



Hablando de la muerte

¿Muerte? Ni mencionártela porque te da escalofríos, o la tuya si, preferiblemente antes que la de los otros/as porque así “no sufro”, pero ni hablar de la de los demás. *Acerquémonos, cuidadosamente, protegídamos, a este proceso del vivir que cada día llevamos a cabo, nosotros, y los/as que amamos.*

Trabajando con la muerte resulta que te topas con la normalización de dicho tema, y en algún punto, sueles conversar *despreocupadamente* del asunto con



personas desconocidas o de poca confianza. En ocasiones hasta *me descubro* diciendo cosas como “esa rola me gusta, la quiero en mi funeral” y al voltear, veo la cara de asombro de algunos, e incluso el clásico “Dios no lo quiera, ojala falten muchos años para eso”, la verdad es que hace tiempo que dejo de preocuparme el momento en que ocurra mi muerte, pues si de todas formas pasará, nada *gano* con inquietarme. El punto es que eso me ocurre a *mí*, pero la mayor parte de la población: no tiene un seguro de muerte, ni gastos funerarios pagados, ni testamento, ni acta de *voluntad*, entre otras cosas *que reflejen* su ocupación por su muerte. El asunto se pone peor cuando nos referimos a hablar con alguien más sobre

Constelaciones familiares



Diplomado
**TANATOLOGÍA
CLÍNICA**

INICIO
5 de Junio 4 pm

Sexy
sexshop pop



Disfrutando del placer al máximo...

Netzahualcóyotl #9. Int. 2 Col. Centro Texcoco, Edo. Méx.
sexypopss@hotmail.com 01(595)9550613

**CONSTELACIONES
FAMILIARES**

**Mayo 17
5 pm**



Dando Armonía a tu sistema

su muerte, pues, como voy a decirle que va a morir, es más, como voy a pedirle que haga su testamento “va a pensar que soy un/a interesado/a”. El asunto no es que se nos complique hablar sobre nuestra muerte, sino de hablar de la muerte con los otros/as, la propia, la ajena, la de todos.



Los seres humanos nos acercamos a *gran parte de nuestras realidades* a través de la palabra. Si callo, pretendemos que no existe, si hablo, se vuelve *posible*. He

escuchado cientos de veces la frase “no hables de la muerte que la atraes” y lo peor del caso es que lo he escuchado de hijos/as que tiene a un padre muriendo y ese silencio se extiende a no hablar ni siquiera con ellos de la situación, es decir, del estar muriendo, renunciando así a *la posibilidad* de despedirse, cerrar ciclos.

Uno de los motivos principales de las personas *para no hablar* de la muerte, tiene que ver con aislarse de la posibilidad de *enfrentar el dolor y la tristeza*, sin embargo, la verdad es que dejar de hablarlo, de nombrarlo,

no hace que deje *de existir*. Psicológicamente se entiende que sea parte de una defensa, pero *desafortunadamente*, más que ayudarnos, nos coloca en franca desventaja, al dejarnos *completamente desprevénidos/as* en el momento, inevitable, de confrontar a la muerte, propia o de aquellos/as a los que amamos.

Dolorosamente muchas personas mueren en soledad debido a *nuestra capacidad no desarrollada* de tocar estos temas, y no me refiero a una situación física, sino a aquella donde existe una conspiración del silencio *que nos impide acercarnos a los otros/as*, pretendiendo que no ocurre nada, que todo estará bien cuando: *ocurre todo y seguirá sucediendo en corto tiempo!*

Hablar del tema, no implica que deseemos la muerte de los/as demás, ni que nos interese su herencia, mucho menos que pasará (hace mucho que estuviera muerta),



se trata únicamente de *reconocer* la parte más fundamental de *la experiencia humana*: morir sin saber cómo y cuándo. Luego entonces estar preparados/as *ampliamente* para el momento, sea cuando sea.

Si te causa algún conflicto tocar el tema, te invitamos a que revises a que se debe, gran parte de las ocasiones tiene que ver directamente con tu concepto de muerte y su asociación con aspectos dolorosos. La negación siempre nos impondrá la condición de alejarnos de la realidad, manteniéndonos en un mundo aparentemente más aceptable, pero el costo es altísimo, pues en la realidad, están aquellos/as que son importantes para nosotros y que pueden estar pasando un momento complicado en el que requieran de nuestra presencia. Acercarse *saludablemente, protegadamente* a la realidad, siempre será *un acto de amor*.



Psic. Eveline M. González Dublán

Eveline ha trabajado mucho tiempo con la muerte, le sigue pareciendo dolorosa, entre otras cosas, pero ahora, le parece que hablar de ella abiertamente, le ayuda a ser más flexible con sus pacientes y acompañarlos/as en aquello que ellos/as no pueden nombrar, hasta ahora.

PROXIMO BOLETIN:
“TRANSEXUALIDAD Y TRANSGENERIDAD”

Si deseas conocer más sobre nosotros o tienes alguna duda, puedes consultar nuestra página www.centroliber.com o escríbenos a centroliberhgo@centroliber.com

