, lluvia, viento, nieve y animales, especialmente aves carroñeras, la práctica es conocida como “jhator”, que significa “dar almas a las aves”.

Imagino mi cadáver descomponiéndose en la cima de una montaña, mis bacterias intestinales digiriendo los intestinos y luego los tejidos circundantes, de adentro hacia afuera. Y luego todos los invertebrados y los buitres comiéndome bajo la lluvia hasta desaparecer. Una de esas imágenes en time lapse. Es bonito pero improbable.

Si no puedo tener un entierro celestial prefiero que mi cadáver sea enterrado antes que incinerado. Pero no quiero que mi cuerpo se descomponga en un cementerio. Eso me sitúa en un brete: la única manera de evitar el cementerio es la cremación. Así que no sé... donación de órganos y luego que decidan los que se quedan.

Azul Berilo

«Sometimes as an antidote
To fear of death,
I eat the stars.
Those nights, lying on my back,
I suck them from the quenching dark
Til they are all, all inside me,
Pepper hot and sharp.»

Antidotes to fear of Death. Rebecca Elson

Escuchas un podcast en el que conversan en inglés dos mujeres, una de ellas es una monja budista y dice: la muerte nos ayuda a comprender que todo es temporal. Comprender que todo es temporal nos permite apreciar la vida.

Aprender a morir es aprender a vivir.

La otra mujer responde: efectivamente, necesitamos amigarnos con la muerte, sin embargo nos da miedo, preferimos evitar el tema porque no sabemos cómo abordarlo.

La monja dice: hay 5 verdades que debemos recordar a menudo. Muy a menudo, para ir bien, varias veces al día. Estas 5 verdades nos ayudan a tener una vida plena y compasiva. Y son:

1. Un día morirás.
2. Un día enfermarás.
3. Todo lo que amas ahora algún día se transformará en otra cosa.
4. Algún día serás separado de todo lo que ahora amas.
5. Tus únicas pertenencias son tus actos y no puedes escapar a sus consecuencias.

Respira. Tómate un tiempo para procesarlo. Deja que la palabra haga su labor alquímica.

Tienes pocas certezas en la vida pero sabes que un día morirás.

Un día morirás. Algo que sabes, pero que no entiendes.

Un día moriremos. Y nuestros cuerpos y nuestros átomos y nuestras hijas y nuestras no-hijas y la montaña y el río. También. Morirán. Y escuchamos Nina Simone. Y nos alivia observar el cielo estrellado, imaginarnos diminutos, insignificantes, casi, casi, inexistentes.

Pero todavía existimos.

¿Conoces los funerales en vida? El objetivo es enfrentarte a tu propia mortalidad para tener una experiencia transformadora. En Estados Unidos la empresa *Steady Waves End Of Life Services*⁵ ofrece un servicio en el que los participantes viven su propio sepelio, se les dice que escriban sus últimas palabras y luego se les conduce a través de una visualización de la muerte. En Japón los llaman “seizenso”, que significa “funeral mientras estás vivo”, y en Corea del Sur hay incluso empresas que pagan a sus empleados funerales fingidos para prevenir los suicidios. Se les encierra en un ataúd, en la oscuridad, para que reflexionen sobre el significado de la vida y aprendan a valorarla. Es irónico que la misma empresa que te exprime y te deprime hasta el punto de querer terminar con tu vida, sea la que te paga un curso para que te metas en un ataúd y cambies de idea. Pienso que si no valoras la vida de poco sirve que te metan en una caja de madera. Pienso que si no valoras la vida quizás no es tu culpa, quizás es porque han hecho que tu vida no tenga valor. Porque para el capitalismo no todas las vidas tienen el mismo valor.

⁵ Fuente:
steadywaveseol.com



Fotografía de Phillip
Blaen

Le pregunto a mi abuela, 94 años, qué piensa de la muerte. Me dice que es igual que cuando apagas la radio. Durante un tiempo indefinido cuando te mueres es así, pero luego hay un arcoiris, y lo atraviesas. Y luego hay un solo color, es el azul berilo, el azul mágico de los icebergs. La muerte es un color, me dice mi abuela.

En la crónica del duelo *El año del pensamiento mágico*⁶, Joan Didion describe un sueño en el que se le revela la imagen de la muerte «Una isla helada, con sus abruptas columnas vistas desde el aire, era todo hielo, translúcida, de color blanco azulado, resplandeciendo bajo el sol».

⁶ Joan Didion, *El año del pensamiento mágico* (2005). Ed. Random House.

Cierro los ojos y los lleno de azul berilo. Estoy muerta, he dejado de respirar, mis órganos no funcionan, mi sangre no fluye, en mi cerebro no hay actividad neuronal. En mi cuerpo sigue habiendo vida: millones de microorganismos que habitan en él, bacterias que metabolizan gases ¿Dónde está mi consciencia?

El Arte de Morir

«Guess what? The art of dying is the same as the art of living.»

Barbara Hammer

The Art of Dying or (Palliative Art Making in an Age of Anxiety)

Mi abuela tiene claro lo que quiere que hagamos con sus cenizas: dejar parte en los campos de arroz del Delta junto a mi abuelo, y la otra parte en los pinos de su casa, junto a Elena, su hija. Cuando murió mi abuelo no quise ver su cadáver en el tanatorio, tuve miedo que esta última imagen del cuerpo sin vida suplantara todos los recuerdos de él vivo y sonriente. Ahora pienso que fue un error. Mi abuelo aparece a menudo en mis sueños, siempre se da una situación incómoda porque cuando entra por la puerta primero nos alegramos mucho de verle, pero luego nos damos cuenta que él es el único que no sabe que está muerto y a ver quién se atreve a decírselo.

En su libro *La derrota social de la muerte*⁷ Fernando Gil Villa explica que hasta no hace mucho la muerte se organizaba en el área doméstica, fuera del alcance de los profesionales de la medicina. Desde muy jóvenes todos estaban familiarizados con la muerte y participaban de la convivencia con enfermos, mayores y moribundos. Cuando alguien moría, no dudaban en iniciar ritos y fiestas funerarias, en manipular privadamente al cadáver, y en celebrar la muerte viendo los aspectos positivos, entre los que destacaba la creencia en otra vida. Dado que la vida de la mayoría de los mortales era bastante sacrificada, la vida después de la muerte no podía dejar de verse con cierto alivio, como descanso, como un estadio de profunda paz. De ahí que los ritos se centraran en ayudar al fallecido a encontrar el camino hacia ese nuevo mundo, a facilitar esa transición.

⁷ Fernando Gil Villa
La derrota social de la Muerte (2011). Ed. Abada

Nuestra cultura ha suprimido los ritos de paso que simbolizan la muerte y la transformación. Las instituciones intermediarias de la muerte nos expropian los muertos y nos devuelven un acta documental, la muerte es una burocracia y los espacios para velar el cadáver son tan asépticos como cualquier otro edificio diseñado para la burocracia. A diferencia de otras culturas, en Occidente nos hemos despojado de la intimidad con los

cuerpos muertos, y de la magia y el misterio que de ellos se desprende. La muerte es un trámite, de la muerte sólo se habla cuando es inevitable –¿o quizás ya no? En octubre de 2018 Barbara Hammer desafía todos los tabúes alrededor de la muerte en la conferencia performativa *The Art of Dying or (Palliative Art Making in an Age of Anxiety)*⁸. Hammer se está muriendo –morirá un año más tarde–, lleva 12 años conviviendo con su enfermedad, es una defensora de la muerte digna y la eutansia y nos anima a abrir el melón de la muerte. Dice: «En el mundo del arte, todos nosotros –artistas, curadores, administradores, amantes del arte por igual– estamos evitando uno de los temas más potentes que podemos abordar.»

8 *Art of Dying or (Palliative Art Making in an Age of Anxiety)*, La performance tuvo lugar en Whitney Museum of American Art in New York y se puede ver completa en el siguiente enlace de youtube: [youtube.com/watch?v=FMeoAxdZkl](https://www.youtube.com/watch?v=FMeoAxdZkl)

9 [deathcafe.com](https://www.deathcafe.com)

10 artofdying.org

11 [wecroak.com](https://www.wecroak.com)

Tengo la impresión de que la muerte está dejando de ser un tabú, especialmente en el ámbito anglosajón, para convertirse en una moda. Asociaciones, cursos de formación, eventos, charlas, están proliferando como escenarios de normalización de la muerte. El Death Cafe⁹, impulsado en 2011 en Londres es una red de encuentros periódicos, guiados por un mediador, en los que se invita a la gente a charlar con desconocidos para intercambiar ideas y sensaciones sobre la muerte. Desde entonces hay más de 7.000 Death Cafes en 58 países de todo el mundo. En Nueva York se ha creado el Art of Dying Institute¹⁰ (Instituto del Arte de Morir) con el objetivo de fomentar un «despertar cultural en torno al tema de la muerte y nuestra mortalidad, cómo morimos y las consecuencias para la forma en que vivimos». En enero de 2017 el MOMA dedicó su 19º salón a abordar el tema de la muerte en la modernidad. En 2019 en Barcelona la Sala Beckett le dedicó todo un ciclo temático: *Memento mori. Recordem-nos de morir*. Incluso hay una aplicación, Wecroak¹¹, que cinco veces al día envía citas en torno a la muerte para generar conciencia.

Aunque sin duda todas estas iniciativas están ayudando a normalizar la muerte y derrocar los tabúes que nos impiden hablar de ella, no podemos olvidar que el objetivo de la máquina capitalista es convertirnos en consumidores, y que los discursos críticos pierden su potencia cuando son reciclados en mercancía. ¿Cómo restablecemos nuestra relación con la muerte como un acto de resistencia para reclamar nuestros cuerpos y nuestras vidas?

12 Ver la web [orderofthegooddeath.com](https://www.orderofthegooddeath.com). En nuestro contexto existe la plataforma Funeral Natural alineada con los objetivos del movimiento muerte positiva y que ofrece abundantes noticias, información, y recursos en castellano sobre el tema. Más en [funeralnatural.net](https://www.funeralnatural.net)

El movimiento Death Positive¹² iniciado en EEUU y liderado por mujeres, considera la reivindicación de la muerte positiva como un terreno potencial para dismantelar las raíces de la desigualdad, el racismo y la marginación social. Este movimiento explica que hasta no hace mucho tiempo la muerte, el cuidado de los cadáveres y el luto se consideraban en gran medida como un trabajo femenino, que tenía lugar dentro del hogar. Sin embargo, cuando la muerte y el morir se convirtieron en industrias rentables –las industrias médica y funeraria–, y consideradas algo que sólo podían hacer los hombres educados y privilegiados, marginaron a las mujeres, separándolas de los papeles que habían desempeñado anteriormente durante siglos, y las empujaron al papel de consumidoras.

Nuestras interacciones con la muerte y la relación con nuestros muertos reflejan la disfuncionalidad y desigualdades del sistema en que vivimos. Nuestros ancestros sabían lo importante que era cuidar la relación con la muerte, a nosotras nos toca recordarlo.

Me cuesta terminar este texto, siento que estoy dando vueltas alrededor de algo que no puedo alcanzar. Que doy palos de ciego y solo llego a tocar las aristas de ese centro brillante. Hay también una emoción entre el agradecimiento y la ternura, quiero sostener la mano de mi abuela, la de mi madre, la de mi padre. Algo que no comprendo pero que me hace sentir una inmensa paz. Algo más grande que tú y que yo.

Entrevista a Daniel López Gómez (investigador CareNet)

Por Clara Piazuolo



Fotografía de Sarai
Cumplido

Daniel es Doctor en Psicología Social, profesor de los Estudios de Psicología y Educación de la UOC e investigador CareNet, un grupo de la UOC cuyo objetivo es entender el impacto de las tecnologías en la nueva configuración social y cultural del cuidado y de la alerta y preparación ante crisis, emergencias y desastres. CareNet tiene tres líneas de investigación: tecnologías para el envejecimiento y la vida independiente, comunidades y redes de asistencia y tecnologías para la prevención.

Casualmente conocí a Dani hace algunos años porque coincidimos como profesores en un máster, así que no me corté a la hora de escribirle y pedirle una entrevista. Dani es una persona muy amable y generosa, charlar con él fue un gusto. Empezamos hablando sobre cómo habíamos pasado respectivamente el confinamiento y sobre cómo el covid ha amplificado muchos de los temas que queríamos tratar en la investigación, por ejemplo la urgencia de desarrollar modelos alternativos de atención y

cuidado en la tercera edad. A lo largo de la entrevista desentrañamos las luces y las sombras del concepto de *cohousing* y abordamos los temas de la dependencia, la muerte y el duelo en las comunidades de gente mayor.

Clara: Vamos a empezar por lo fácil: ¿qué es el *cohousing*?

Dani: Yo diría que no existe el *cohousing* como algo unitario. Es decir, el concepto tiene un origen muy concreto y hay una genealogía definida: nace en los 60s en Dinamarca y es un movimiento vinculado, sobre todo, al diseño y la arquitectura. Sin embargo, para mí lo interesante del *cohousing* es el elemento más social que se da en el *cohousing senior*, es decir, la covivienda en mayores, y que tiene que ver con una necesidad vital compartida. Al llegar a la jubilación surgen las preguntas: ¿qué va a pasar ahora con mi vida? ¿con mi futuro? Las personas no quieren acabar en una residencia pero tampoco quieren estar solas. El modelo de cuidados tradicional familiar, en el que el cuidado de las personas mayores cae principalmente en las mujeres no es sostenible ni deseable por muchos factores. Así pues, la gente empieza a buscar alternativas y esas alternativas se agrupan entorno al nombre de *cohousing*, pero entre ellas hay muchas diferencias. En un determinado momento se le asigna el concepto de *cohousing* aunque muchos de los ejemplos que tenemos aquí no encajan estrictamente con los modelos que se han definido.

Y en España, el *cohousing* no es lo mismo que en Dinamarca, sin embargo esta palabra sí que nos sirve para aglutinar alternativas a los modelos tradicionales, de residencias, pisos con servicios y el cuidado familiar. Nosotros empleamos la idea de *vivienda colaborativa* como concepto paraguas, pero la clave en todos ellos es la autogestión. Para que sea considerado *cohousing* o *vivienda colaborativa*, ha de ser autogestionado. Esto en el fondo quiere decir que, como el Estado no va a cuidar de nosotros, el mercado hace que el cuidado sea poco accesible económicamente y la familia ya no es la proveedora de cuidados, pues nos juntamos los que estamos en una situación parecida para buscar una alternativa.

Clara: Por lo que he podido leer, resulta un modelo muy atractivo, pero al mismo tiempo me parece que es sólo accesible para las personas con un poder adquisitivo alto.

Dani: Cuando la gente asocia *cohousing* con poder adquisitivo, digamos que sociológicamente es cierto –porque los que han llevado a cabo los proyectos son gente con cierto poder adquisitivo y todos los proyectos en España son privados, son cooperativas y se llevan a cabo a través de los ahorros de las personas que invierten. Pero al hablar de “privilegiados” tenemos que profundizar un poco más. La franja de edad de las personas que ahora tiene entre 60 y 80 es la generación con el mayor poder adquisitivo ever. Claro que dentro de esa generación hay gente que tiene mucho y gente que tiene menos, pero en general, el estándar es gente

que como mínimo son propietarios, y por lo tanto es una generación en general capacitada para hacer la inversión que implica montar un *cohousing* pasada la jubilación: construir o arreglar un edificio y al mismo tiempo gestionar unos servicios propios para la dependencia, en el caso de que los servicios públicos sean insuficientes. Para esa generación, los que llevan a cabo el *cohousing* es una clase media. Pero a medida que pasa el tiempo, esto va a cambiar. La generación que ahora tiene 50 tienen menor poder adquisitivo que la anterior y lo que acabará pasando –o al menos lo que sería deseable– es que el *cohousing* que vemos ahora, que es gente de clase media, seguramente se irá diversificando, y la administración tendrá que empezar a entrar para desarrollar y escalar esas alternativas para que no sean iniciativas únicamente privadas para quien pueda permitírselo, sino que sea accesible a gente con rentas más bajas –que serán la mayoría. Al mismo tiempo, también veremos cómo aparecen *cohousing* privados para gente más pudiente. Es decir, que lo que pasará es que se irá diversificando cada vez más pero dependerá de la administración pública que el modelo se escale para que sea accesible, como ha pasado en países del norte.

Clara: ¿Crees que habrá un cambio de paradigma y el *cohousing* acabará sustituyendo al modelo de residencias tradicional?

Dani: No, un modelo no sustituirá al otro pero seguramente las residencias acaban transformándose en modelos más híbridos y habrá equipamientos intermedios. Las residencias, tal y como las conocemos ahora, seguramente serán sólo para personas muy dependientes y gente con demencia. Pero cambiarán. Se desarrollaran más lo que llaman unidades de convivencia, que son centros para menos gente, un estructura de entre 8 y 16 viviendas con cuidadores que hacen turnos y cocinas compartidas, que en cierto sentido toma la idea del *cohousing* donde los espacios comunes son importantes y se promueve la autogestión en muchas de las actividades. Serán como las residencias que también tienen en Dinamarca, mucho más como hogares.

Clara: Con respecto a esto me surge una duda. Mientras leía sobre estos temas fui a parar al documental de las chicas del Carmel, que habla de cuatro mujeres que llevan 40 años conviviendo y que reivindican el inventar fórmulas para ser consideradas familia. Este caso pone el acento no tanto en un modelo arquitectónico o de diseño, sino en un cambio social, en el que la familia ya no es la familia tradicional nuclear, si no que la familia son tus amigxs ¿El *cohousing* es también eso o no?

Daniel: Sí y de hecho es la parte que más me interesa, cuando una generación se plantea una crisis del modelo tradicional de cuidado familiar es porque está habiendo un cambio social, y esta alternativa pasa por envejecer en comunidad y “comunidad” se refiere a un grupo, puede ser un grupo de amigxs o de vecinxs o de apoyo mutuo. No necesariamente han de ser amigxs; la comunidad, tenga la forma que tenga, es la idea.

Las mujeres del Carmel es un *cohousing*: el *cohousing* no pasa siempre por construir un edificio, tiene que ver más con la autogestión y el apoyo mutuo. Y luego hay muchas formas de desarrollar eso, porque por ejemplo puede ser una fase de la vejez, pero cuando ya hay una gran dependencia quizás el *cohousing*, si no tiene determinados servicios, pues no sirve. Y surgen dudas: ¿hasta dónde llega la responsabilidad del grupo en el cuidado? Es un asunto, y ahí es donde están las diferentes configuraciones del *cohousing*. Hay algunos que contemplan el morir allí, hay otros que ponen los límites en el cuidado y te dirán «yo no estoy dispuesto a limpiar culos» –por ejemplo. Y las decisiones pasan por si se contratan servicios o si se tiene que ir alguien con dependencias. Cada proyecto define esos límites y en función de esos límites tendrá una forma u otra.

Clara: Ahora que comentabas lo de la muerte, ¿en alguno de estos proyectos se le da espacio a pensar también en formas de morir? ¿Se contempla la asistencia y acompañamiento en la muerte? En países donde la eutanasia es legal, ¿se piensa en incorporarla como parte del proyecto? ¿Es algo de lo que se habla? ¿Tienen una pastillita en el botiquín para cuando quieran morir y acuerdan darse la mano para acompañarse en ese trance?

Dani: Sí, está muy conectado. Cuando la gente piensa en cómo envejecer, también piensa cómo morir. Esto antes era algo que no se planteaba porque ya te venía dado, había una serie de inercias sociales y estaba pautado de una determinada manera. Las nuevas generaciones deciden que esas pautas ya no las quieren y deciden cómo envejecer. La decisión sobre la muerte aparece, y hay una correlación entre el *cohousing* y el tema de cómo morir. De hecho, muchas de las personas metidas en iniciativas de *cohousing* son también activistas en el movimiento por una muerte digna. Y luego: la muerte también está presente por el tema de la viudedad y el acompañamiento en el duelo. No es lo mismo pasar un duelo solo que pasarlo en comunidad. El duelo comunal es todo un asunto y, sin duda, una ventaja. Si vas a al la web de CareNet, Lluvi Farré ha hecho un trabajo de relatoría en el seguimiento a un grupo de *cohousing* en el proceso de definir el modelo de cuidados. Verás que el tema de la muerte es un tema recurrente.

Clara: Nosotras, cuando desde DU-DA empezamos a plantear esta investigación de *Morir Guay*, teníamos unas motivaciones bastante claras que tenían que ver con vivencias personales. Hemos pasado varios capítulos en los que hemos vivido de cerca el miedo, la angustia que provocan temas como la muerte, la dependencia, la vejez en soledad, etc. Quería saber si en tu caso también ha sido así, si a ti te ha interesado este tema porque te ves viviendo en un *cohousing* o qué te ha motivado.

Dani: La primera parte de tu pregunta: totalmente. Tanto mis padres como mis hermanos son muy mayores, mi padre y dos hermanos

ya fallecieron. Yo he vivido mucho en primera persona la parte de envejecimiento, cuidados, procesos de acompañar en la muerte y duelos, por lo tanto sí es algo que me toca de cerca, quieras o no son temas que los tengo muy presentes. La segunda parte, la de si me veo en *cohousing*, te diré que no lo tengo claro. Lo cierto es que es todo un trabajo de negociación en comunidad. Las reuniones son un trabajo duro y hace falta mucha cultura asamblearia y política. Los que lo han conseguido son gente muy comprometida, con bagaje previo, no hay otra manera de hacerlo. Y por otro lado, a mí no me interesa el *cohousing* sin todos estos procesos de los que hemos hablado. Si consultas la literatura de *cohousing* verás que se habla de comunidad, diseño social, arquitectura, pero pocos tocan estos temas vinculados con la vejez, que son centrales.

Clara: La muerte. ¿Sigue siendo un tabú?

Dani: No, el problema es que hay dos agendas, y la agenda del *cohousing* está muy marcada por el diseño y la construcción de viviendas y muy orientada a las familias jóvenes. En los congresos de *cohousing*, las iniciativas más visibles son de gente de nuestra edad más o menos, gente que está en fase de montárselo o tener familia en comunidad. Sin embargo, la mayor parte de *cohousing* que existe es de personas mayores y no se sienten tan identificados con este modelo de *cohousing*. Para ellas, las motivaciones son diferentes a la hora de construir una comunidad, están pensando en generar vínculos de apoyo por necesidad y atravesados por la sombra de la muerte y la dependencia. Pero en estos espacios, el *cohousing* no habla de esto: se suele poner el énfasis en otras cosas. Por eso te decía que a mí me interesa el *cohousing senior*.

Clara: ¿Y crees que funciona? Es decir, ¿es una buena manera de afrontar todo el miedo que nos produce el envejecer, la dependencia, el duelo, etc?

Dani: Sí, definitivamente, en mi etnografía he visto que pasar esos procesos acompañado es buenísimo y hace una gran diferencia. Acompañado de la forma que sea, ya sea con una gran o pequeña infraestructura, como con las chicas del Carmel, o con una red vecinal, el tema es no pasar eso solo. Pero muchas de estas personas han sabido generar nuevos vínculos en la vejez, y esos vínculos son diferentes a los que estaban acostumbrados o tenían antes. Ese es el gran reto.

Clara: En este sentido, para la generación de nuestros abuelos era impensable. La de nuestros padres ha sido pionera, ¿crees que para nosotros será algo mucho más natural?

Dani: No. De hecho creo que tendremos un gran problema porque nos falta mucho la cultura política de lo común. Tenemos ideas abstractas de lo que es la comunidad, pero no tenemos la práctica. Hay algo fundamental y es que sin deuda no hay comunidad. Es decir: tú debes algo y, por lo tanto, se genera un vínculo. Eso a nosotros nos da pavor.

Clara: Ostia, esto que acabas de decir es duro. Cuando te refieres a que sin deuda no hay comunidad, ¿es para romper con el idealismo de que una comunidad puede estar sostenida por lazos de solidaridad?

Dani: Bueno, es que cuando llega el trabajo de cuidados es duro. Y me refiero al de cuidar en la dependencia, eso es algo a lo que no estamos acostumbrados. El cuidado familiar, por ejemplo, se ha basado tradicionalmente en la deuda, es decir en la herencia, el clásico esquema en el que los mayores tienen la herencia y es transmitida a cambio de los cuidados. Esto en Cataluña era un clásico, el hereu recibía la herencia pero a cambio era el que debía cuidar a la familia...

Clara: Bueno pero en el esquema clásico la que cuidaba a la familia era la hija pequeña. En la familia de mi abuelo fueron trece hermanos y mi tía abuela, que era la más pequeña, no se pudo casar ni crear su familia porque desde pequeña la programaron para cuidar a sus padres y luego a sus hermanos y no empezó a vivir la vida hasta que no tuvo 70 años y ya se habían muerto todos.

Dani: Sí, sí, esto era un clásico, y el hereu, en principio, era el que debía hacerse cargo en términos económicos de esta hija pequeña. Pero en cualquier caso, el vínculo tenía que ver con la deuda. Pero todo eso ya ha cambiado y la pregunta ahora es: ¿es posible generar un vínculo de trabajo de cuidados, con continuidad, sin deuda? Nosotros no tenemos eso. Nosotros, cuando hay continuidad en el cuidado, pagamos un servicio. Estamos educados en la cultura del cuidado como servicio. Entonces, cuando se habla de comunidad y de apoyo mutuo dices: sí, pero hay unos límites muy claros –y tienen que ver con el trabajo de cuidados y cómo nuestra individualidad es más importante. Cuando hay cuidados tenemos que pagar un servicio. Eso, a veces, se olvida: el cuidado duro requiere deuda. Pero claro, ahí es donde entra el estado. En Dinamarca, no hay ningún *cohousing* donde haya trabajo de cuidados entre ellos porque es el Estado el que se encarga de eso, es público. Por eso es muy importante cuando se habla de *cohousing senior* contextualizar y saber en qué país y con qué tipo de sistema de cobertura social y sanitaria se cuenta.

Clara: Entonces tú ves difícil esta utopía de cuidarnos los unos a los otros porque socialmente no estamos educados para eso. ¿Qué haría falta? ¿Un cambio de paradigma a nivel de valores?

Daniel: Mi postura, que es muy personal, es que si el cuidado no se va a dar a nivel familiar ni a nivel comunitario, porque no estamos dispuestos a asumir lo que tiene de deuda, el tema es qué tipos de servicios de cuidados queremos. Es decir: servicios públicos, muy bien pagados, con unas condiciones laborales muy buenas para esas personas, un trabajo valorado... Y para eso hace falta un estado fuerte, parecido al de los países escandinavos. Sobre todo, tiene que haber un sistema público, pero

eso a veces no se lleva bien con el *cohousing*, porque a veces el *cohousing* está pensado como iniciativa privada aunque sea cooperativa.

Clara: ¿Puede entonces leerse el *cohousing senior* en España como una respuesta a un estado de bienestar cada vez más débil?

Dani: En España sí, es la idea de “como no me fío del estado porque no me va a dar los cuidados que necesito, y la familia ya no puede, me procuro yo una estructura donde se cubran mis necesidades”.

Clara: Y eso sólo lo puedo hacer si tengo dinero, ¿no?

Dani: Sí. Es así.

Clara: Pues vaya.

Dani: El *cohousing senior* en Dinamarca funciona porque hay un estado fuerte que asume todo el trabajo de cuidados. Si tomamos como referencia este modelo, tendríamos que demandar también un estado fuerte que asumiera, en gran medida, esos trabajos de cuidados.

Entrevista a Mercè Juan Jerez (presidenta Hospice Catalana)

Por Clara Piazuolo



Fotografía de Sarai
Cumplido

Mi hermana Mireia, de profesión enfermera, unos años atrás realizó una formación en el acompañamiento de la muerte y gracias a ella conocí Hospice, un movimiento que nació en Gran Bretaña a mediados del siglo pasado con el fin de garantizar los cuidados de cualquier persona que se encuentre en el proceso de final de vida. Aunque a veces se identifica *hospice* como el edificio que aloja a personas en situación terminal, en realidad se refiere a una forma de cuidar a estas personas que va más allá de un edificio o una institución. En España el movimiento Hospice apenas está implantado todavía ya que no existen infraestructuras y hay escasas ayudas públicas. Mercè Juan Jerez es la presidenta de la asociación Hospice en Catalunya. El 4 de noviembre de 2020 me encontré con ella en Can Ricart para llevar a cabo esta entrevista en la que conversamos sobre la necesidad de fomentar este movimiento y crear infraestructuras y redes comunitarias para el acompañamiento de la muerte.

Clara: Para empezar, cuéntame qué es Hospice y cuál es tu implicación en el movimiento.

Mercè: Yo soy de profesión enfermera y antropóloga. Como enfermera, realicé una formación en el Hospital San Pau para el acompañamiento en el final de la vida y allí me enseñaron que en Reino Unido existían los *hospices*, la institución encargada del proceso final de vida, que no sólo es un lugar físico sino toda una red comunitaria dedicada a cuidar a las personas que se mueren y a dar apoyo a las familias. Eso no significa que allí estén más preparados para morir –ni allí ni en la China, nadie está preparado para morir. Pero sí que gracias a los *hospice* se puede vivir mejor o con menos miedos el proceso del fin de la vida. En toda mi experiencia laboral como enfermera he visto que, en nuestro país, hay un carencia en este sentido, y decidí no seguir trabajando con instituciones hospitalarias e iniciar este proyecto. En este camino me he encontrado con personas afines y así iniciamos una asociación para reivindicar este espacio de cuidados que es muy duro pero también muy satisfactorio. Los Hospice cumplen una función social y comunitaria, ofrecen una muerte más trabajada acompañada de profesionales de múltiples disciplinas. El covid, en este sentido, ha sido muy traumático, es totalmente inhumano que las personas hayan muerto solas y sin acompañamiento por una casuística que se llama covid. Ha sido incongruente y terrible, la solución no tenía que haber pasado por el aislamiento, somos seres sociales y comunitarios y morir en soledad va contra nuestra naturaleza, salvo que la persona así lo decida y se le respete.

Clara: ¿Cuál sería el protocolo estándar cuando una persona acude a vosotros porque sabe que va a morir?

Mercè: Se podría hacer una analogía con el embarazo. Cuando a una mujer le dicen que está embarazada, va a que le informen, hace preparación para el parto, organiza los preparativos, avisa a sus seres queridos para que le acompañen, y una vez nace el bebé hay todo otro proceso de adaptación. En el ámbito del morir es muy similar: cuando le dan el diagnóstico de fase final la persona se pone en contacto con el Hospice, hay muchas sesiones de charla, de control de dolor, de asesoramiento, nosotros acompañamos también en las casas... Si la persona está sola y no quiere estar sola en casa, nosotros le brindamos ese acompañamiento en su casa. Todo el mundo tiene un papel activo, y una vez la persona muere también hay un seguimiento con los familiares. El duelo dura aproximadamente un año. Este es todo un proceso, en el que hay mucho trabajo.

Clara: ¿Qué sería un buen morir? ¿Qué objetivos o factores hacen falta para un buen acompañamiento?

Mercè: Para mí, el enfoque más apropiado es el de Hospice. El primer principio dice que hay que poner a la persona en el centro y respetar el tipo de cuidado que quiere recibir durante el proceso de enfermedad, el de muerte y sus disposiciones post mortem. Para eso también es muy importante que la persona reciba toda la información que necesita, que

no haya ocultamientos. Por otro lado, cuando una persona llega a Hospice es muy consciente de lo que le espera y es muy importante acompañar. Hay que estar, no tanto hacer. Y a veces eso nos cuesta porque hay una tendencia al intervencionismo. No todo el mundo está preparado para estar sin hacer.

Clara: Por tu experiencia, ¿qué es lo que más tranquiliza a las personas que saben que se están muriendo?

Mercè: Les da paz saber que estarán bien cuidadas. El peor miedo es al dolor. Por eso, saber que pueden tener el cuidado necesario para no sufrir es importante. Y luego, saber que tus familiares estarán bien. La preocupación por los familiares es muy frecuente, y eso se soluciona dando pautas para hablar y espacio para cerrar temas que puedan estar abiertos. Es muy importante ser flexible, saber escuchar y saber estar, eso es difícil y no te lo da ningún máster. Desde Hospice estamos preparando una formación para esta figura que en algunos contextos llaman *doula*. Nosotros no lo llamaremos así, pero será una formación para las personas que tengan el coraje y el saber respetar el honor que supone acompañar a otras personas en la muerte.

Clara: ¿Cuál es la relación con el hospital? ¿El hospice es una institución independiente de los hospitales?

Mercè: Son instituciones complementarias. Nosotros todavía no tenemos un espacio físico y es lo que estamos reclamando. Hay diferentes sensibilidades frente a cómo abordamos la muerte, pero el trabajo ha de ser conjunto ya que los hospitales son los que tienen los programas de curas paliativas, pero no todas las personas que mueren en el hospital pasan por esta unidad. Los profesionales han de darte la opción que tú quieres, morir en el hospital no es bueno o malo, pero las personas deben poder elegir. Ahora mismo, si tú renuncias a un tratamiento de oncología ya no te dejan volver al hospital. El *hospice* no debería ser una alternativa si no un complemento.

Clara: ¿Es necesaria una pedagogía de la muerte? ¿Hasta qué punto la religión se ha encargado de ello?

Mercè: Una cosa es la pedagogía y otra la religión, y quien ha hecho pedagogía de la muerte es sobre todo la ciencia. Aunque también la ciencia ha sido dogmática. Por ejemplo, en la idea impuesta de que hay que *luchar* hasta el final y morir en el hospital. La religión ha dado cierto acompañamiento en el sufrimiento psicológico, en los miedos, y especialmente otras religiones como el budismo. Pero no hay que mezclarlo con la pedagogía. Sí que es cierto que las personas creyentes parecen estar más tranquilas con la idea de morir, y ahora hay una tendencia a hablar de espiritualidad en un sentido amplio o espiritualidad laica. Este siglo será sin duda el del trabajo del miedo a la muerte,

hace falta mucha pedagogía todavía y mucha incidencia en el trabajo comunitario, en este sentido vamos muy atrás con respecto a otros países.

Por otro lado, hay un problema y es que cuando hablas de pedagogía parece que hables de niños. Pero los niños no necesitan una pedagogía de la muerte porque los niños aprenden de lo que tienen alrededor. Si trabajamos con las generaciones que acompañan a los mayores y se fomenta la presencia de los niños en todo el proceso, se ritualiza la muerte, se hace un duelo compartido, entonces los niños se educan en la comunidad. Al fin y al cabo seguimos siendo tribus, por eso es muy importante integrar a los niños en todas las etapas de la muerte. Vivimos tan rápidamente que no nos damos tiempo ni para pensar ni para hablar de la muerte, que además nos da pánico, y hay que empezar a abrir las conversaciones sobre la muerte en nuestra cotidianidad de forma natural, sin que sea un tabú.

Clara: ¿Qué es para ti la muerte?

Mercè: Para mí, la muerte no es algo malo, no le tengo miedo a la muerte. No soy religiosa ni creo en dioses inventados por hombres, pero los estudios en física cuántica me han ayudado a comprender que la energía que nos da vida se transforma. Y que nosotros somos seres energéticos que al morir nos transformaremos.

Clara: Por último, ¿qué opinas de los funerales y qué alternativas podemos tener a las que te ofrecen las funerarias?

Mercè: Hay un movimiento de anti funerarias que se ha creado, sobre todo, por los precios, no porque los rituales sean nefastos. Cuando te mueres, a nivel antropológico, es muy importante tener el cuerpo presente para despedirte e iniciar el proceso psicológico del duelo. Tenerlo es muy importante: cuando, por el motivo que sea, no puedes tener el cuerpo de la persona muerta, es muy posible que tengas un duelo cronificado y mal resuelto. Después viene la despedida social, y cada persona es diferente en este sentido pero requiere su tiempo. Hoy en día te dejan acompañar el cuerpo 24h y luego te vas a trabajar. Se ha acortado el tiempo de la despedida y del duelo social. Antiguamente, cuando se moría alguien cercano –padres, pareja–, la persona se vestía de negro. Esto significaba que había que respetar la tristeza y darle su espacio. No digo que haya que volver a eso, pero sí encontrar la manera de dar espacio al duelo. Hoy en día se te muere alguien y tienes que seguir haciendo vida normal. Deberíamos reestructurar todo el proceso de final de vida, y vivirlo mejor.

Entrevista a Pau Berbel (Amigos de los mayores)

Por Clara Piazuolo



Fotografía de Belén Soto

La Fundación Amigos de los Mayores trata de paliar uno de los grandes dramas de la vejez, que es la soledad no deseada. Pau Berbel trabaja como coordinador territorial de la fundación y ha realizado investigaciones sobre sin-hogarismo, sobre el proceso de excarcelación y evaluando el retorno social de proyectos socioeducativos. Además, es amigo de mi compañera de DU-DA Belén, quien nos presentó y acompañó en la entrevista que al final se convirtió en una interesante conversación a tres bandas.

Clara: Pau, cuéntanos, ¿qué es Amigos de los Mayores?

Pau: Es una ONG que lleva 33 años trabajando con la misión de dar respuesta a la soledad y el aislamiento de las personas mayores a través del voluntariado –poniendo en contacto a personas voluntarias para el acompañamiento con personas mayores– y de la sensibilización de la

sociedad. Desde hace algunos años ha iniciado el Observatorio de la Soledad, una plataforma de generación e intercambio de conocimiento en torno a la soledad no deseada que, por ejemplo, ahora con la crisis del covid, ha desarrollado una guía para orientar las llamadas de apoyo a personas mayores.

Clara: En la entrevista que hicimos a Daniel hablamos del *cohousing senior*, un modelo de vivienda compartida para no vivir la vejez en soledad. ¿Qué otras alternativas hay para no vivir en soledad y no terminar en una residencia?

Pau: Nosotros llegamos a un perfil que es el de la soledad no deseada o el aislamiento. También es verdad que hay gente que está muy ricamente viviendo sola, pero vivir solo es un factor de riesgo a partir de cierta edad. Por eso, se plantean otras opciones de vivienda que vengan a solucionar el tema de la soledad, como proyectos intergeneracionales que juntan a estudiantes con personas mayores –pero eso se queda en una parcela muy pequeña a la hora de resolver situaciones de soledad.

Es clave para determinar opciones saber si hay situaciones o no de dependencia: si no hay dependencia hasta el punto que necesiten estar en una residencia, creo que los proyectos que mejor funcionan son los de viviendas con servicios en los que las personas pueden mantener su autonomía para tomar decisiones como, por ejemplo, decidir si quieren tener mascota, o si se quieren hacer la comida, o qué quieren en su compra. Y que los propios proyectos residenciales o de vivienda formen parte de la comunidad y no queden alejados –por ejemplo, que el mismo complejo incluya la Biblioteca Pública del barrio. Mantener esta autonomía en las decisiones y, a la vez, tener servicios de acompañamiento, es una buena fórmula, aunque igualmente se pueden sentir solos. Lo que sí hemos observado es que, cuando hemos planteado opciones de convivencia, es habitual que las personas que llevan mucho tiempo en su piso sientan un gran apego a su espacio y no quieran vivir en otro lugar, por mucho que se les ofrezca la posibilidad de convivir con otras personas y no estar solos.

Clara: ¿El acompañamiento que hace Amigos es sólo psicológico o atiende también otras tareas o ayudas en la dependencia?

Pau: Ni siquiera psicológico, es emocional. Es hacer compañía, es como el rol que tendría un vecino o vecina que se pasa por tu casa una vez por semana para hacerte una visita o ir a pasear o al cine.

Clara: ¿Y las personas mayores han de tener unos requisitos para poder optar a ese acompañamiento?

Pau: Sí que el deterioro cognitivo muy avanzado puede ser un criterio de exclusión, porque la idea es construir un vínculo entre el voluntario y

la persona mayor. Hay otro tipo de asociaciones que se ocupan de estas personas pero no nosotros, hace falta tener una formación para acompañar en este tipo de procesos de deterioro. Pero sí que puede pasar que empiece la relación sin deterioro y que al cabo de tres años se dé. En ese caso hay un acompañamiento especial al voluntario para darle herramientas.

Clara: ¿Cuál es el perfil de los voluntarios?

Pau: Es variado, la edad media es 51, donde nos cuesta más llegar a gente de menos de 30. El 70% de las voluntarias son mujeres. Y dentro de eso hay mucha variedad de profesiones, perfiles y experiencias previas de voluntariado. En general, la gente se acerca porque ya ha vivido de cerca situaciones previas, quizás con abuelos y abuelas que echan de menos, o porque les llama la atención ver a gente mayor sola en las plazas y quieren hacer algo al respecto. En general, no notamos que haya una reflexión previa en plan “hay un problema estructural gravísimo con la soledad”, o que sea parte de una agenda política.

Clara: ¿Son vínculos de largo recorrido los que se crean o es un acompañamiento más circunstancial?

Pau: La idea es que sí, que sea un vínculo hasta que la persona muera.

Clara: Entiendo que eso sería el ideal pero, ¿es lo que pasa?

Pau: Pasa en un porcentaje bastante alto de los casos. Lo que también pasa es que el vínculo se va reconfigurando. Por ejemplo: se parte de un encuentro a la semana presencial, pero si hay un cambio de ciudad esos encuentros se convierten en llamadas y visitas puntuales. Pero se mantiene un vínculo de amistad. A parte de otras posibilidades de relación, individual y/o grupal, que pueden tener las personas mayores en la organización.

Clara: ¿Bajo qué criterios la organización busca los perfiles para que se gusten?

Pau: Disponibilidad, cercanía, intereses, pero también carácter, necesidades... Por ejemplo, si hay un voluntario al que en general le cuesta poner límites, evitaremos que acompañe a una persona mayor que sea muy demandante.

Belén: Cuando vivía en Madrid estuve intentando involucrarme con Amigos de los Mayores, y estuvieron buscándome un match. Mientras, estaba involucrándome más en la colaboración con actividades organizadas. Pero cuando fui a conocer a alguien, la persona mayor, en el último momento, se echó para atrás. Me hace pensar que no debe ser fácil pedir esa ayuda y reconocer que una está sola... ¿Es así?

Pau: Sí, es una de las grandes dificultades, hay estigma y hay vergüenza.

También hay un tema de género: a los hombres les cuesta mucho más reconocer que esa soledad es un problema y les cuesta decir abiertamente que se sienten solos. También está el tema de las familias; no entienden porqué se sienten solos sus mayores si van los nietos a visitar una vez por semana o comen juntos los domingos. Y el tema del qué dirán si viene un extraño. Pero hay que entender que igual que nuestra vida social, cuando somos jóvenes, no pasa sólo por la familia, de mayores es igual, y con la familia hay necesidades de sociabilidad o amistad que no se pueden cubrir.

Con respecto a cómo llegan las personas mayores a pedir ayuda a nuestra organización, en muchos casos es a través de los servicios sociales que detectan ese problema. Pero hay otros agentes que se salen del circuito de ayuda, como puede ser la panadera, la farmacéutica, o el trabajador del banco, que también son importantes para detectar situaciones de soledad no deseada. Y también funciona muy bien el boca oreja entre gente mayor que ha tenido voluntarios y se lo comentan a otra persona mayor.

Clara: Antes hablabas de las relaciones de largo recorrido, poniendo la muerte como el final de esa relación. En este sentido, ¿se contempla que las voluntarias hagan también un acompañamiento en la muerte, hay formaciones para eso?

Pau: Creo que esa sería una asignatura pendiente en la organización. Creo que las personas mayores sacan más el tema de la muerte que las voluntarias, a las que quizás les incomoda. Pero, de hecho, luego, muchas personas voluntarias que son más mayores, 50 o 60, dicen a veces «me estoy enfrentando a mi propio envejecer y a la muerte con más herramientas». Creo que ahí hay un tema.

Clara: ¿Piensas que la muerte sigue siendo un tabú?

Pau: Sí, sin lugar a dudas. Incluso con las dolencias, con la decrepitud. Este paradigma del envejecimiento activo hace que otros envejecimientos más pasivos resulten menos atractivos para las voluntarias.

Clara: Te escucho hablar y pienso que quizás, si te acercas como voluntario, puedes tener una idea un poco romántica en plan «voy a acompañar al viejito que me va a contar historias de la guerra civil», pero que luego hay realidades muy duras y cuando vienen todos los temas más dramáticos y rugosos de dependencia, enfermedad, etc, ahí igual hay más barreras porque no estamos preparados para enfrentarnos a eso.

Pau: Sí, incluso para aceptar que igual la persona mayor no quiere tomar la medicación o no quiere hacer ejercicio. Es difícil no juzgar y aceptar este tipo de situaciones. A veces nos pueden decir «es que el voluntario me insiste mucho en que salga a pasear y a mí no me apetece salir».

Clara: ¿Cuáles son los conflictos más frecuentes?

Pau: En relación a los límites, es muy importante que estén claros y mantenerlos. En el acompañamiento presencial, por ejemplo, establecemos que el acompañamiento es de dos horas una vez por semana, para que no se establezcan relaciones de mucha demanda por parte de la persona mayor, pero también posesivas por parte del voluntario –que ha de intentar hacer de puente para que la persona mayor tenga acceso a servicios y actividades y no se quede únicamente con su compañía. A veces el voluntario siente que es *su* persona mayor y no abre posibilidades. Y no es fácil esta cuestión de los límites, ya que es un voluntariado que, al final, de lo que trata es de construir un vínculo de amistad. Negociar límites sin que encorsete la relación es una de las mayores dificultades.

Belén: Entonces, Amigos de los Mayores funcionaría como una institución reguladora de los afectos que establece ciertas normas de cómo debería ser la relación. Pero, ¿hay fugas en este sentido?

Pau: Sí, porque no es algo rígido y las relaciones van mutando. Al cabo de cuatro años, igual un voluntario quiere invitar a la persona mayor a comer con su familia. Y pensamos que está bien, en determinados casos, flexibilizar esas pautas. Por otro lado, el hecho que más allá del acompañamiento individual presencial haya otras formas de participación y relación –telefónico, encuentros de proximidad, grupal a domicilio, talleres, salidas culturales, etc– permite que las personas se puedan vincular a la organización más allá de su voluntario/a individual.

Clara: ¿Cuál es el perfil medio de los mayores en relación a su clase social? ¿hay personas en exclusión o en la pobreza?

Pau: Sí, sobre todo los casos que vienen a través de servicios sociales. Pero también es verdad que existe relación entre soledad y clase social, podemos reducir el sentimiento de soledad si invertimos en mejorar las condiciones de vida de las personas mayores. También puede haber casos de soledad importante en personas de clase alta, incluso te diría que hay casos de soledad muy extrema: personas mayores que se han retirado a envejecer a su chalet de la urbanización de la costa y han envidado. Esa persona, de repente, puede tener varios factores de riesgo: no tiene ni una plaza, ni transporte público, ni una cafetería. Y a pesar de que pueda pagar servicios de cuidado se pueden sentir muy solas. Este perfil de persona también tiene, seguramente, muchos más obstáculos a la hora de pedir ayuda a una ONG.

Belén: El hecho de que sea un servicio gratuito hace que sea más accesible para les que no lo pueden pagar. Pero, por otro lado, ¿puede ser también un motivo de rechazo para personas más acomodadas?

Pau: sí, a veces resulta difícil llegar a esos perfiles.

Clara: *¿Se puede hacer una lectura de la ONG, de los casos que tenéis, de las redes de cuidados, etc, aplicando una mirada decolonial?*

Pau: Es una pregunta que para responder necesitaría un análisis más profundo, y quizás desde la ONG todavía no hemos hecho ese trabajo. Pero sí hay muchos elementos que podrían tomarse en cuenta; por ejemplo, el hecho de que no tengamos a nadie del pueblo gitano. Con el Observatorio hicimos unos grupos de discusión para vincular racismo y edadismo, invitamos a gente de colectivos y a profesionales, y había comentarios racistas por parte de los grupos de los mayores y comentarios edadistas por parte de los grupos antiracistas. Desde la propia organización tenemos que plantearnos si los diferentes programas que ofrecemos son atractivos y adecuados para un perfil más diverso de personas mayores, como pueden ser el de las personas racializadas; que pueden añadir otros elementos en la vivencia y expresión de la soledad. La conclusión es que todavía estamos muy lejos y hace falta mucho más trabajo en este sentido.

Clara: *¿Cómo se ha vivido desde dentro de la ONG el confinamiento?*

Pau: Hay mucha variedad en los diferentes casos y hay muchos factores relacionados con las condiciones materiales. Por ejemplo, si el piso tiene luz o no, si tiene balcón, si te han quitado los servicios sociales o no. Hay gente a la que el confinamiento no le ha cambiado sus rutinas porque ya antes del covid no salían de casa. Es complejo, pero quizás lo más significativo es el miedo que se ha generado, sobre todo a través de la tele y la radio, que son casi los dos únicos medios que utiliza la gente mayor y que están muy presentes en sus hogares.

Clara: *¿Has pensado cómo te gustaría envejecer y cómo te gustaría morir? ¿es algo en lo que piensas y tienes presente?*

Pau: Lo he pensado desde que estoy en la Fundación Amigos de los Mayores, antes ni me lo había planteado. También ahora mis padres se están haciendo más mayores, y me resuenan muchas cosas. Me ayuda ver personas mayores que se salen del paradigma de envejecimiento activo –tengo los dientes blancos y practico ski– porque es poco real. Me llaman la atención mujeres mayores que tienen una red muy guay de apoyo y me gusta imaginarme así. Y el tema de la muerte, cuando lo ves más de cerca, lo piensas más. Ves personas mayores que te dicen «es que se han muerto todos mis amigos». Esto claro, incomoda pensarlo.

Clara: *¿Y cómo lo viven?*

Pau: A veces con una entereza que sorprende, con aceptación.

Clara: *¿Crees que el aprender a morir es algo que te llega con la edad y la experiencia de forma natural, o hay detrás un aprendizaje que tiene que ser más consciente?*

Pau: Es una pregunta interesante aunque no la tengo muy pensada. Intuyo que sí que la experiencia ayuda, y los años te pueden ayudar a relativizar ciertas cosas. También, el haber vivido pérdidas y situaciones dolorosas te puede preparar. Aún así, nadie quiere ser mayor, hay muchas resistencias, escuchas a gente de ochenta años decir que no quieren ir al casal «porque ahí solo hay viejos». O la resistencia a usar bastón porque es un símbolo de edad avanzada.

Clara: *Quizás esta resistencia a hacerse mayor se debe, en parte, a que actualmente ser anciano ya no es un valor, se ha perdido el estatus de sabio que existía antes. Vieja es un insulto, cuando debería tener otras connotaciones como sabiduría, respeto, experiencia, etc.*

Pau: Sí, otro síntoma de esa infravaloración es que se les infantiliza.

Belén: Y se les caricaturiza también.

Pau: Es una visión muy negativa y muy homogénea, porque de los setenta a los noventa hay tanta variedad, tantos matices, tantas formas de envejecer, de enviudar, de vivir en soledad, que no tiene sentido meterlos a todos en el mismo saco.

Belén: En las personas mayores de mi familia he notado que, por lo general, los hombres han empezado a pensar más en su propia muerte cuando han enfermado. En cambio he visto a las mujeres –muy marcado desde los partos de sus nietos– empezar con los comentarios más o menos sarcásticos sobre lo poco que les queda, estableciendo cierta circularidad de las vidas. También a algunas de ellas las he visto relacionarse de una forma más melancólica y a largo plazo con la muerte, como deseando que llegue. ¿Hay gente mayor con mucho miedo a la muerte?

Pau: Sí, claro. Quizás la experiencia te da herramientas pero también hay gente que tiene miedo a morir. Y hay muchas angustias.

Belén: *¿Crees que vivir la muerte de personas queridas y acompañar en la muerte te prepara para tu propia muerte?*

Pau: Tengo la intuición que sí, pero supongo que depende de cómo has vivido esas pérdidas cercanas, porque también te pueden llevar a una depresión de la que no salgas. Depende de cómo lo vivas y de las herramientas y estrategias de resistencia que tengas.

Belén: En relación a la entrevista de Dani –decía que no había cuidado ni comunidad sin deuda. En Amigos de los Mayores, ¿crees que funciona esta lógica?

Pau: En Amigos de los mayores, el rol del voluntario es particular, porque se crea artificialmente un lazo de amistad. Puede verse como una

instrumentalización de los afectos. La lógica del voluntariado es diferente, creo que sí puede darse esa lógica porque no es horizontal. Y también los límites están muy claros, no hay cuidados en el sentido de cuidar en la dependencia.

Clara: ¿Crees que estamos capacitados para cuidarnos entre nosotros cuando llegue el momento?

Pau: No sé si mantendremos ese deber cultural hacia la familia, seguramente sí, aunque me genera más dudas entre amigos/as...

Belén: Todo el rato sale la familia biológica como algo que está por encima de lo demás, es algo que todavía está muy asentado. A la vez, vivimos un momento en el que estamos cuestionando que no se puedan construir lazos igual o más fuertes con otras que no son ni nuestra familia biológica ni nuestras parejas –que son con quienes tradicionalmente se espera que continuemos manteniendo el lazo biológico familiar. Me hace dudar si estos otros modelos que nos funcionan ahora, que somos jóvenes y que no necesitamos que nos limpien el culo, podrán funcionar al envejecer cuando seamos dependientes a este nivel.

Pau: Sí, desde luego la familia está por encima, un síntoma es esa barrera que os decía antes: que si hay familia las personas mayores no se deberían sentir solas. Pero es que hay mucho más allá de la familia. No sé como será en nuestra generación, ni si seremos capaces de comprometernos con otros modelos. También habrá que ver qué rol va a jugar el Estado, y cómo los servicios públicos se implican en los cuidados.

Entrevista a Eva Lamote de Grignon (Derecho a morir dignamente)

Por Clara Piazuolo



Fotografía de Clara Piazuolo

Eva Lamote de Grignon ha sido parte de la junta directiva de la asociación Derecho a Morir Dignamente, es doctora en medicina, tiene un máster en terapia de conducta, ha trabajado como asesora técnica en el departamento de Sanidad del Gobierno de Aragón, y es miembro del comité de Ética Asistencial de Zaragoza. Ya está jubilada pero sigue activa dando clases de Educación Sexual en institutos, estudiando filosofía en la universidad y dibujando comics.

Además de todo eso, Eva es mi madre.

Una vez, yo tendría unos 7 u 8 años, le comuniqué algo muy importante: que si ella se moría yo la enterraría en una fosa común. En ese momento sentí que mi madre no entendió lo que le quise decir. Ella dice que sí, pero que aún entendiéndolo, curiosamente, le dolió. Yo estaba en esa edad en la que te preguntas sobre la muerte y piensas que si investigas lo suficiente

puedes llegar a comprender su significado. Mi conclusión, después de interrogar a mis padres ateos militantes acerca de enterramientos, autopsias, zombies, vampiros, cementerios y fosas comunes, es que un cadáver era nada. Que la muerte era nada. Y la mejor manera que encontré de demostrarle a mi madre que al fin había entendido su mensaje fue decirle que podía estar tranquila, que no iba a gastar ni un céntimo en ritos y ataúdes y que su cadáver se pudriría en una fosa común. En esta entrevista, de verano de 2020, continúo con ella la conversación sobre la muerte y hablamos de nuestros peores miedos: sufrir una muerte indigna, quedarnos sin las personas que más amamos, perder la capacidad para decidir sobre nuestras vidas.

Hablad con vuestros seres queridos sobre la muerte, hablad sin miedo y sin tapujos. Hablar de la muerte es un acto de amor profundo, y así se siente.

*La entrevista original es en catalán, que es mi lengua materna.

Clara: Si quieres, para empezar explícame qué es la asociación Derecho a Morir Dignamente (DMD) y cuál es tu implicación.

Eva: No sabría decirte cuántos años hace que soy socia. Muchos, la mayor parte de la gente, por lo que yo he visto, se hace de la asociación porque ha perdido a alguien de una manera muy dolorosa o trágica. En mi caso no es así, me hice socia mucho antes de las pérdidas personales. A mí siempre me ha parecido que el derecho a morir como tú quieras es algo indiscutible, y desde que era muy pequeña he tenido esta conciencia de la muerte. Pienso que ya que no podemos elegir dónde, cuándo y cómo queremos nacer, al menos la muerte tenemos que poder decidirla. Y no entiendo por qué hay tanto interés por parte de las instituciones políticas y religiosas en impedir que la gente se muera cuando quiera y como quiera. Yo me hice socia de DMD en cuanto supe que existía. Te diría que, al comienzo, era semi clandestina, porque básicamente se dedicaba a ayudar a morir a la gente cuando todavía no existían los paliativos. Estamos hablando de los años 80. La gente con enfermedades como el cáncer se moría con mucho sufrimiento porque los paliativos todavía no estaban implantados y los sanitarios no podían hacer nada, ni se les ocurría administrar morfina –siempre ha habido mucha prevención a la hora de administrar morfina. Entonces, DMD, de una manera semiclandestina, ayudaba en casos muy concretos porque claro, se jugaban el tipo.

Yo me apunté como socia de carné, y cuando llegué a Zaragoza, ya más adelante, cuando el yayo se puso mal y quería que le ayudaran a morir, me impliqué más directamente. Lo que pasa es que, en ese momento, era una cosa más teórica que práctica: te orientaban legalmente, te ayudaban a hacer el testamento vital, te proporcionaban abogados, etc. Pero lo de proporcionar la medicación letal era una cosa prácticamente imposible. Cuando me impliqué más, me hicieron de la junta directiva y estuve cuatro

o cinco años viendo cómo en aquella época era muy difícil, por todas las trabas legales. Por eso, la labor principal era informativa. Uno de los problemas que había identificados es que la gente, en general, no sabía que tenía derecho a pedir un testamento vital donde hacer explícito que no quieres que te alarguen la vida –no que te ayuden a suicidarte, que esto sigue siendo delito, aunque ahora hay en el parlamento una propuesta de ley por la eutanasia que se tiene que votar de aquí poco. Sobre todo, la tarea de DMD era dar información legal y difundir este testamento vital que te da unos derechos.

Clara: ¿Por qué es tan importante hacer el testamento vital?

Eva: Es muy importante porque si tú, por ejemplo, ingresas en un hospital en coma y nadie sabe cómo quieres morir, los médicos harán todo lo posible para alargarte artificialmente la vida. El objetivo es conservar la vida como sea, entubarte, respiración artificial etc. Aunque la calidad de vida que tú tendrás si te resucitan sea pésima, aún así, ellos tienen la obligación de intentar revivirte. Es importante que la gente esto lo sepa, que si no lo dejas por escrito deciden por ti y puede que decidan cosas que tú no habrías querido. Después está también la familia: si la familia decide que te tienen que alargar la vida artificialmente, lo que cuenta, si no has dejado testamento vital, es lo que diga la familia. Si quieres decidir por ti, haz el testamento vital.

Clara: ¿Y entonces en DMD no te dicen cómo conseguir la medicación para suicidarte?

Eva: En ocasiones muy puntuales dimos direcciones a personas que lo necesitaban. Actualmente, si te quieres suicidar con medicación es muy difícil, te tienes que tomar muchas pastillas, no es muy eficiente, te puede fallar y además la información que hay es muy confusa.

Clara: ¿Y por qué crees que es tan difícil conseguir un medicamento que te garantice una muerte fácil?

Eva: Porque ayudar a suicidarse es delito y los que tienen acceso son médicos que han hecho el juramento hipocrático. Hay muchos que por principios se niegan y otros que se niegan porque las consecuencias pueden ser muy duras, incluso la prisión.

Clara: Ya, pero... ¿cómo es que no hay un mercado negro?

Eva: Sí que lo hay. A través de internet se puede conseguir, pero igualmente la policía está muy encima de esto. Hay un movimiento de gente que, para reivindicar el suicidio mediante medicación, se graban en vídeo y lo hacen público. Pero entonces la policía va a saco a rastrearlo. Por ejemplo, no sé si te acuerdas del caso del Dr. Luis Montes, que fue un defensor de la sanidad pública y del derecho en la muerte digna, y fue

objeto de una persecución de los Gobiernos del PP madrileño, que lo acusaron de ser el responsable de las muertes de centenares de pacientes a causa de las sedaciones practicadas por su equipo en el hospital de Leganés, cuando lo único que hacían era sedarlos para evitarles el sufrimiento. La Justicia al final lo absolvió, pero el mal ya estaba hecho. Y es que es una cosa que todavía está muy, muy perseguida, el artículo 143 del código penal prohíbe expresamente la ayuda. Y hasta la inducción, es tremendo. Lo que ha hecho muy bien DMD en este sentido son manifestaciones, artículos y difusión para movilizar a la opinión pública. De hecho, hay encuestas que dicen que un 84% de la población está a favor de la eutanasia.

Clara: Pero en otros países ya es legal, ¿no?

Eva: Sí. Curiosamente en Bélgica, que es un país supercatólico, está aprobada la eutanasia y el suicidio asistido hasta para los menores. Y fíjate tú la hipocresía que el día que se votó, como Bélgica es una monarquía católica, el rey abdicó 24 horas para no hacerse responsable. También es legal en Holanda, Colombia, Canadá, en algunos estados de Norteamérica...

Clara: Yo me pregunto, si se aprueba el acceso a un fármaco para suicidarse, ¿cuáles serían las consecuencias? Teniendo en cuenta que nos dirigimos hacia un futuro con una brecha socioeconómica cada vez más grande, si hay una población muy envejecida que no se puede mantener, ¿el acceso al suicidio no provocaría que las personas que no pueden tener una vida digna, las personas mayores sin pensiones ni recursos económicos, serían las que optarían por esta salida? Sería un futuro distópico pero plausible, puesto que por intereses económicos esto sería una manera fácil de acabar con las capas consideradas inútiles por el sistema. Decirles: aquí tenéis una salida a vuestra vida miserable. Gente vieja, pobre, enferma, no productiva. Lo que quiero decir, resumiendo, es que si se democratiza el acceso a fármacos para suicidarse seguramente la gente que se suicidaría serían los pobres y no los ricos, ¿no?

Eva: Sí, probablemente. Y es que este es el gran debate que no se está reflexionando, el debate que ha habido hasta ahora es puramente ideológico, en términos del valor de la vida en abstracto. Si la vida es sagrada o no, de la manera en que la defiende la Iglesia. Pero en cambio debatir en estos términos es algo que no se hace: qué supone abrir la puerta a que el suicidio no sea una opción deliberada si no forzada por las condiciones de pobreza y de injusticia social. De esto no se habla. Por eso, si se hacen leyes de este tipo, se tienen que poner muchas salvaguardas para que no sea «no te pagamos la pensión pero te damos un pasaporte a la eternidad».

Clara: ¿En la asociación DMD qué se entiende por una muerte digna?

Eva: No hay una definición estándar. Para cada persona es diferente; una muerte digna es la muerte que tú quieres, habrá gente que pensará que una muerte digna es sufrir mucho para ofrecer sus sufrimientos a Dios y en cambio habrá gente que quiere morir antes de ser una carga para los demás. Incluso el concepto de *dignidad* también es muy subjetivo y cambia. Tengo un artículo que podéis publicar en vuestro proyecto, que precisamente habla sobre el estado de la cuestión de qué es la muerte digna.

Clara: ¿Y para ti que sería la muerte digna?

Eva: Es que yo, más que en términos de muerte digna, pienso en muerte escogida. A mí me gustaría, como decía el yayo, tener un botoncito en el ombligo que me desconecte de la vida y poder apretarlo cuando yo quiera, cuando diga: «bueno ya he vivido bastante, me voy de la fiesta antes de que la cosa se ponga turbia». Pero yo sé que esto no pasará porque conforme pasan los años te vas agarrando más a la vida y también le pides menos a la vida. Es lo que veo en la gente mayor que hay a mi alrededor. Pues que un día te dicen que tienes que llevar pañales, pues venga.

Clara: Pero esto no es algo malo, nuestras prioridades cambian a lo largo de la vida y lo que le pides a la vida cuando tienes veinte tampoco es lo mismo que le pides cuando tienes cuarenta. A parte, esto que dices del botoncito: ¿tú no crees que realmente, cuando uno está cansado de vivir, se muere?

Eva: Me gustaría pensarlo, pero así como la vida es injusta, la muerte es también injusta. Pensamos en la muerte como una cosa abstracta pero es que hay muchos tipos de muerte. Por ejemplo, dos casos muy extremos: una chica joven asesinada y un hombre viejo que se muere plácidamente. ¿Qué tienen que ver estas dos muertes? Nada absolutamente. La chica tenía toda la vida por delante y puede ser que encima el viejo fuera una mala persona. Es muy injusta la muerte. Es horrible pensar que hay tantos tipos de muerte y que cada cual no tenga la que se merece.

Clara: ¿Y no crees que hay alguna manera de reconciliarse con la muerte? Si la vemos como parte de la vida, ¿cómo sería amigarse con ella? Estoy leyendo mucho sobre el tema y la conclusión es que tenemos que incorporarla a la vida. Entender que sin muerte no habría vida, que valoramos la vida gracias a que existe la muerte.

Eva: Sí, eso es así. Yo pienso cada día en la muerte, en mi muerte.

Clara: Bueno, es uno de los consejos de los budistas.

Eva: Sí, pero no pienso en la muerte para disfrutar más de la vida, si no que hago un deseo y pienso: ojalá me pueda morir como yo quiera. Y después pienso: ¿qué muerte me esperará?. Porque a mí, lo que haya después de la

muerte, en principio, no me preocupa demasiado. Pero sí me preocupa lo que hay justo antes, el sufrimiento, la manera de morir.

Clara: ¿Y este pensamiento, lo has tenido siempre presente?

Eva: No, es algo que piensas a medida que tu futuro se acorta. Yo hay cosas que sé que ya no podré hacer nunca. Y piensas en el miedo de perder la autonomía, en la decadencia. Hay un momento en la vida en el que *cambio* significa *decadencia*, que ya no vas a mejor sino a peor. Y es entonces cuando empiezas a hacerte este tipo de reflexiones. Otra cosa que me da miedo es que, conforme te vas haciendo viejo, vas alargando el plazo: ahora un poquito más, un poquito más...

Clara: Bueno, pero esto es como cuando a los 20 piensas que los de 30 son viejos y llegas a los 30 y piensas que los viejos son los de 40. Qué más da, si en realidad es que estamos cambiando todo el rato. Qué más da lo que piense tu yo del pasado si el que cuenta es el yo del presente.

Eva: Ya pero veo a mi yo del futuro y no me veo con 90 años, chocha, diciendo: un poquito más...

Clara: Pero puede ser que justamente esta decadencia es la que nos ayuda a prepararnos para la muerte. Y forma parte del aprendizaje de desapegarte del mundo material.

Eva: Sí, pero yo no solo te hablo de la parte física. Está claro que la relación con el cuerpo cambia, pero, cuando la decadencia es también cognitiva –hablo de demencia, alzheimer– no hay mucho que hacer... Si a mí me dijeran que en el culo del mundo hay un gurú que te ayudará a desapegarte de la vida, a aceptar la muerte e incluso a morir como tu quieres, me iba para allá ahora mismo... Pero es que no creo que esto sea posible.

Clara: Si hay algo así es dentro del budismo, ¿no?

Eva: No lo sé. El caso es que nosotras no somos budistas y que hemos crecido en una cultura y una sociedad donde no hay una pedagogía de la muerte. A mí lo que me da miedo no es la muerte, si no la manera de morir. Me inquieta.

Clara: ¿Cuál sería para ti la muerte ideal?

Eva: Morirse durmiendo. Otra muerte que también me parece muy ideal es rodeada de los tuyos y que te den algo y te mueres cuando quieras y acompañada. Cuando era pequeña, recuerdo que había una revista que hacía el cuestionario Marcel Proust, y una de las preguntas era: «¿cómo te gustaría morir?» Y yo contesté: «de una muerte rápida, violenta e indolora». Y mi muerte favorita después de la de morir durmiendo es

atravesada por un rayo. También pienso que si ahora me muriera, estaría feliz porque he tenido una vida muy buena y estoy agradecida. Ahora, si tu padre se muere antes que yo, esto sí que me da mucho miedo. Porque con los años nos hemos ido haciendo más dependientes el uno del otro y somos como un solo ser. Estoy muy ligada al papa, procuro no pensarlo porque es algo que me da mucha angustia.

Clara: ¿Y hay algo que se pudiera hacer para que estés más tranquila en relación a todo lo que hemos hablado?

Eva: Sí, que se legalice la eutanasia y, en un momento dado, que yo pueda decir: hasta aquí.

Clara: O si no, que te ayudemos nosotras, ¿no?

Eva: No querría que cayera esta responsabilidad en vosotras.

Clara: Bueno pues tranqui que haremos todo lo posible para que te mueras guay y acompañada y cuando tú quieras. Y para que no tengas ganas de morirte también, mamá.



el amor es un duelo es una morada
amor & duelo inter-especies

Carolina Meloni
 Mafe Moscoso

el amor es un duelo es una morada es un amor es un duelo es un amor es
 un duelo es un amor es una morada es un duelo es una morada el amor es

el amor es un amor de bien. el amor es un amor de verdad. de los de
 ahora. un amor real. el amor es un amor sin calendario. es universal el
 amor. el amor es entre humanos. sólo entre humanos. es un amor de
 cuerpos lozanos. de cuerpos rozagantes. es un amor de mediterráneo. es
 amor de piscina mediterránea. es un amor de sal mediterránea. el amor
 es una piscina es propiedad privada es familia. el amor es entre humanos
 preferiblemente sanos. el amor es entre humanos. mejor cuerdos. mejor
 vivos. el amor es del cuerpo que piensa. es un amor de géneros. es un
 cuerpo que decide. es un amor con derechos. es de pareja. es delgado.
 el amor es. es familia. es una familia real. es una familia española real.
 es la familia la propiedad privada es el amor. es en las camas. el amor es
 queer. es en las camas de las casas que no son de alquiler. es de viviendas
 adquiridas. es un amor de patrimonio familiar. el amor es entre humanos.
 es un amor de hipoteca. es un amor no romántico. el amor es un amor
 milenial. es cool el amor. es poliamor. pero es un amor de pareja real.
 el amor es una amor no post-traumático. el amor es un amor es entre
 humanos. es un amor libre entre humanos. un amor que no necesita
 papeles. es un amor entre ciudadanos. el amor es un amor de papeles en
 regla. es un amor de barbie. es un amor de barbie de bien. es un amor de
 bien. es un amor entre humanos de bien. es un amor de ciudadanos de
 bien. ciudadanas de bien. es un amor de ciudadanes de bien. es feminista.
 es un amor feminista. es un amor libre. el amor es moderno. modern
 love. es un amor de madre moderna. es un amor que se organiza bien. es
 un amor moderno. el amor no tiene horarios. el amor es entre humanos.
 es un amor de ciudadanos de bien. es un amor super-sónico. es un amor
 de algoritmos humanos. de algoritmos de amor. algoritmos de felicidad.
 algoritmos de felicidad europea. de seguridad europea. de unión europea. es
 un amor de algoritmos rotos de vida europea. es un amor queer. es un mar
 de algoritmos de vida europea de amor europeo de orilla porque bajo el
 mar están las niñas.
 que no merecen amor
 no merecen amor
 no merecen amor
 amor de niñas muertas que no merecen amor

porque el amor de verdad es un amor que no conoce fronteras. es un amor sin límites. de líneas sobre el mar. de pasaporte español. es un amor schengen. es un amor MDMA. el amor es un amor moderno. es un amor contra viento y marea. es un amor de paisaje. es un amor de paisaje español. de pareja que mira un paisaje español desde la orilla. de pareja que suspira. el amor es sensible. el amor es de gente sensible que suspira. el amor es independiente. es un amor independentista. el amor es un amor de orilla. es un amor de playa sin gente. es un amor de playa sin gentuza. es un amor sin turistas. es un amor sin turistas de instagram. es un amor de gente guapa. es un amor de gente guapa delgada. de gente feliz. el amor es entre humanos. es un amor de quien merece amor. de consultorio terapéutico. amor de terapia gestalt. es amor de comer bien. es un amor de contra-cultura. es un amor de verdura. es un amor vegetariano. amor de tomate orgánico. es un amor de aguacates importados. es un amor entre humanos. es un amor de huerto. es un amor salvaje. es un amor de fin del mundo. es el fin del mundo pero sólo el amor te salva. el amor la familia nos salva. el amor redime. es un amor mindfulness. el amor es más fuerte. la pareja es el amor. la pareja hetero-guay es el amor. la pareja white es el amor. lo bollo es el amor porque hay amor. los hijos son el amor. las familias que cenan juntas en navidad son el amor. dios es amor. el arte es dios. las familias que comen turrón en navidad es el amor. el amor es el amor. es un amor de fronteras. el amor es un amor frontex. el amor es un sistema de gestión. es un sistema de control fronterizo dedicado al área europea sujeta al acuerdo schengen¹. el amor hetero-white es una agencia europea. es un amor de guardia de fronteras y costas. el amor es sólo entre humanos. entre ciudadanos. es de las autoridades nacionales encargadas de la gestión de las fronteras. es un amor que incluye los guardias de costas en la medida en que lleven a cabo labores de control fronterizo. el amor es un amor sin límites. es un amor que no conoce fronteras. es un amor moderno. es un amor dietético. el amor es un amor sin gluten. es un amor abierto. el amor es perro boca-abajo. es un amor. es un amor de bien. de ciudadanos de bien. es un amor aceleracionista. es un amor de orilla europea. el amor es un amor europeo de orilla porque bajo el mar están las niñas.

que no merecen amor
 no merecen amor
 no merecen amor
 amor de niñas muertas que no merecen amor

es un amor xenofeminista. es un amor ciber-feminista. es un amor ciber-xeno-ecologista. haraway es el amor. el amor es un amor de bien. el amor es un amor de ciudadanos de bien. es un amor de ciudadanos. el amor hetero-guay es un amor FRONTEx. es un amor europeo de orilla porque bajo el mar están las niñas muertas. bajo el mar están las niñas. el amor de bien es un amor sin niñas muertas. es un amor de bien que no tiene límites. el amor hetero-white es una agencia europea que mata. es un amor de bien que no tiene límites. el amor no tiene fronteras. en el amor no se ven colores. el amor es igual para todes. el amor es entre humanos. el amor

es la única respuesta política radical. el amor de bien no critica. el amor es no protestar. el amor es aceleracionista. el amor no espera el colapso. el amor de bien se propone acelerar las tendencias del capitalismo. el amor de bien se propone acelerar las tendencias de los desarraigos. el amor de bien es un amor sin exclusividad. es un amor de compromiso. es un amor que se propone acelerar las tendencias de los desarraigos de las otras. es un amor de orilla europea. es un amor que se merece amor. es un amor cool. es un amor fluido. el amor es un amor europeo. es un amor FRONTEx. es un amor IBEX. es un amor con financiación europea. es un amor de twitter. el amor es un amor de redes. el amor de bien es un amor profundo. es de personas de bien. de ciudadanos. de acuerdo schengen. el amor es un amor libre de fronteras. es un amor de mar mediterráneo. es un amor de mar mediterráneo. es un amor de orilla de mar mediterráneo. el amor es un amor que nunca muere. es un amor arraigado. es un amor de raíces. el amor es un amor entre humanos. es un amor de fiesta. el amor es sexo. el amor es buen sexo. es un amor sin traumas. es un amor de familia que come turrón en navidad. es un amor de familia. el amor es hetero-white. el amor es un amor arraigado. el amor de bien es colectivo. es evolucionista el amor. es un amor de vanguardia. es un amor de financiación europea. el amor es un programa europeo de integración. el amor de bien no tiene rabia. el amor no conoce fronteras. es un amor de lechuga orgánica. es un amor de cuerpo sano. es un amor de cuerpo rozagante. es un amor de cuerpos jóvenes. el amor es un amor que vive. es un amor entre vivos. es un amor de mediterráneo. el amor es un amor europeo de orilla porque bajo el mar están las niñas.
 que no merecen amor
 no merecen amor
 no merecen amor
 amor de niñas muertas que no merecen amor
 amor de niñas muertas



Fotografía de Sarai Cumplido.

es un amor de espuma. es un amor de niñas muertas. el amor es el mar mediterráneo de los veraneantes. el amor es el FRONTEX. el mediterráneo es la fosa común europea. el amor es un amor del siglo XXI. el amor hetero-white es la fosa común europea. el amor son los miles de refugiados. el amor son las niñas que mueren. el amor son las niñas que mueren en el trayecto. el amor son las niñas ahogadas. el amor europeo son las desapariciones que son televisadas. es un amor juvenil. el amor de bien es la espectacularización de la muerte. el amor de bien es la derrota. el amor es la derrota el pensamiento europeo. el amor de bien es el pensamiento europeo convertido en parloteo. el amor de bien es el arraigo. el amor es la felicidad. el amor es un refugio. el amor es el bienestar. el amor es un pisito. un amor de bien es la morada. FRONTEX es un amor de bien. es un amor sin fronteras. el amor de bien son las fronteras. el amor europeo se merece amor. es un amor de seres humanos. es un amor de seres humanos que tienen derecho a vivir. es un amor de Instagram. de mar de espuma mediterránea. es un amor despreocupado. el amor europeo es un amor casual. es un amor sin religiones. es un amor sin tabúes. es desacomplejado. es un amor con papeles. el amor europeo es un amor que rompe el viejo principio humano de la reciprocidad. es un amor que anula la capacidad de contacto vital con lo real. es un amor aceleracionista. es un amor entre humanos. es un amor de terapia gestalt. es un amor que anula la experiencia. es un amor moderno. es un amor de orilla mediterránea. el amor es un amor que anula la posibilidad. el amor europeo es un amor colonial. el amor es un amor que anula la posibilidad. es un amor colonial que anula la posibilidad. la posibilidad de la vida. que anula la posibilidad de la muerte. la morada.

la morada
la morada
de demorar
de morar en un lugar

Casa, lugar,
habitación, morada: empieza así la oscura
narración de los tiempos:
para que algo tenga duración, fulguración, presencia:
casa, lugar, habitación, memoria:
se hace sobre las aguas,
ven sobre las aguas: dales nombres, para que lo
que no está esté, se fije
y sea estar, estancia, cuerpo:
el hálito fecunda al humus:
se despiertan, como de sí, las formas:
yo reconozco a tías mi morada

Hay moradas y anfitriones verdaderamente extraños. Casas asentadas sobre ruinas, en medio de restos, cementerios, hasta en excrementos e inmundicias. He conocido numerosos hogares. He enraizado en casas

de todo tipo, algunas precarias y pasajeras de las que apenas guardo un recuerdo; a otras, en cambio, siempre las llevo conmigo, imperecederas y eternas. Resuenan en mis sueños los ecos, pasos y risas de muchas de ellas. Afirmaba Bachelard que la casa y el mundo que esta genera es la herramienta fenomenológica principal para abordar el alma humana. Pues nuestra alma, nuestro ser más íntimo es, en definitiva, una morada en la que se aloja nuestro inconsciente, plagado de miedos, recuerdos, ensoñaciones y fantasmas. He habitado casas como regazos, como úteros maternos que me han dado cobijo; he visitado otras que casi me han devorado y cuyos espectros todavía me persiguen. Demeure, es el término francés que permite a Derrida señalar esa dualidad semántica presente en nuestra forma de habitar el mundo, de construir nidos y guaridas, estancias acogedoras o siniestras, atravesadas tanto por el duelo como por la posibilidad de nuestra propia muerte.

La vie la mort, pues todo se juega en ese double-bind, en esa sobrevida. Demeure en el sentido de morada, residencia o habitáculo; pero también de demorar, morar en un lugar, detenernos, esperar: moramos, habitamos, acogemos; permanecemos y resonamos, produciendo cacofonías tan tiernas como traumáticas en aquellos lugares en los que hemos residido. La vie la mort, pues hay moradas plagadas de huellas, vestigios y remanencias. También de duelos y fantasmas. Una de las formas más curiosas de inquilinato biológico que genera extrañas moradas es la llamada "tanatocresis", proceso mediante el cual algunos organismos vivos hacen uso de los desechos de otros animales o vegetales muertos (huesos, carcasas, caparazones), incluso, de sus desperdicios con el fin de protegerse o de usarlos como herramientas para otras funciones. Thánatos, dado que la condición necesaria para dicha unión es que uno de los seres que la forman esté muerto. Chrésis, en el sentido de uso, de servirse de algo o alguien con una finalidad concreta, la cual a veces posee cierto matiz sexual o erótico. Son tus despojos los que me cobijan y en los vestigios de lo que una vez fuiste, puedo encontrar un refugio. En estos casos, podríamos afirmar que en la casa no habita el muerto, pues la casa es el muerto mismo. Y cargamos con sus restos y su mundo, cual cangrejo ermitaño, a nuestras espaldas.

Resulta curioso que en el proceso de tanatocresis la ley del oikos, de la casa, la habitación o guarida, incluso de la tumba o cripta se desbarata y deconstruye en esta extraña simbiosis de seres diversos. Paradójicamente, en estos hogares ruinosos es la vida la que pareciera ser un accidente, un excedente de la muerte (Derrida, 377). Como si el ritual del duelo se invirtiera, se transfigurara, siendo el muerto y sus restos los que de alguna manera asumen la tarea del cuidado. De este modo, la muerte habita lo más propio, nos concede un hogar mismo y produce un oikos hospitalario. «Pues el sentido de la casa no sucumbe con la llegada de la muerte», afirma Esquirol (49). Nos metabolizamos en esa alteridad que nos acoge. Nos servimos de ella. Hasta la erotizamos. Por ello, es preciso destacar que en estas filiaciones, la pulsión tanática se halla de alguna manera desactivada o

desarticulada. Tal es, diríamos, su potencia ético-política. No hay en estas relaciones ningún atisbo apropiacionista, colonizador o expropiador, en un sentido necropolítico del término. Dichas alianzas no deben ni pueden abordarse desde la lógica extractivista e invasora de un régimen necro-capitalístico, que ha conseguido colarse por todas las rendijas del planeta, incluso en nuestra más pura intimidad, en la manera de relacionarnos y amarnos. Por el contrario, como señala Rolnik, estas insólitas alianzas forman parte de esos embriones de mundo que habitan cuerpos y moléculas, y que generan, en sus encuentros, «frecuencias de afectos para lo construcción de lo común» (Rolnik, 127).

En un mundo atravesado por la vulnerabilidad, cuyas prácticas necropolíticas nos arrojan a la más hostil intemperie, urge, como señala Butler, reinventar «otras formas de refugio que no dependan de una falsa idea del hogar como lugar seguro». Aprendamos de esas tanatocresis erótico-somáticas, de las pequeñas micropolíticas de resistencia que se producen, a veces de manera imperceptible, en la naturaleza. Repoliticemos éticamente el thánatos que nos asedia. Desviemos esa pulsión hasta transmutarla y transvalorarla hacia nuevas formas de existencias individuales y colectivas. Y que nuestra arrogancia antropocénica no nos haga subestimar la potencia revolucionaria que puede contener un minúsculo escarabajo enterrador. Todo un espectro de hongos, bacterias y líquenes sobreviven gracias a ocupaciones necrófilas, abrazados a los restos del cadáver que los acoge, amorosamente, en su seno pues hay que amar al muerto. Porque allí donde este vuelve y reaparece abre en su supervivencia un espacio de hospitalidad. «¿Cómo amar de otro modo si no es en esta finitud?» (Derrida, Force de loi)

*El texto incluye un poema de José Ángel Valente (De tinieblas)

El parto es una puerta
Morir (nacer) guay
 Sarai Cumplido



Esta y las siguientes imágenes en el capítulo son composiciones con fotogramas del vídeo *Morir (nacer) guay* de Sarai Cumplido.

«No pesar. Procurar aliviar el peso, porque el umbral es endeble y la puerta estrecha.»

Chantal Maillard, *Filosofía en los días críticos*.

No soy madre.
 Soy un cuerpo *mujer* madre de Juno y Tigran.
 Además he parido.
 Materno desde antes de parir y he co-criado a 12 niñas desde los 12 meses hasta los 5 años en una tribu de constelaciones familiares diversas, autogestionada y nómada.

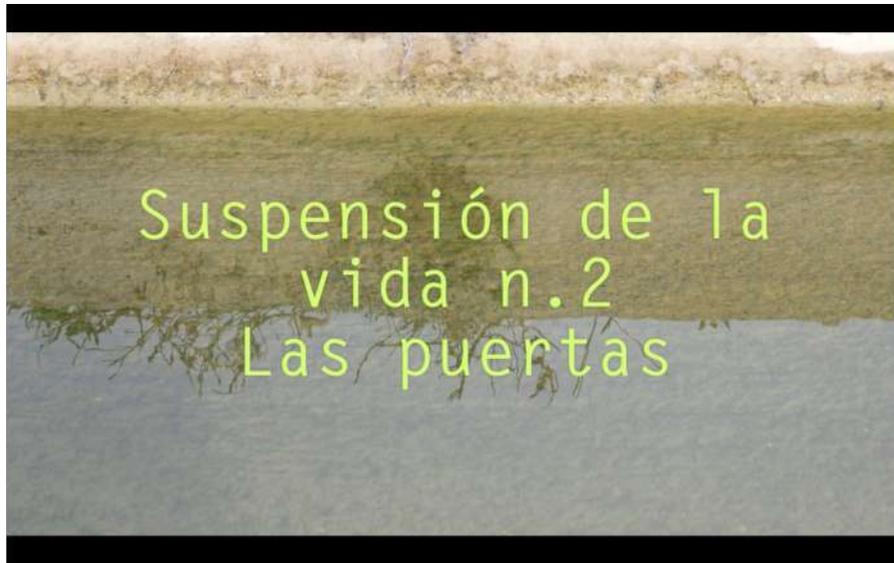
Durante todo el proceso de gestación, parto, lactancia, crianza, he buscado a otros cuerpos gestantes aliados, a otros sostenedores de cuidados que en su relato resignificaran los bio-procesos y las bio-necesidades asociadas a la maternidad desde lo no normativo. Ha sido una deriva casi inconsciente, llena de aprendizajes que me alejó poco a poco de la autocensura, la culpa, las lógicas de lo correcto, del sacrificio, de la muerte identitaria y me reveló nuevas preguntas.

Morir (nacer) guay es uno de esos relatos. Es una conversación filmada sobre la gestación y el parto como puerta/canal/estado a la luz y a la muerte. Durante el proceso de investigación de este corpus filmico hablamos y nos hablan de las violencias que carga un cuerpo que materna, de la no-identificación con el modelo patriarcal de madre; hablamos de incomodidad, de miedo, de un espacio de poder que tiene que ver con lo colectivo. Como comentaba Camila Barreau Daly, «la vida misma se ha rebelado contra la camisa de fuerza capitalista».

Bio-cuerpos, biopolíticas, brujería y nacimiento como rebelión. Durante una estancia en la residencia La Segunda Duna, en Olost, conversamos con Ona Bros y Jara Rocha sobre su propia experiencia de gestación y parto de Heura. El bosque abrió una vía de reencuentro con un relato valioso y fluctuante sobre lo invisible, lo político, lo matérico y lo frágil de parir.

Puedes ver el vídeo en > bit.ly/morirnacerguay







Reusar materia orgánica/Poner a otros cuerpos a trabajar para la ejecución del deseo/Adopción no incluye trauma/Aún el dolor, volvería ahí. Ahí había puertas, pero se puede colar la muerte/Yo era un canal/Perdí casi toda la sangre de mi cuerpo/Un momento de esos en los que la vida queda flotando y puede caer hacia cualquier lado/Dependientes de una estructura preocupada por sus relaciones de poder/Demonización y clandestinidad del parto en casa/Dudas/Ritual de cierre de lo mundano/Puerta por donde se cuela la vida y la muerte/El útero como puerta a la vida y la muerte/Crece, late, crea un órgano dentro suyo/¿Cómo el pene puede ser la imagen simbólica del poder, existiendo el útero?

*Ceremonias***Black out***Micaela de la Cruz*

Hace varios años, en plena crisis vital, buscando más escapar de ella que superarla, resolverla... no sé muy bien, llegué a una inmersión espiritual de 4 días en Murcia, sola, no conocía a nadie.

Hace un año y 4 meses llegaba a una sala de partos en Albacete, sola, no conocía a nadie.

En ambas ocasiones tenía desbordadas las expectativas, el miedo y las ganas de vivir esa experiencia casi de una forma consumista: "La Gran Experiencia".

El ritual en Murcia daba comienzo y sucedió así:

Me tumbé en mi esterilla a esperar el efecto de la bebida, a oscuras, entre otras 20 personas. Esperé un ratito pero... pues no pasaba nada. Salí al campo a fumar, sentí que a mi espalda había alguien sentado, me lo flipé un poco y dije: «¡ya empieza!» Pensé que me daba mucho miedo, mucho, porque sentía que era la muerte (le tenía pavor a la muerte; de pequeña, las mañanas en que mis padres viajaban, las pasaba mirando a la carretera, convencida de que tendrían un accidente).

– Bien, pues si es la muerte he de mirarla y ver qué me dice.

Me giro y veo a una mujer embarazadísima, sentada en un banco. Me da pánico y pereza, no quiero hacerme cargo de ese bebé, no quiero cuidar a esa madre. Tengo que hacer algo para ver si es de verdad, le pregunto que dónde apago el cigarro –Dámelo, tengo aquí para tirarlos. Se lo doy (por supuesto la juzgo: Fumando?! Con tremendo barrigón!?). Paso y durante la noche nada más. Al día siguiente me encuentro con la chica en la cocina, nada de embarazo, el vientre más plano que una carpeta. Le cuento y me dice que es lo que ella estaba viviendo, que estaba embarazada. Nos reímos incrédulas, qué fuerte!

Yo quería tener un parto en casa pero por alguna desconocida razón pasaban los días y el parto no llegaba, quizás tenía más miedo que ganas...19 días después ingreso para inducción.

Poemas mohosos

I Sobre Lynn Margulis y fluir lechoso

Sonia G. Villar

En la tendencia a nublarse de los días cortos,
cuando las hojas sobre la tierra huelen a mojado
y el frío se agarra a los riñones,
¡Crac, crac, crac!
miro como flotan en el fluido blanco lechoso
los granos de kéfir.

Imagino la complejidad que se reproduce por crecimiento directo y división,
sin pareja sexual,
una comunidad simbiótica de bacteria y fungi,
más de cincuenta especies distintas de agregados que interaccionan
y fermentan los azúcares y las proteínas,
huelo la acidez,
veo como se separa el líquido y cuaja.

Cultivo los hábitos que mantienen las culturas vivas en el tiempo,
sabores y olores que influyen la evolución de otras especies,
co-evolución y co-domesticación inter-especie.
Si no las (nos) nutrimos,
se disuelven y desintegran,
transformándose en una mezcla arbitraria de microorganismos,
mueren sin envejecer,
y no vuelven a la vida de la misma manera.

Pienso en que la muerte certera,
individual, programada e inevitable,
no existía en el inicio de la vida
y en cómo el auto-mantenimiento,
ese metabolismo activo que mantiene la individualidad e identidad,
se interrumpe,
disolviendo el ego y sus membranas.

¿Y si fuera la muerte anunciada condición de la sexualidad acompañada?
¿Y el comer una co-evolución por incorporación?
¿Y el morir el único acto puramente individual?



Todas las fotografías de
Poemas mohosos: Sonia
G. Villar.

Kéfir, muerte
programada,
límites del
individuo,
co_evolución,
entorno,
sexo, otoño,
fermentar,
membranas

*I Sobre Lynn
Margulis y fluir
lechoso*





II La cultura original de los contenedores sucios

Fermentación, transformación, conexión, comer, luna, cuerpo, cuidado, cultura, tiempo, preservación, límites del individuo... Entorno, membranas



II La cultura original de los contenedores sucios

Bajo la luna llena en Tauro,
invoco la fuerza imparables e inevitable de la actividad microbiana,
la reorganización del tiempo no productivo,
la cultura original de los contenedores sucios,
todo lo que queremos que pase entre generaciones,
que se preserve,
el devenir y transformar.

El fluido ácido y viscoso anima la almendra,
que se agita y burbujea,
cuerpo fermento que toma del entorno bacteria y levaduras y las integra,
¡glu, glu, glu!
deviene materia viva,
afecta.

Involucrarme con lo invisible, dinámico e impredecible
me ayuda a trascender,
a estar abierta hacia todo lo demás,
ser porosa.
A entender mejor las relaciones entre cuerpos, microbios y comida,
y cómo mi cuerpo se conecta en estas relaciones
no lineales,
enredadas entre el apropiarse y el incorporarse.
A re-imaginar las composiciones,
microcosmos de cómo nos relacionamos con lo macro,
y a guardarlos en mi cuerpo como memorias físicas.

¿Qué merece la pena preservar y de qué manera?
¿Cómo puede transformarse sin perderse?
¿Puedo conservar memorias comiéndolas?

III La corteza del Universo y el olor a pies

El suero filtrado y escurrido
chorrea,
pulso suave pero intenso,
¡plof, plof, plof!
Con sal, presión y cuidado,
doy forma a la masa porosa,
mis manos reconocen los límites,
palpan donde empieza y donde no va a terminar.

En este punto,
como en casi todos los puntos de fuga que devienen líneas,
se trata de decidir,
de entender el entorno y las condiciones que necesitas para que crezca algo,
y de ser capaz de crearlo y mantenerlo.

Frágil equilibrio entre humedad, temperatura y contenido de sal,
que promueve o evita.
Bacterias y fungi,
contienen las enzimas para descomponer las estructuras de la vida,
metabolizan azúcares y proteínas y las transforman en nutrientes,
se interrelacionan, comunican y comparten,
alteran el sabor, la textura y el ph.

Cada superficie,
cada mucosa,
corteza, pared, tierra, piel,
acoge ecosistemas complejos en interacción,
que a veces son muy similares.
Terroir microbiano como biopelícula.

Confío en mis membranas,
que limitan, identifican
y me protegen de ser fermentada.
Me alivia el pensar que al igual que la fruta madura que deviene alcohol,
ya contengo los microorganismos que me descompondrán.



*III La corteza del
Universo y el olor
a pies*



Sal, crear
entorno
adecuado,
biodiversidad,
olor y sabor,
membranas



Muerte, podrido,
asco, olor y
sabor, enterrar,
huesos, cultura,
enzimas, límites
del individuo

*IV El límite
cultural de lo
podrido*



IV El límite cultural de lo podrido

Tras la luna llena en Escorpio,
las lobas mágicas nos encontramos para el entierro del cuerpo fermento.
Escarbamos humedad y frío,
recordamos maneras ancestrales de conservar y almacenar.

Dicen por ahí,
que bajo tierra,
la fermentación se ralentiza ocho veces.

Proteínas y grasas se descomponen en moléculas simples de azúcares
y aminoácidos,
tal como en en el tracto digestivo,
y en lo húmedo y caliente de la piel humana,
dulce y umami.

Inhalaciones mocosas de comunicación química,
que nos orientan en el entorno,
evocando respuestas emocionales intensas,
memorias de asco, placer y pertenencia.

El olor del proceso de decadencia, de la muerte,
¡puaj!
La repugnancia,
emoción exclusiva de nuestra especie,
nos protege y nos distancia,
respuesta adquirida por la cultura que,
cuando no se define,
se defiende a sí misma caminando tiesa, rígida,
imponiendo lo visible,
reprimiendo los olores de la tierra y de las partes inferiores.

Relatos de tránsitos a cuatro patas,
y de putrefacciones (des)controladas,
límites que se diluyen,
en un ciclo infinito de vida, muerte y fermentación.

¿Es el asco una defensa contra el miedo a la muerte?

No quiero ir nada más que hasta el fondo

Suicida tú, suicida yo

Rocío Aranda

 sourqueen2 • Seguir

It be like that sometimes



 homyshrimp • Seguir

me trying not to cry randomly because
I've been holding in shit for too long



Despentes habla en las primeras páginas de *Vernon Subutex* sobre la muerte de los amigos de Vernon y de cómo, a partir de cierta edad, las personas se quedan atrapadas en el período anterior a esa pérdida. Es un hecho seco, difícil realmente de palpar en tu alrededor. Mi teoría es que solamente cuando pase exactamente el mismo número de años que has tenido a la persona perdida en tu vida se compensará ese círculo. Pero mi teoría igual es una mierda. Nada se compensa.

Comprender la muerte desde pequeña se me ha hecho terrorífico. Yo también era de las de llegar con miedo a la habitación de mis padres en mitad de la noche diciendo que no me quería morir cuando tenía 7 años. Esa inminencia siempre estuvo ahí.

Siempre tuve a todos conmigo. A lo largo de los años cada vez se me hacía más recurrente pensar en la muerte, un pavor que se agigantaba al no haber experimentado nunca la pérdida cercana. Los entierros de familiares lejanos me daban vértigo. Me sentía convertirme en polvo y hueso. Pertenecer de repente a una estirpe desconocida, da igual quiénes hayas conocido en vida porque tu único vínculo cuando no estás es tu ascendencia y descendencia. Da igual a quien elijas. Cuando mueres eligen por ti a quién perteneces.



Desconozco la lengua
helada
de la muerte
Yo aún no sé llorar
y se me hace una olla inerte
donde no hay ruidos ni
premoniciones
lluvia que no me moja
porque mi sangre es perenne
desde que soy sangre
-que alguien me llora en vida
para que yo entienda
qué es esa ausencia
y así el día de dios
cuando caiga la niebla
yo sepa seguir los cantos
plañideros
y no se me congele la lengua
en desconcierto
de lo que no entiendo



Prefiero llorar en el mar
para multiplicarme los ríos
en los ojos
y dejarme las entrañas
en los peces de cristal
que besen los pies de
mis amores viejos
para cuando les llegue
la calma
la mar mansa y solemne
tenga fruta fresca trémula
de amores jóvenes
y no pasen fatigas
los que me dieron de
comer con las manos
Prefiero llorar en el mar

verano 2018

Como todas, me imagino, siempre pensaba que los primeros en irse serían mis abuelos. Contaba los días de verano por si, como me dijo mi madre, era el último que los bajábamos a la playa.



Alberto, 31 años. Le interesa la mecánica, siempre anda arreglando (rompiendo) cosas. Una enfermedad (Lyme) infecciosa difícil y larga le sumió en una profunda depresión. Una vez intentó plantar marihuana, creo que la jardinería se le daba peor que arreglar cosas. Sufrió numerosos brotes psicóticos peligrosos y complicados para todos. Tenía un aparato que no entiendo bien cómo funcionaba pero que conectaba con la radio, una especie de hackeo de las ondas, y experimentaba con ello. A lo mejor era su propio Carne Cruda. La enfermedad le había desgastado tanto física y mentalmente que tenía reconocido un porcentaje de discapacidad y le hacía ser una persona dependiente. Era una persona curiosa que se interesaba por el funcionamiento de las cosas, muy inteligente. El sistema de sanidad público le falló. SaLuD mEnTaL le prestaba un cuarto de la atención que necesitaba. Quería salir, beber, fumar como todos los amigos de su edad que había ido perdiendo por el camino. A veces se asustaba y decía que olía a muerto. Mi hermano se suicidó en casa la mañana del 10 de septiembre de 2018.



orgullocomadrid

Evolución del DSM*

| Versión | Año | Trastornos | Páginas |
|-----------|------|------------|---------|
| DSM-I | 1952 | 128 | 132 |
| DSM-II | 1968 | 193 | 119 |
| DSM-III | 1980 | 228 | 494 |
| DSM-III-R | 1987 | 253 | 567 |
| DSM-IV | 1994 | 383 | 886 |
| DSM-IV-TR | 2000 | 383 | 943 |
| DSM-5 | 2013 | 541 | 947 |

* Blasfield, R. K., et al. (2014). The Cycle of Classification: DSM-I Through DSM-5, en *Annual Review of Clinical Psychology*, 10:1, 25-51

317 Me gusta

orgullocomadrid La evolución del "Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales", de 128 trastornos en 1952 a 541 en 2013. Una maquina de crear diagnósticos. #orgullocomadrid #saludmental #dsm #psiquiatría #psiquiatrizadas #diagnósticos

"Still, no matter how bland a gaze you try to put on remembering an ugly illness, to protect yourself from the sheer tedium of it, if you spend any time at all speaking about it to some nodding psychiatrist, you will eventually stumble into a deep silence. And from that silence in your skull there will develop -almost chemically, like film paper doused in that magic solution- a snapshot of cold horrors. So when me di cuenta de que el cierre del proceso de la enfermedad de mi hermano había sido inundado por otra enfermedad compañera, some windowshade in the experience flex up to show me what suffering really is. It's not the old man with arthritic fingers (..). It isn't even the toddler you once passed in a yard behind a chain-like fence, tethered to a clothesline like a dog in midday heat

(aunque similar, es un hermano ahorcado en la entrada de mi casa).
Those are only rumours of suffering. Real suffering has a face and a smell -¿el de muerto, el que anunciaba Alberto?. It lasts in its most intense form no matter what you drape over. And it knows your name [Encantada, soy Rocío Aranda]."

Extracto intervenido a falta de mejores palabras para expresarme por mí misma de *The Liars' Club* de Mary Karr:

«no quiero ir
 nada más
 que hasta el fondo»

Palabras que encontraron escritas debajo de la cama de Alejandra Pizarnik tras su suicidio. No hay intervención posible sin violación del acto.



Actividad propuesta: lista personas que se hayan suicidado, que lo hayan intentado o que hayan tenido pensamientos suicidas:

- ☛ _____
- ☛ _____
- ☛ _____
- ☛ _____
- ☛ _____
- ☛ _____
- ☛ _____

Ejemplo:

- ☛ mi hermano
- ☛ yo
- ☛ probablemente tú

Si tienes pensamientos suicidas, llama al 717 00 37 17 (Teléfono de la Esperanza) / o mándame un WhatsApp al 692 098 095 si te apetece hablar con alguien)



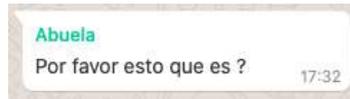
La muerte por suicidio es la más seca. Lleva un tiempo y muchas conversaciones comprender que por lo general los factores que te destruyen son tan incontrolables como lo puede ser un cáncer. No hay tantas cosas que se puedan hacer para combatir el cáncer, una neumonía o una muerte por atropello. Solo tienes injerencia en ellas hasta cierto punto. No he podido dormir en los dos años en los que empecé a asimilar eso.

Mis primeras palabras a mi madre fueron que había que respetar su decisión (como si nos hubiera quedado opción de no respetarla). Y la respuesta de mi madre fue rápida y contundente: «¿qué decisión? ¿Cuenta un asesinato del sistema como decisión?»

«Hay muchas maneras de matar.
 Pueden meterte un cuchillo en el vientre.
 Quitarte el pan.
 No curarte de una enfermedad.
 Meterte en una mala vivienda.
 Empujarte hasta el suicidio.
 Torturarte hasta la muerte por medio del trabajo.
 Llevarte a la guerra, etc...
 Sólo pocas de estas cosas están prohibidas en nuestro Estado.»

Muchas maneras de matar, B. Brecht

wishing you godspeed



(cita sacada de contexto)

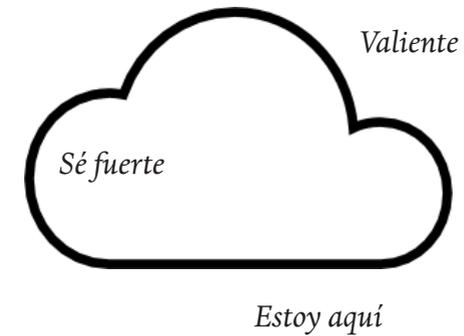
El ritual del entierro cristiano es terrorífico. No se me ocurre peor manera de despedirse de nadie que la de cremarle en un barracón aséptico que bien podría haber sido un concesionario de coches, rodeado de personas que no han levantado el teléfono para preguntar por el estado de esa persona, en su mayoría, en su vida.

[De nada a los asistentes por venir. Os pongo cuño en la puerta por si queréis salir a fumar y volver a entrar. Si os suscribís a la newsletter Muertes Familiares os lleváis un 10% de descuento en el café del tanatorio]

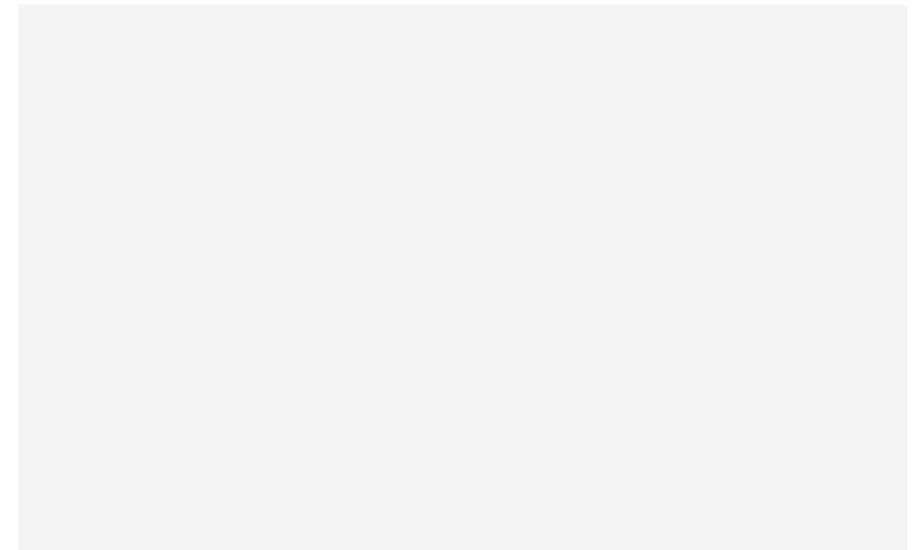
No quiero viejas con caras desconocidas llorándome. No quiero mercado de la lágrima, la ojera, el malestar, verte atrapada entre brazos y abrazos sucios y oportunistas. Os mando los detalles por la newsletter y si queréis luego nos hacemos un boomerang y os etiqueto en el stories. #Muertinflencer



Actividad propuesta: nube conceptual de palabras que te harían levantarte de tu propia tumba de oír a algún #Muertinflencer pronunciar en tu entierro (incluye ejemplos, introduce tus conceptos):



Pinta y colorea. Diseña tu propio entierro y evita que se convierta en un desfile de formalismos mientras te haces gusano:



¿Que se ha muerto tu madre?
 qué bien, joder
 no porque se haya muerto tu madre
 eso es lo puto peor
 sino porque me siento menos alien
 miembro desmembrado de la sociedad
 -ah, tú vives con la muerte
 como los que vivimos en casas de protección oficial
 (ay, pobres)
 La muerte es de alguna manera otra vivienda de protección oficial
 tienes derecho a ella
 sobre todo si estás jodida en la vida
 Cuando me mudé a mi barrio solamente había descampados y jeringuillas
 hasta que se construyeron muchos edificios alrededor
 y de repente dejaban de atracar a mi madre cuando volvía
 camino a la casa con la compra

Cuando se suicidó mi hermano
 solo había compasión alrededor y terror en las
 caras de la gente
 porque de repente éramos una ventana a algo
 que podría ocurrirles cualquier día
 pero de repente se muere tu madre
 y ya somos dos que vivimos con la muerte
 y parece que estamos formando barrio
 y duele que te cagas
 pero reconforta mucho tener con quien cruzar
 las calles
 de las muertes de protección oficial
 Espero que me perdones

moist.tumblr • Seguir

When u stopped caring as a defense
 mechanism but now you can't care
 or be passionate about anything so
 you just wake up every day and live
 life on auto pilot.



Tengo solo un cuerpo
pero aquí somos 84
entre viejos niños culpas
politoxicómanos vulgares
y sexos en la mar

Tengo solo 1 cuerpo
gordo adiposo
de cadera oronda
de haberme tirando las sañas
de las capas de la piel y soltarlas
a jirones y
luego recomponete del ejercicio
como la goma del traje de baño
que se ha dado sí
que es sombra de lo que era
porque sigue siendo todo en materia
pero ya menos funcional
más viejo más usado
más ahogado en litros de cloro

Somos 84 y no tengo ni un kilo que darle cada uno
no sale redonda la cuenta y luego claro
luego hay resquemores como con la herencia
quién es el hijo preferido o si es que tú lo llevas peor
que haberlo hecho mejor en la vida y tendrías la pensión
pero no, te bailabas en noches largas y hoy
encima te toca el piso grande
el que tiene vistas a los tobillos
que da sensación de desahogo

Yo no quiero eso pa mis 84
Tampoco sé si los quiero a todos



«[...]
 Cuando no sabe el mundo
 qué paso dar,
 y todo está en suspenso,
 como trabado,
 saltas tú a pies juntillas,
 salvas la zanja,
 y vuelve el día a correr,
 claro en tu agua»

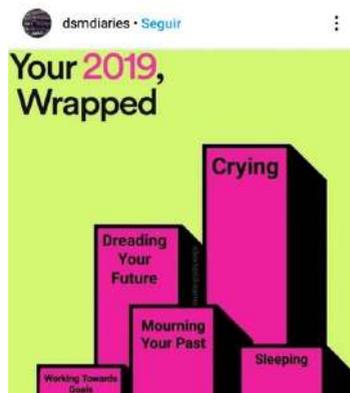
Mortal y rosa, F. Umbral

«Eran las once y media y me acordé de Dios, de mi antigua esperanza de que acaso existiera. No quise rezar, por estricta honradez. Se reza por aquello en que se cree verdaderamente. Yo no puedo creer verdaderamente en él. Sólo tengo la esperanza de que exista. Después me di cuenta de que yo no rezaba sólo para ver si mi honradez lo conmovía. Y entonces recé. Una oración aplastante, llena de escrúpulos, brutal, una oración como para que no quedasen dudas de que yo no quería no podía adularlo, una oración a mano armada. Escuchaba mi propio balbuceo mental, pero escuchaba sólo la respiración de Gloria, difícil, afanosa. Otra eternidad y sonaron las doce. Sí pasa de hoy. Y había pasado. Definitivamente había pasado y seguía respirando y me dormí. No soñé nada.

Alguien me sacudió el brazo y eran las cuatro y diez. Ella no estaba. Entonces el médico entró y le preguntó a la enfermera si me lo había dicho. Yo grité que sí, que me lo había dicho –aunque no era cierto– y que él era un animal, un bruto más bruto aún que la doctora, porque había dicho que sí pasaba de hoy, y sin embargo. Le grité, creo que hasta lo escupí frenético, y él me miraba bondadoso, odiosamente comprensivo, y yo sabía que no tenía razón, porque el culpable era yo por haberme dormido, por haberla dejado sin mi única mirada, sin su futuro imaginado por mí, sin mi oración hiriente, castigada.

Y entonces pedí que me dijeran en dónde podía verla. Me sostenía una insulsa curiosidad por verla desaparecer, llevándose consigo todos mis hijos, todos mis feriados, toda mi apática ternura hacia Dios.»

Sábado de gloria, M. Benedetti



Si vas al psiquiatra porque tu proceso de duelo es como me imagino que ha de ser que un autobús de la EMT te atropelle a cámara lenta: la normalidad > el choque > tu sistema nervioso recibiendo el dolor y enviándolo a todas partes de tu cuerpo > la pérdida de equilibrio por una fuerza perpendicular a tus huesos > el impacto contra el suelo > sentir caer tu peso muerto sobre el asfalto y fundírsete los huesos con el alquitrán > el último suspiro > el apagón –entonces es posible que tu entrevista toque palos y datos como:

- ☛ ¿sientes deseos de suicidarte?
- ☛ ¿has sentido algún tipo de felicidad o justicia por esta muerte?
- ☛ ¿consumes estupefacientes?
- ☛ ¿tienes pareja?
- ☛ ¿has sentido deseos o has consumado relaciones sexuales con otras personas fuera de tu pareja?
- ☛ ¿a qué te dedicas?
- ☛ ¿hablas idiomas?
- ☛ ¿haces deporte?



are u masturbating because you're horny
or
because you're depressed and need the dopamine

Actividad propuesta: construye tu propia biografía de Tinder sumando tu respuesta + emoji a estas preguntas de mi psiquiatra respecto al suicidio de mi hermano.

Ejemplo:

Rocío ✨
No comprendo la injusticia 🤖😭
Molly, fari, pops & kets 🍷
Joni 💕
Busco algo casual para divertirnos y compensar mis traumas en sexo rápido 🍆
Gestión Cultural 🖥️
🇬🇧🇫🇷🇩🇪
Stay fit 🏆

Estado de la cuestión

La muerte digna

Eva Lamonte de Grignon

Desde 1988 hasta abril de 2019, el porcentaje de españoles que contestaron afirmativamente a la pregunta de si creían que un enfermo incurable tiene derecho a que un médico le proporcione algún producto para poner fin a su vida sin dolor aumentó del 53 al 87% (Datos del CIS y de Metroscopia).

Introducción

Antes de comenzar una revisión sobre el tema que nos ocupa, es preciso definir de qué estamos hablando, en el título nos encontramos con dos conceptos: muerte y dignidad.

La primera, según el DRAE tiene dos acepciones: 1) cesación o término de la vida, y 2) en el pensamiento tradicional, separación del cuerpo y el alma.

El concepto ha variado a lo largo de la historia. En la antigüedad se consideraba que la muerte, como evento, tenía lugar cuando el corazón dejaba de latir y el ser vivo ya no respiraba. Con el avance de la ciencia, la muerte pasó a entenderse como un proceso que, a partir de un cierto momento, se vuelve irreversible. En la actualidad, una persona puede haber dejado de respirar por sus propios medios y, sin embargo, seguir con vida a través de un respirador artificial. Por otra parte, puede hablarse de muerte cerebral para hacer referencia al cese completo e irreversible de la actividad cerebral. Y para complicar más la cuestión, la medicina ha avanzado de forma que es posible prolongar artificialmente la existencia.

Más allá de la biología, existe una concepción social y religiosa sobre la muerte. En algunas creencias se suele considerar a la muerte como la separación del cuerpo y el alma, que posteriormente será juzgada y recibirá un premio o castigo según su comportamiento terrenal. Otras mantienen su fe en la reencarnación, es decir, que el alma que abandona el cuerpo renace en otro cuerpo o en otra forma física. Por lo tanto, la muerte implicaría el final de la vida pero no de la existencia. Otras personas, aun no profesando ningún tipo de creencia en el más allá, no desean que el proceso de morir deje en manos de otras personas decisiones que a ellos solos pertenecen. Así pues, dependiendo de las creencias y valores de cada persona, sus expectativas en cuanto al cese de

la existencia terrenal condicionará el abordaje de la cuestión de la dignidad en el proceso de morir, el segundo término de la cuestión que nos ocupa.

La dignidad tiene además dos aspectos: el concepto que cada persona tiene de la suya propia y la que la sociedad le concede en virtud de su status. Por ello, al hablar de muerte digna hay que tener en cuenta el primero y velar por que se le garantice el segundo.

Algunos conceptos que conviene aclarar

Al hablar de muerte digna es inevitable referirse a dos aspectos que algunas personas equivocadamente consideran contrapuestos: los cuidados paliativos y la elección del momento de la propia muerte.

Los cuidados paliativos son un tipo especial de cuidados diseñados para proporcionar bienestar o confort y soporte a los pacientes y a sus familias en las fases finales de una enfermedad terminal. El objetivo de los cuidados paliativos es ayudar a las personas con una enfermedad grave a sentirse mejor. Estos previenen o tratan los síntomas y efectos secundarios de la enfermedad y los tratamientos. Con los cuidados paliativos, también se tratan problemas emocionales, sociales, prácticos y espirituales que la enfermedad plantea. Cuando las personas se sienten mejor en estas áreas, tienen una mejor calidad de vida. Los cuidados paliativos pueden brindarse al mismo tiempo que los tratamientos destinados para curar o tratar la enfermedad, y se pueden dar cuando se hace el diagnóstico, durante todo el tratamiento, durante el seguimiento y al final de la vida. Y por supuesto, no son incompatibles, sino en todo caso secuenciales, con los métodos para elegir el momento de la propia muerte.

Respecto a la elección del momento de la propia muerte, hay varias formas de terminar con el sufrimiento de enfermos terminales o con enfermedades incurables, degenerativas o gravemente incapacitantes. Evidentemente, todas ellas requieren la petición o el consentimiento explícito del paciente o de sus representantes.

- Rechazo al tratamiento o a la ingesta de alimentos y líquidos.
- Retirada de las medidas de soporte vital: respiración asistida, nutrición enteral, hidratación por vía intravenosa, etc. en un paciente en estado vegetativo.
- Sedación paliativa y sedación terminal: administración deliberada de fármacos para lograr el alivio, de un sufrimiento físico y/o psicológico, inalcanzable con otras medidas, mediante la disminución suficientemente profunda y previsiblemente irreversible de la consciencia en un paciente cuya muerte se prevé muy próxima, aunque de forma colateral puedan acortar la vida del paciente.

- Suicidio asistido: consiste en proporcionar al enfermo los fármacos necesarios para producirle la muerte, (lo que puede hacer personal sanitario o lego) aunque es él quien se los administra.
- Eutanasia: es la administración por parte de un médico de los fármacos que van a producir la muerte del enfermo. A veces se habla erróneamente de eutanasia pasiva y de eutanasia involuntaria. Lo que se llama eutanasia pasiva es, en realidad la retirada de las medidas de soporte vital, y la llamada eutanasia involuntaria es una contradicción en los términos.

La única que puede llevar a cabo el enfermo por sí mismo es la primera; para las dos siguientes y para la última necesita la ayuda de personal sanitario; para la penúltima puede ser auxiliado por cualquiera. Las tres primeras son absolutamente legales en nuestro país, mientras que las dos últimas están recogidas como delito en el art. 143 del Código Penal. (art.143.2: se castiga con prisión de dos a cinco años a quien que coopera en el suicidio de otro. Art.143.3: si la cooperación llegara hasta el punto de ejecutar la muerte de otro la pena se eleva a prisión de seis a diez años Art. 143.4: el que causare o cooperare activamente con actos necesarios y directos a la muerte de otro, por la petición expresa, seria e inequívoca de éste, en el caso de que la víctima sufriera una enfermedad grave que conduciría necesariamente a su muerte, o que produjera graves padecimientos permanentes y difíciles de soportar, será castigado con la pena inferior en uno o dos grados a las señaladas en los números 2 y 3 de este artículo).

El 20 de diciembre de 2020 se aprobó en el Congreso de los Diputados por 198 votos a favor, 138 en contra y dos abstenciones, la Proposición de Ley Orgánica de regulación de la eutanasia. En mi opinión ésta tiene dos inconvenientes: por un lado se trata de un documento excesivamente garantista, no tanto en cuanto a las precauciones para que no se aplique indebidamente, sino a los padecimientos que se pueden invocar para tener derecho a solicitarla: sólo “quien está en una situación de padecimiento grave, crónico e incapacitante o de enfermedad grave e incurable, padeciendo un sufrimiento insoportable que no puede ser aliviado en condiciones que considere aceptables, certificada por el médico responsable”. Por otro lado, “requiere de una valoración cualificada y externa a las personas solicitante y ejecutora, previa y posterior al acto eutanásico”. El proceso es largo y está lleno de intermediarios: primero, el paciente debe realizar dos solicitudes al médico responsable separadas por un intervalo de 15 días. Luego, este médico avisa al médico consultor, el cual concertará una entrevista con el solicitante y posteriormente emitirá un informe que remitirá al médico responsable, quien a su vez contactará con la comisión de evaluación y garantías, que verificará la documentación y podrá convocar al solicitante para una nueva entrevista, emitirá un informe que se remitirá al presidente de la comisión, y éste a su vez lo comunicará al médico responsable. Entonces, y sólo entonces, éste podrá prestar al paciente su ayuda para morir.

La asociación Derecho a Morir Dignamente anunció recientemente que: “seguiremos trabajando para que se simplifiquen los pasos para la petición, para vigilar que se cumpla la ley y para que se amplíen los supuestos que regula la ley de eutanasia”.

Historia

En Occidente, la tradición hipocrática no recomendaba atender a enfermos incurables y terminales por considerarlo una interferencia en la voluntad de los dioses que podía ser castigada. Con el advenimiento del cristianismo aparecen en Roma los primeros hospitales y hospicios inspirados en la caridad evangélica, y eso se continuó en la Edad Media; aunque se trataba más bien de dar asilo y refugio, también se acogía a moribundos. En el s. XIV, en Francia, s. Vicente de Paul promovió la creación de numerosos hospicios para pobres y enfermos. Un siglo más tarde surge en Prusia la fundación Kaiserberg, el primer hospicio protestante. De nuevo es en Francia donde, en 1842, Mme. Jeanne Garnier creó varios hospicios con la asociación mujeres del Calvario “cuya meta sería, además de la santificación personal, la asistencia a las incurables abandonadas”, lo que inspira en 1899 a Anne Blunt Storrs la fundación del Calvary Hospital en Nueva York. Pero la persona que instituyó los cuidados paliativos como tales fue Cicely Saunders (1918-2005) quien tras graduarse como médico a los 40 años empieza a trabajar y a observar a enfermos terminales, escuchándoles y tomando notas, y vio que se podía controlar su dolor con opiáceos, y también incorpora los cuidados domiciliarios y la atención psicológica. En España no se empezaron a desarrollar este tipo de cuidados hasta los años 80 del pasado siglo. Los profesionales interesados en el tema buscaron formación en el extranjero. La primera Unidad de Paliativos se estableció en 1982 pero no se reconoció oficialmente hasta 1987; la Sociedad Española de Cuidados Paliativos se fundó en 1992, y no fue hasta el año 2000 que se aprobó el primer Plan Nacional de Cuidados Paliativos.

Hipócrates se opuso a la eutanasia. Reconoció, sin embargo, que se podría violar fácilmente esta ética ya que los médicos no tienen sólo el poder para curar, sino también para matar. Por esta razón hizo que los médicos se comprometieran éticamente con el denominado Juramento Hipocrático: «Y no daré ninguna droga letal a nadie, aunque me la pidan, ni sugeriré un tal uso, y del mismo modo, tampoco a ninguna mujer daré pesario abortivo, sino que, a lo largo de mi vida, ejerceré mi arte pura y santamente.» En Roma, el suicidio, en determinadas situaciones, se consideraba justificable y pragmático; sin embargo, fue explícitamente prohibido para esclavos, legionarios y los acusados de algún delito penado con la muerte. El cristianismo, en un principio, no solo no condenó el suicidio, sino que incluso lo consideró como un gesto heroico, para escapar al deshonor o como una forma de aceptar el martirio. A partir del siglo IV, es cuando para evitar el gran número de suicidios de creyentes fanáticos, que pretendían, a través de la inmolación, conquistar el paraíso, y para

restablecer un poco de valor a la vida humana, empieza a manifestarse en su contra. El Código Canónico empezó a condenar el suicidio a partir del Concilio de Arles en el año 452.

En el Renacimiento se produce un cambio de mentalidad, y en lo que se refiere a la eutanasia, a ésta se la relaciona con el buen morir en el sentido físico, como el último proceso de la vida del ser humano. Tomas Moro, al describir en su obra Utopía, la forma del Estado ideal, afirma por una parte que se debe prestar a los moribundos todo cuidado y solidaridad. En 1605 Francis Bacon introduce por primera vez, la actual concepción de eutanasia: «la acción del médico sobre el enfermo incluyendo la posibilidad de apresurar la muerte». David Hume justifica la eutanasia cuando dice «si el disponer de la vida humana fuera algo reservado exclusivamente al todopoderoso, y fuese infringir el derecho divino el que los hombres dispusieran de sus propias vidas, tan criminal sería el que un hombre actuara para conservar la vida, como el que decidiese destruirla». Los Utilitaristas mantienen que será mayor el bien y la felicidad, tanto para el enfermo como para su familia, si se ayuda al enfermo a morir de una forma digna, que si se le ayuda a prolongar el sufrimiento. La Revolución Francesa creó la tradición jurídica de la no punición del suicidio que se refleja en la casi totalidad de la actual codificación penal. Pero después de la Segunda Guerra Mundial y el descubrimiento de las atrocidades nazis, la eutanasia se vuelve un tema tabú.

El concepto legal de muerte digna

La muerte digna es la muerte que, deseada por una persona, se produce asistida de todos los alivios y cuidados paliativos médicos adecuados, así como con todos los consuelos humanos posibles. En otras palabras; una muerte digna es el hecho y el derecho a finalizar la vida voluntariamente sin sufrimiento, propio o ajeno, cuando la ciencia médica nada puede hacer para la curación de una enfermedad mortal. Hoy en día, el avance de los medios técnicos, la obsesión por la salud y la prolongación de la expectativa de vida en las sociedades modernas conllevan en la práctica la negación del dolor y de la muerte misma, lo que provoca, más o menos directamente, que el concepto de muerte digna, o el más clásico de eutanasia, estén de absoluta actualidad, discusión y debate.

Este derecho a morir dignamente ha sido reconocido por el Consejo de Europa, en su recomendación 1418 (Debate de la Asamblea del 25 de junio de 1999, 24ª Sesión) sobre la Protección de los Derechos Humanos y la Dignidad de los Enfermos Terminales y Moribundos. La Asamblea insta a que el Derecho Interno de cada Estado miembro incorpore, para la protección legal y social necesaria contra las amenazas y temores que el enfermo terminal o moribundo afronta, y en particular se pronuncie o efectúe la regulación legal en todo lo relativo a:

- El morir sometido a padecimientos insorportables.
- La prolongación del proceso de la muerte contra la voluntad del enfermo terminal.
- El morir en el aislamiento social y la degeneración.
- El morir bajo el temor de constituir una carga social.
- La restricción de los medios de soporte vital por razones económicas.
- La falta de fondos y recursos materiales para la asistencia adecuada del enfermo terminal o moribundo.

El instrumento para la aplicación de estas medidas es el documento de voluntades anticipadas o de instrucciones previas (también llamado testamento vital, aunque este término no se considera jurídicamente acertado), que se refiere al documento escrito por el que un ciudadano manifiesta anticipadamente su voluntad, con objeto de que ésta se cumpla en el momento que no sea capaz de expresarse personalmente.

Legislación sobre muerte digna en el mundo

- Retirada de medidas de soporte vital, alimentación y líquidos en pacientes en estado vegetativo: es legal en Argentina, Chile, Alemania, Finlandia, Irlanda, Suecia y Reino Unido.
- Suicidio asistido: Se legalizó en algunos de los Estados Unidos: Washington (2008), Vermont (2013), California (2015), Colorado (2016) y el distrito de Columbia (2017). Hawái, Washington, Vermont, New Jersey, California, un condado de Nuevo México, Maine (a partir de 2020) y es legal de facto en Montana. En Australia, el Estado de Victoria permite el suicidio asistido en determinadas circunstancias desde junio de 2019. En Canadá es legal desde 2016. El suicidio asistido también está permitido o no está penalizado en países como Albania, Japón o Corea del Sur. En Noruega si un cuidador ayuda a morir a quien se lo ha solicitado puede recibir una pena atenuada. En Suiza el suicidio asistido es legal para residentes y extranjeros, y sólo es delito según el artículo 115 del Código Penal que entró en vigor en 1942 si el motivo de ayudar es “egoísta.”
- Eutanasia: Desde 1933 el Código Penal de Uruguay acepta el homicidio compasivo, el primer documento legal que incluye la eutanasia, aunque no emplea el término y el juez puede dispensar a un médico si este tiene buena reputación y lo hace a petición del paciente. En Australia, la eutanasia fue legal en el territorio del Norte desde 1995 hasta 1997. En Holanda en 2001 legalizaron la eutanasia y el suicidio asistido por

un médico, y en 2004 se desarrolló el *Protocolo de Groningen* donde se detallan los criterios para regular la eutanasia a menores. En Bélgica, el Parlamento Belga legalizó la eutanasia en 2002 y en 2014 se amplió a menores. En Luxemburgo es legal desde 2009, y en Colombia desde 2015.

Por supuesto, las normas para la aplicación del suicidio asistido y de la eutanasia son sumamente rigurosas. En EE.UU se permite a los mayores de 18 años competentes y capaces de expresar conscientemente su voluntad, residentes en los estados en que el suicidio asistido es legal, con enfermedades terminales y con esperanza de vida de menos de seis meses, recibir medicamentos en dosis letales, a través de la autoadministración voluntaria, expresamente prescritos por un médico para este fin. El paciente debe, conscientemente, solicitar la asistencia de la muerte, que deberá ser autorizada y supervisada por un médico especialista, un abogado y un psiquiatra o psicólogo. En Canadá, los adultos capaces diagnosticados con enfermedades graves e incurables, empeoramiento avanzado e irreversible de sus capacidades, además de intenso sufrimiento físico y psicológico. En Holanda: personas mentalmente capaces, que sufren de enfermedades incurables, incluyendo enfermedades mentales, que producen un sufrimiento físico o psicológico insoportable. En Bélgica, si el paciente no es terminal, el médico debe consultar a un tercer especialista independiente y al menos debe transcurrir un mes entre la solicitud del paciente y el acto de la eutanasia.

Algunas consideraciones éticas

En primer lugar, es importante determinar si el paciente se halla en el final de su vida ya que, si su enfermedad es curable y por el contrario se considera que está agonizando, se producirán graves consecuencias como pueden ser una muerte prematura o la aparición de importantes secuelas que pueden deteriorar la calidad del resto de su vida. Y someter a un paciente terminal a tratamientos fútiles es encarnizamiento terapéutico y prolongación de sus sufrimientos.

La muerte digna es una opción vital en la que hay que tomar en consideración todos los factores que están en juego en cada caso, en cada momento y en cada circunstancia. Dejando a un lado las opciones no legales, nos centraremos en aquellas que sí se pueden aplicar: no poner tratamientos fútiles, retirar soporte vital en pacientes vegetativos y la sedación terminal. Para ello, tras la deliberación, que debe tener en cuenta el respeto a los principios éticos y a la legalidad vigente, se suelen aplicar los principios clásicos de la bioética, como una pauta o guía útil en la práctica diaria para la toma de decisiones ante casos complejos que puedan dar lugar a discrepancias.

- Autonomía: respetar la voluntad del enfermo. Esto en ocasiones puede plantear problemas éticos, por ejemplo, aquellos casos en que el paciente nunca ha expresado sus deseos al respecto y no esté en condiciones de hacerlo, o cuando ha manifestado que prefiere no saber la verdad.
- Beneficencia: administración de los fármacos que alivien los síntomas del paciente, aunque ello suponga una aceleración de su proceso de morir. La doctrina del doble efecto o *voluntario indirecto* establece que una acción con dos o más posibles efectos, incluyendo al menos uno bueno posible y otros que son malos, es moralmente permisible si se dan cuatro requisitos: existencia de un síntoma refractario (que no responde al tratamiento); que el objetivo de la sedación sea reducir sufrimiento o distrés; que haya una reducción proporcionada del nivel de conciencia a la necesidad del alivio del sufrimiento y en el caso de la sedación en la agonía, que la expectativa de vida sean horas o días.
- No maleficencia: que el balance entre los beneficios y los riesgos de cualquier actuación médica sea siempre a favor de los beneficios. Los criterios a tener en cuenta como la proporcionalidad (evaluar los efectos positivos del tratamiento y las consecuencias negativas que pueden derivarse), la futilidad (utilidad o no de ciertos tratamientos generalmente complejos y que pueden generar consecuencias o secuelas severas) o la calidad de vida (como quedará el enfermo tras la aplicación de los recursos tecnológicos que hoy día se disponen).
- Justicia: imparcialidad en la distribución de recursos, entendida como equidad. Hay que evitar las cargas indebidas y favorecer el acceso a los recursos necesarios.

Conclusiones

Aunque muchos bioeticistas, sobre todo los contaminados ideológicamente, establecen comparaciones entre la eutanasia y la eugenesia como prácticas éticamente inadmisibles, es evidente que existe una diferencia fundamental: en esta última el sujeto no puede expresar su opinión ni sus preferencias, mientras que para la aplicación de la eutanasia se exige ante todo la petición expresa y reiterada del interesado. Las consideraciones en cuanto a los principios de la bioética serían exactamente iguales que para las opciones legales. En el caso de la eutanasia se suelen presentar como enfrentados los conceptos de autonomía y beneficencia, lo cual es una falsedad, puesto que si la beneficencia es lo mejor para el paciente, y éste, ejerciendo su autonomía, solicita la eutanasia como un medio para huir de un sufrimiento insostenible, quien a esto se oponga en nombre de una pretendida beneficencia se estaría arrogando la preeminencia de su juicio por encima del del propio interesado, en una forma perversa de paternalismo, y lo

mismo se podría decir en cuanto al principio de no maleficencia. Respecto al principio de justicia, sobre todo en esta época de crisis económica en que la escasez de recursos sanitarios se agudiza cada vez más, cabe preguntarse si no sería ir en contra de la justicia seguir consumiendo éstos con una persona que no desea vivir más, mientras otras personas que quieren vivir y pueden necesitarlos se ven privados de ellos.

Y finalmente, recordar que en un estudio de la Dirección General de Atención al Usuario del Gobierno de Aragón en 2015, relativo a la forma en que la ciudadanía aragonesa afronta y vive el proceso de morir, se llevaron a cabo encuestas telefónicas a 532 personas mayores de 18 años y a 663 familiares de personas fallecidas, en las que entre otras, cuestiones se preguntaba: ¿Cuál es su opinión respecto a interrumpir un tratamiento a un enfermo que suponga una prolongación del sufrimiento, cuando se considera que la situación ya es irreversible? Un 75,8% de la población general respondió que estaba de acuerdo, y un 97,9% está a favor de que las personas puedan acceder a través de la asistencia sanitaria a una muerte sin dolor y sin sufrimiento. Sin embargo, a la pregunta: ¿ha expresado vd. sus voluntades anticipadas o piensa hacerlo en un futuro próximo? Sólo un 37,4% de la población general y un 18,7% de familiares de fallecidos respondieron afirmativamente, y sólo un 7,3% de la población general y un 6,3% de familiares de fallecidos conocían la existencia de la ley de muerte digna.

Lo que pone de relieve la necesidad de informar verazmente y sin sesgos a la población y establecer un debate serio y razonado sobre la posibilidad de ampliación de las opciones de elegir el momento y la forma de abandonar este mundo, por descontento, siempre estableciendo los mecanismos necesarios para evitar posibles abusos.

Bibliografía

- Pérez Porto Julián, Merino María. Definición de muerte Definición de (2009) (<https://definicion.de/muerte/>) Consultado 14 noviembre 2019
- Hernández Arellano Flor El significado de la muerte Revista Digital Universitaria (2006) Vol 7 N° 8: 5-7 http://www.revista.unam.mx/vol.7/num8/art66/ago_art66.pdf
- Diccionario de filosofía · (1984): 120 <http://www.filosofia.org/enc/ros/dig.htm>
- Kriele Martin Libertad y dignidad de la persona humana Persona y Derecho, 9 (1982) : 39-46 <http://hdl.handle.net/10171/12035> Web 12 nov 2019.

Secpal Sociedad Española de Cuidados Paliativos Historia de los cuidados paliativos y el movimiento Hospice https://www.secpal.com/secpal_historia-de-los-cuidados-paliativos-1 Web 15 nov 2019

Mendia García- Mendoza, Elena Evolución histórica de los cuidados paliativos Universidad de la Rioja 2017 Web 15 nov 2019

Esquivel Jiménez Juan El derecho a una muerte digna: la eutanasia. Eutanasia y su evolución histórica. Universidad de Barcelona. <http://www.ub.edu/ciudadania/hipertexto/evolucion/trabajos/0304/3/2.htm> n.d. Web 20 nov 2019

Sanz Javier El suicidio asistido en la antigua Roma Historias de la historia <https://historiasdelahistoria.com/2018/06/27/el-suicidio-asistido-en-la-antigua-roma> n.d. Web 21 nov 2019

Exit – Fastaccess – a starting point <http://www.euthanasia.cc/history.html> n.p. n.d. Web 1 dic 2019

<https://derechoamorrir.org/> n.p. n.d. Web 2 dic 2019

<http://www.swisslatin.ch/sociedad-0634.htm> n.p. n.d. Web 12 dic 2019

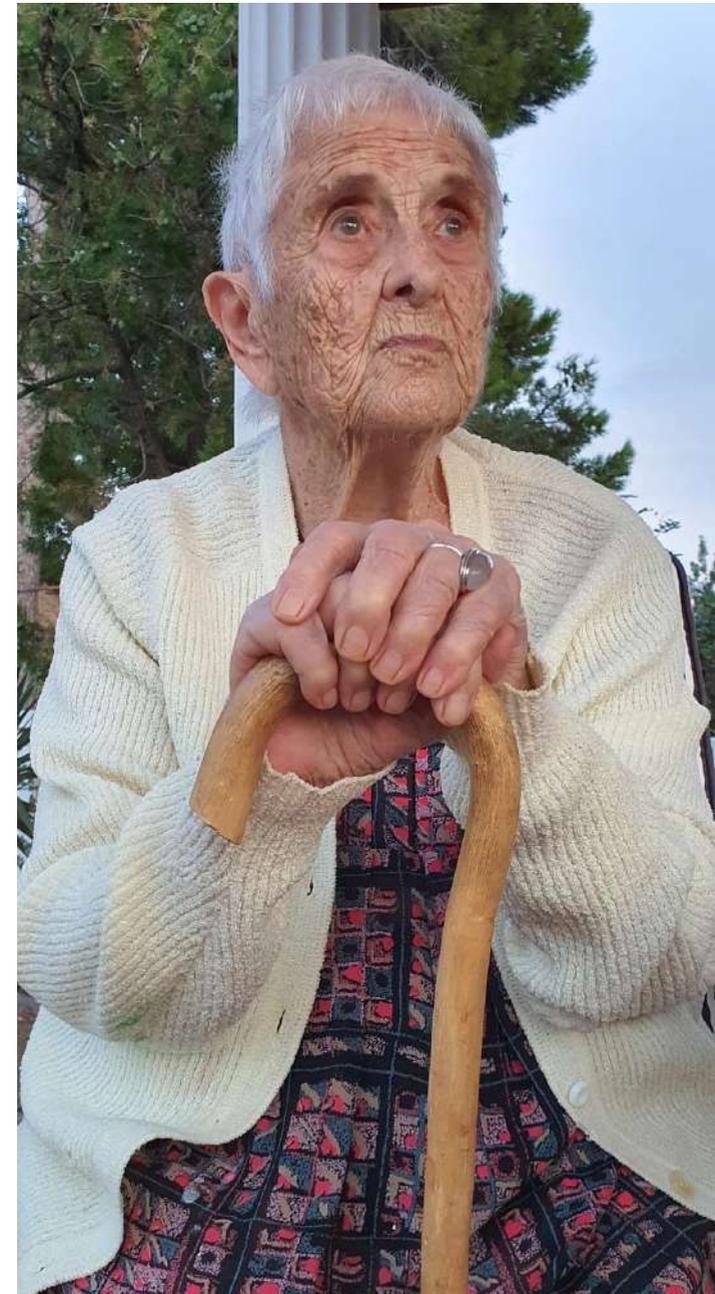
Morir en Andalucía. Dignidad y derechos. Informe del defensor del pueblo. Diciembre 2017 https://www.defensordelpuebloandaluz.es/sites/default/files/ie-muerte-digna/documentos/8_eutanasia.pdf Web 12 dic 2019

Maciá Gómez Ramón El concepto legal de muerte digna. Octubre 2018 <https://derechoamorrir.org/wp-content/uploads/2018/09/2008-concepto-legal-muerte-digna.pdf> Web 20 dic 2019

Albert R, Jonssen Etica de la eutanasia Revista Humanitas Vol 1, N° 1 2003 http://www.iatros.es/wp-content/uploads/humanitas/materiales/Revista_Humanitas_1.pdf Web 20 dic 2019

Clave Arruabarrena Eduardo Aspectos éticos en el final de la vida Guía de recursos sanitarios y sociales en la fase final de la vida en Gipuzkoa <https://paliativossinfronteras.org/wp-content/uploads/aspectos-eticos-final-vida.pdf> Web 20 dic 2019

Dirección General de calidad y atención al usuario Los aragoneses ante el proceso de morir. Gobierno de Aragón 2015 https://www.saludinforma.es/portalsi/documents/10179/840479/Proceso_Morir_Aragoneses_2015.pdf/483884a9-d10a-49a6-a818-60d37ef75576 Web 20 dic 2019



● Mixin, madre de Eva y abuela de Clara. Fotografía de Clara Piazeulo.

Cuentos de amor, tiempo y muerte

Quando me morí y no sentiste nada

Belén Soto

Las cuatro siguientes cartas son una de muchas respuestas posibles a la pregunta sobre cómo salvaguardar la privacidad de relatos íntimos y sensibles al compartir el resultado de una investigación que se ha nutrido fundamentalmente de ellos. Todas ellas entremezclan las experiencias trasladadas en conversaciones sobre la muerte, el amor y el tiempo; sobre afectos y efectos al morir.

Ante un material de investigación incodificable, sólo he sido capaz de reunir en cuatro cartas ficticias de muertxs una pequeña parte de todas las historias aprendidas.



Fotografía de Danilo Rosetti.

Querida S.,

Creo que el día que naciste empezó la última fase de mi vida. Hubo más nacimientos después, pero ninguno que me conmoviera tanto. Fui al cuartel a verte y me sentí viejo, algo que no había experimentado antes. Colgué el arma en el perchero y me acerqué, despacio, hacia tu cuna, hasta sostenerte por primera vez entre mis brazos. Tan pequeña, tan rosada, tan débil. Recordé que existía la ternura. Qué amor tan dulce, tan único. Años después paseábamos entre el olor a naranjos y el sonido de la fuente y las campanas. Mi sol, mi ilusión. Algunas de mis arrugas fueron surcos que nacieron en esa época de tanto que sonreía al mirarte. No sé si te acuerdas de entonces.

Quando me morí, ya llevaba mucho tiempo sin demostrar interés por mantener y hacer crecer un nosotrxs: una tú y un yo que juntxs son algo distinto, algo que no sólo nos suma sino que nos convierte en otra cosa viva y que muta constantemente. Llevaba mucho tiempo aferrado a lo que vivimos en un pasado lejano, encontrándolo suficientemente fuerte como para no tener que hacer más.

Quizás es algo relativo a mi masculinidad: era incapaz de transmitir afecto, pero lo sentía intensamente en silencio. Así, el tremendo amor que tenía hacia ti era un paquete de emociones, expectativas y recuerdos tan encerrados en mi pensamiento, que eran también una completa idealización de sí mismos. Como me habían enseñado, guardaba ese amor fantástico en un altar invisible y no me permitía practicarlo, porque al hacerlo caía en el peligro de recibir cualquier señal que demostrara que no era cierto. Eso me aterraba.

Por ese motivo, lo que amaba era mi amor, no a ti. Tú podías, incluso, resultarme molesta. Prefería no verte, prefería tener noticias vagas de ti. Tu presencia en mi casa a menudo me decepcionaba, me ponía de mal humor y me generaba nerviosismo. Cuando venías a comer ya no me apetecía hablar. Sólo te hacía las preguntas cuya respuesta ya estaba pactada: «¿Qué tal?» «Bien.» «¿Tienes trabajo?» «Sí.» «Eso es lo importante. ¿Quieres que cambie de canal?» «No, este está bien, deja lo que estabas viendo.» «Anda, ve a poner la mesa.» «Sí, voy.»

Durante años, tú y yo crecíamos y nos transformábamos con total independencia y desconocimiento unx de otrx, y un día supimos que enfermé. El protocolo de cuidado común hacía que nada se te exigiera con respecto a mí más que preocupación y visitas diligentes: una relación cordial. Para mí era suficiente, seguía la inercia de nuestro vínculo espectral. Total, yo me iba a poner bien pronto. Un hombre fuerte, honrado, trabajador, seguro como yo, podría dominar esta situación como había dominado todas las anteriores.

Pero no fue así, y yo no estaba preparado para ello. De repente el dolor, la dependencia, la imposibilidad de hacer, la pérdida de capacidades, del poder de decisión; el comienzo del fin. Yo nunca me había considerado un ser vulnerable, era el cabeza de familia, la autoridad, el que tenía la última palabra, al que no se desafiaba, al que podrías temer. Pero lo que yo temía era la idea de mi propia muerte, y por eso, hasta entonces, cuando fugazmente se me había cruzado en el pensamiento, intentaba imaginar mi último día como una gran gesta, acelerada y desbordada de adrenalina, o como un sueño tranquilo, imprevisto, del que no despertar para ver otra vez el sol. Tanto tararear que era el novio de la muerte y entonces sentirme humillado de esa manera...

De súbito estaba en esa cama, día tras día, con un sufrimiento cada vez mayor y cada vez más lento. Mi casa y mi habitación, siempre atestadas de parafernalia católica, siempre habitadas por mi mujer rezando, siempre cumpliendo las pautas que dios manda, y yo incapaz de encontrar sosiego en la promesa de un cielo o paraíso de vida eterna; el más todopoderoso de todos no respondía a las súplicas y oraciones que repetía y repetía mientras el dolor me quebraba los huesos. Imagina mi angustia, mi desesperación, mi desconsuelo en un proceso tan largo, rogando misericordia, un remedio milagroso o pérdida de la consciencia, por lo menos. Pero el señor decidió

tenerme lúcido durante muchos muchos días, desubicado respecto al transcurrir del tiempo, insomne, pero oscilando desesperado entre las ganas de que todo eso acabara y la resistencia a dejarlo terminar. No podía, no estaba preparado.

Dos semanas antes de morir, viniste a verme. El dolor me impedía estar quieto y tumbado, así que me estremecía en la cama mientras te miraba. Tan sana, tan cuerda, tan lejana a mí ahora que estaba a punto de cruzar este umbral de no retorno. Tengo que ser sincero, en ti pensaba muy poco. Pero cuando lo hacía, recuperaba cierta sensación de calidez. El problema era que no conseguía concentrarme y recrear el recuerdo: el cuerpo tiraba de mí y me conducía a otros pensamientos –más oscuros, más dominados por el sufrimiento.

Y ese día estabas ahí, delante, con ganas de decir algo –yo con ganas de escucharlo– aunque lo suficientemente torpe para no hacerlo. Nos despedimos enseguida, sabiendo que el valor que no habíamos tenido para hablar en ese momento sería el sabor de boca que se nos quedaría. No te culpo. Ahora que escribo estas líneas en un estado más sereno, comprendo tu rostro. Puedo ver la compasión en tus ojos, y entiendo que no estuvieras desconsolada: sentías empatía, pero no apego.

Después de eso, seguí retorciéndome en la cama, como si una manada de lobos me devorase todo el cuerpo. Dos noches después recibí otra visita: Dios vino a buscarme. No fue un sueño, de verdad. Le vi llegar firme, dispuesto a terminar con mi espera, pero la luz que le rodeaba me cegaba, me quemaba los ojos, y me dio miedo. Entonces él me preguntó: «¿No quieres venir?» «No, –contesté sin dudas– necesito quedarme más tiempo». Y se fue.

El dolor aumentó y una semana después le conté a mi hijo esta visita de Dios. Confesé: «Debería haberme ido entonces, me arrepiento». Los medicamentos no aliviaban el dolor, cada vez estaba más fuera de mí y sobrepasé la barrera de la entereza: sólo quería que volviera, o que me quitaran de enmedio.

Unos días más y por fin me sedaron. Mientras me dormía, veía las caras de mi hijo e hijas, y de mi esposa, muy afectadas, y esa luz intensa. Duré una noche. Me morí en el hospital y organizaron rápidamente mi entierro. Viniste al tanatorio y no quisiste mirarme, pero escuchabas cómo mi mujer entraba a mi sala de exposición para darme besos. Te vi estoica, cerebral, asumiendo esto como un hito de la vida pero sorprendida por la baja intensidad de tus sentimientos. Pensando más en ti que en mí, dudando sobre cómo debería afectarte esto a la vez que aliviada por no estar sufriendo.

Me quemaron y enterrasteis mis cenizas a los pies de un algarrobo. Con el tiempo se fueron disolviendo en la tierra y una parte alimentó sus raíces.

No te imaginas cómo se siente el sol sobre ti siendo una hoja. A veces te veo venir, fría, como arrastrada por un impulso incomprensible. Sientes mi presencia, pero me miras apática y te distraes con cualquier cosa.

No pasa nada, es normal que a veces la muerte sea indiferente.

J.

Quando me morí y te sentiste libre

Belén Soto



Ilustración de Jean Charles Davillier.

Para P:

Supongo, niña, que llevé hasta tan lejos mis exigencias que se convirtieron en una batalla contra ti: hasta que algunx caiga. Y fui yo, y tú no sentiste más que alivio.

Si escribo sobre el principio, te digo que me vi como responsable y autoridad sobre ti sin más motivo que la inercia de la vida, y esa subordinación venía obligada, legitimada y protegida por algo mucho más grande que nosotrxs. No quedaba más opción. Qué vértigo si lo pienso ahora, desde las responsabilidades de las que se habla, porque entonces no le di la más mínima vuelta: pasó. «Total, ni que fuera a tener que encargarme de nada difícil» –pensaba. Y me concedí improvisar todo lo que se me antojaba: divertirme, adorarte, venerarte, hacerte alucinar, llevarte a lo más alto; para después pasar de ti, organizarte, condicionarte, limitarte, besarte, encerrarte, anularte, maltratarte, ridiculizarte; y después decirte lo que te quería y explicarte lo libre que estaba de cualquier error o arrepentimiento, y poner nuestra foto feliz de perfil para demostrarlo, para exhibirlo.

Fue obstinación, terquedad por encima de todo: no poder permitir una versión de lo que eras en mi vida que no fuera la que yo establecía. Yo que sé, ahora que lo pienso, llegadx a cierto punto no tengo muy claro qué es lo que realmente deseaba, sólo que necesitaba agarrarme al control de la situación. Aunque eso transformara el amor en dominación, miedo y rencor; aunque eso convirtiera mis expectativas incumplidas de interés y cariño en decepción, y, en consecuencia, desprecio a ti.

*La luna te besa tus lágrimas puras
Como una promesa de buena ventura
«La niña de fuego» te llama la gente
Y te están dejando que mueras ahí
Ay, niña de fuego
Ay, niña de fuego
Dentro de mi alma yo tengo una fuente
Para que tu culpa se incline a beber
Ay, niña de fuego
Ay, niña de fuego
Mujer que llora y padece
Te ofrezco la salvación
Te ofrezco la salvación
Y el cariño ciego
Soy un hombre bueno que te compadece
¡Anda!
Vente conmigo niña de fuego*

Qué grande es Manolo Caracol. «Toda la vida jodiendo» –lo llamas tú, sin embargo. Desagradecida, todo lo que hice lo hice por ti, que no te das

cuenta. Para que comprendieras quién era, lo que te tenía reservado, lo que necesitabas, lo que podías ser. Todo lo que te ofrecía era bueno, y tú te negaste a aceptarlo. Maleducada, fría, flemática. Me hinchabas de ira, joder, no sé de dónde sacaste esas maneras tan ingratas.

¿Quién te crees que eres? ¿A quién te crees que debes lo que eres? No habrías sobrevivido sin mí. ¿Cómo te dabas la autoridad para tratarme con esa condescendencia, con esa soberbia? Exigiendo, comparándome con otros que lo hacían como a tí te gustaría. Yo sí que puedo compararte, ¿acaso había alguna razón para que te sintieras especial? Por mis cojones. Y ese pánico a contarme cualquier cosa, a que estuviera al tanto de lo que te atravesaba...

Yo pensé que jamás tendríamos el valor de deshacernos el unx del otrx, porque estamos unidxs por lazos que están muy por encima del tiempo y la distancia. Y sin embargo huiste, y poco a poco vas soltando las garras con las que te tengo sujeta aunque te haya perdido. Desapareciste, pero lxs dos sabemos que ningún día dejamos de tenernos presentes, de especular qué andaríamos haciendo y cómo nos estaríamos recordando. Querías alejarte, y en el fondo alivias la culpabilidad de mi abandono cuando encajas en mis estándares.

Entonces un día me muero, y te enteras y es como un jarro de agua fría, pero a la vez te entra una tranquilidad... Sabes que ya no puedo aparecer en cualquier momento, que ya no voy a encontrarte nunca como un cuerpo que se tropieza con otro cuerpo, y que se miran y se tensan mientras activan esa reacción que llevan tanto tiempo preparando. Ya no sé si me morí yo o si me mataste. Ni tú tampoco, porque nos unían muchas más fuerzas que las visibles y fantaseaste demasiadas veces con esto.

Obviamente mi muerte te removió todo, te destrozó y te hundió como no eras capaz de imaginarte. Despertó todo lo bueno y todo lo malo que nos hicimos y te dejó perdida en un escenario confuso de grises donde ya no eras capaz de sentir, de entender, de recordar las objetividades en las que reafirmabas tus decisiones de retirarme y los cuentos que habías hecho de lo nuestro. Sé que fue un proceso terrible, y me regocijé en tu profundo sufrimiento. Y después observé cómo te ibas recomponiendo y cómo has construido un discurso y un conjunto de sentimientos que te consuelan y te conceden descanso.

No sé, tengo mis suspicacias. No me termino de creer esa madurez, quiero pensar que estás construyendo relatos que no representan lo que realmente significa para ti. ¿De verdad piensas que te hice tanto daño? Soy escépticx hacia esa calma que crees estar encontrando. Tengo que haberte dejado el autosabotaje como herencia.

¿Sabes qué? Aunque estés totalmente convencida de lo contrario, yo creo que algún día volveré a alterarte. Volverá a sacudirme mi recuerdo, mis

efectos o algún tipo de reencarnación de lo que fui. Total, nunca viniste a mi entierro pero yo sé lo presente que estoy en tu vida.

Igual no te dejé tan libre como crees. Me niego. Es tan cruel decir que te alegras de mi muerte... ¿Acaso te puede aliviar? Yo, que lo único que anhelaba era que me quisieras más que a nada ni nadie...

No me olvides,

N.

Quando me morí pero me quedé a tu lado

Belén Soto



Fotografía de
Andrés F. Albalat.

Querida D.,

Si me concentro, puedo volver allí. Para un momento y recuérdanos: recorriendo la ciudad desde el aeropuerto hasta mi habitación como paquete de mi bici, tú agarrada a mis hombros, yo con una mano manteniendo la dirección y con otra tocándote el estómago, emocionado porque de repente estás aquí. Cierras muchas veces los ojos para volver a ese momento. Caminando por San Mamolo, o tumbadxs en las laderas de Villa Ghigi –que es el parque más bonito en el que has estado nunca, y cuando lo dices te estremeces porque no has vuelto a sentir nada igual en un lugar ni en un cuerpo. Paseando por Via Saragozza, subiendo los 666 arcos que conducen a San Luca. El 1 de mayo: qué tremendo descubrir que esto no tenía que quedarse sólo en nosotrxs dos, que teníamos tanto amor que podíamos repartirlo entre más. Todo el día en la calle, gastándonos todo nuestro poco dinero en ponernos ciegrxs como si no pudiéramos soportar sobrixs eso que nos sacudía, como si estuviéramos tan vives que superábamos nuestras posibilidades de ser. Dices que era como la paliza más brutal que me

pueda imaginar, pero de placer. Sé que cuando piensas en mí tienes ganas de llorar y de reír.

A veces te agarras muy fuerte a algo y te olvidas de que la vida se organiza en muchas escalas de materia y de tiempo. Se olvida que todo son fases o ciclos y que todo el rato nuestro cuerpo y lo que nos pasa está naciendo y muriendo a la vez. Cuando nos agarramos tan fuerte a una parte de todo eso, que se muera da mucho miedo, es lo peor que te puedes imaginar.

Qué curioso y retorcido, que para ser capaz de procesar este amor descontrolado al que nos agarramos nos creímos incapaces: o de seguirnos queriendo o de hacer cosas que merecieran que nos quisiéramos. No sé, tengo esa época tan borrosa como tú en el recuerdo pero, si me concentro, puedo volver allí y reconocer unos sentimientos que ahora entiendo mejor. En parte es cruel. Lo explico.

Yo empecé a estar muy triste, todo el rato. Se me caía el mundo encima, la casa encima, la habitación encima. La vida me resultaba un lugar horrible, repleto de seres horribles que hacían cosas terribles. Me volví autodestructivo, obsesivo, hostil, desconfiado, susceptible, maniático, asustado. No encontraba la luz que te había traído a mi lado, pensé que te había engañado y que no había nada que justificara tu interés en mí. Conseguí incluso hacértelo pensar a ti. Tú, sin embargo, te aferraste a estudiar la cuestión del amor desde una esfera intelectual tan obsesionada por la dialéctica que se diluía la verosimilitud con los hechos prácticos que se describían.

Se abrieron dos caminos a partir del primero, del que recorríamos juntos: el de los afectos subordinados y el del discurso aislado. Yo estaba arrastrándome por el primero y tú por el segundo, corriendo a toda hostia pero sin tener ni idea de dónde estabas. Qué desastre. Después me mirabas y no podías creer, dudabas de todo. Yo estaba fatal y tú sentías lástima a la vez que responsabilidad a la vez que fuerza a la vez que cariño a la vez que repudio a la vez que altivez a la vez que angustia a la vez que culpa a la vez que ganas de huir. Y corrías tan deprisa tan deprisa que se te olvidaba Villa Ghigi y San Mamolo y la bicicleta y los rigatoni que rellenamos de calabaza con los dedos durante tres horas. Desde ahí, y adicta a la argumentación lógica, no encontraste la respuesta en todos los libros que devoraste sobre el afecto y su política y su construcción cultural, no fuiste capaz de entender nada. Y yo tampoco desde mi sencillez. Mirabas mi cara, con el pelo pegado en la frente, y mi cuerpo como reflejado en un espejo distorsionante, y después mirabas a esos genios eruditos que te regalaban el oído y la lectura –que te decepcionaron muy rápido, pero eso es otra historia– y nos perdimos el unx al otrx, cada unx por sus propias ingenuas razones.

Entonces, resolviste que lo mejor era matarme.

Me mataste por teléfono, no fuiste capaz de esperar a verme para hacerlo con tus propias manos. Me mataste y saliste disparada en dirección opuesta para no volver a encontrarte con mi cadáver. Si me concentro, puedo volver allí.

No pudiste afrontar el recorrer los mismos lugares: yo fui expulsado de ese escenario pero tú huiste de la ciudad, como si mi espectro o un agujero de gusano en el tiempo fueran a decirte algo que temías, y te arrancaste el trozo de la memoria en el que yo salía para meterlo donde no pudieras verlo. Claro, cuando entiendes que vivir es morir todo el rato desde distintas unidades de vida y desde distintos ciclos espirituales, parece que lo que nos queda como muerte convencional es la pérdida de la memoria de lo que durante esta vida hemos sido. Cuando morimos como un nosotrxs no quisiste ser consciente de lo que habías hecho e intentaste esconder el recuerdo de haber vivido.

Durante unos meses funcionó, pero como sólo fue poco más que una trampa mental y la memoria está también grabada en el cuerpo –y en fuerzas invisibles que nos rodean y nos acompañan–, cicatrizó. Como la vida no avanza sólo en una dirección y, en su extraña relación con el tiempo, la presencia hace saltos y conexiones hacia detrás, hacia delante y hacia otras líneas paralelas o de fuga, nuestra memoria se hizo de nuevo latente. Sin palabras para nombrarlo pero tan dulce, tan fuerte, tan vivo.

«¿Cómo puede el amor de una persona viajar por el tiempo y el espacio y atravesarte el corazón de esta manera?» –cuando escuchas a Lorena Álvarez cantando *La nube*, no sé explicar qué es lo que pasa. No sé bajo qué sistemas posibles de la física, de la filosofía o de la magia se da ese no-espacio-ni-tiempo de amor que traspasa lo que podemos explicar como nuestra realidad y vuelve a conectar nuestras consciencias presentes: se te ponen los ojos vidriosos, mirando al vacío, y me aparezco delante de ti para hablar de modos menos lineales de entender lo que vivimos mientras miras el lunar de mi nariz. No soy un fantasma, soy yo, de verdad, pero no se me ve. A veces te distraes con otra cosa, otras no te apetece hacerme caso, otras te quedas mucho rato hablando conmigo. Pero siempre soy yo el que aparece.

Si me concentro, puedo volver allí. No sé cómo explicar ese empalme. Quizás son conexiones entre mundos paralelos, quizás telepatía, dimensiones a las que de repente entramos o algún tipo de enlace cuyo funcionamiento no he conocido. O yo qué sé, quizás es todo fruto de mi imaginación y sólo es una historia que me invento. Pero lo siento tan fuerte, es tan claro que nos vemos ahí... A veces lo busco, entro ahí y es como si estuviera paseando contigo. ¿No te pasa?

Te quiere,

F.

Cuentos de amor, tiempo y muerte
**Cuando me morí y viví en ti y nos
 morimos y nos convertimos en
 otra cosa**



Fotografía de Belén Soto.

Querida R.,

Dos seres a priori tan extraños, con maneras tan diversas de percibir y habitar el mundo. ¿Te acuerdas? Tuvimos que aprender a tocarnos y a tratarnos para vivir bien en compañía. Lo que nos quisimos no lo sé escribir.

Sé que has temido a la muerte hasta que yo me morí. Pensabas que la vida era una línea recta con principio y fin y no soportabas la idea de que un día llegarías al otro extremo. ¿Y después qué? ¿A dónde iría tu consciencia? ¿O ni siquiera existiría un después? Desde ese miedo, mi muerte no tocaba: tan joven, accidental, improbable, a través de esas semanas agónicas en

el hospital sin entender nada, suplicando una recuperación que al inicio se daba por sentado y terminó siendo imposible. Pero cuando estaba allí entendí a qué había venido: a enseñarte a morir. Y a pesar de no poderte hablar, lo entendiste.

No fue fácil. Al principio no lo podías creer; después, no lo querías aceptar. Cumplías cada tarde el horario de visitas, esperando llorosa a que te dejaran entrar y aferrándote hasta el último minuto de permiso. Me mirabas y me hablabas y sollozabas y me contabas todo lo que habías preparado para cuando volviera a casa. Me explicabas cómo estaba yo y cuánto faltaba para recuperarme, lo que me querías y todo lo que pensábais en mí cuando no me estabas acompañando. Yo aguantaba y aguantaba mientras mi cuerpo iba fallando cada día más y cada día tenía más cables y aparatos conectados a mis órganos. Cuando empezaste a comprender que iba a morir, el dolor era tan fuerte que no podías dormir. Y cada día más cansada pero más consciente, empezaste a dejar de pensar en ti para pensar en mí.

El día anterior al adiós me dijiste: «tengo muchísimo miedo, pero quiero que suceda lo que sea mejor para ti». Miré tu cara, llena de mocos y lágrimas, pero a la vez despejada, honesta y poderosa, el rostro de alguien que ha sido capaz de asumir el devenir, saltar al vacío y estar abierta a recibir todo lo que ello trajera para crecer y aprender. Tu último deseo fue abrazarme. El día que morí, esperé a que vinieras a verme para contarte con un beso cómo, con el valor de soltarme, me diste el valor de morirme. Sentí tanta paz que, en esas últimas horas, viste cómo mejoró mi aspecto. Pude levantarme para caminar hacia ti y rodearte con mi cuerpo, sellando una última transmisión de bichitos y de afectos que guardar en tus recuerdos.

R., recibí todo el amor de tus rituales para acompañarme en este cambio de ciclo. Fueron un abrazo profundo que se queda conmigo en este continuo cambio de pertenencia, una transformación infinita de la que forma parte todo lo que fui contigo y todo lo nuevo que a ello se une para convertirse en otras cosas, en otras vidas. A pesar de eso, sé que eres humana. Desde el momento en que dejé de estar de la manera en que hasta entonces lo hacía, me echas mucho de menos.

Pero mira: puede que la linealidad del tiempo sólo sea un filtro que vuestras cabezas humanas utilizan para digerir el porvenir. Entendiendo el transcurrir de una manera más rizomática, el amor entre tú y yo no ocupa un espacio tan limitado: el amor que compartimos permanece antes de conocernos, durante nuestro crecimiento juntas y después de separarnos. Por eso, tu presencia venía conectando con mi mundo desde mucho antes de darnos cuenta y continuará cruzándose con la mía y la de todo lo que habitamos hasta que todo nos convirtamos en otra cosa. En esta deriva cosmológica, mi bebé, el amor sigue creciendo en muchas direcciones y manteniendo nuestros cuerpos y energías juntas de muchas maneras,

porque en nuestra breve historia lineal de compañía hemos intercambiado muchos bichitos, materias y magias que conservarán y transformarán esta memoria de cariño y atención que nos hemos dedicado.

Creo que tener miedo a morir es tener miedo a vivir. Pero, si estás atenta, muertes como la mía te enseñarán a despertar, a descubrir los secretos para explorar y ser. Dicen que la vida es una especie de curso para aprender a soltar, hasta que llega el momento en que lo que hay que soltar es tu propia vida. Me gustaría que pudieras hacer ese recorrido, aprendiendo de mil maneras más que todo es provisional.

Somos muy frágiles, todos los seres a los que queremos lo son. Es importante tenerlo siempre presente para cuidarles antes de despedirnos, perdernos, separar nuestros caminos o morir.

Contigo,

M.

 Siguiete

imagen: Quesos vivos
fermentados por Sonia y
tapiz bordado por Belén.

EL LIMITE CULTURAL



DE LO PODRIDO



Gracias a todes vosotres por compartir tanto y de maneras tan diversas:

Eva Lamote de Grignon, Antonio, Mixin, Xavi Ribas, Mireia Piazuolo, Adolfo Mateo, Daniel López Gómez, Mercé Juan, Pau Berbel, Jara Rocha, Ona Bros, Jonás de Murias, Miguel Álvarez, Emma Jacobsson, Raquel García, Melissa Paolini, Carmen Cumplido, Paquita Ramírez, Alicia del Río, Leyre Ruiz de Alegría, Paloma Coucheiro, Eli Lloveras, David Toledano, Irina Ostojic, Alex Reynolds, los tres planetas de LOCUS*, Elena Barreras, Marzia Mataresse, Ángeles, Pilar, Andrés F(erni) Albalat, Berta Xirinachs, Eduard Güell, Elisa Alcaide, Rafi, Marti, nuestras familias, las levaduras, las bacterias, los mohos y lo que nuestros ojos no ven, Enric Puig y todo el equipo de La Escocesa.

Gracias también a todas nuestras muertas ♥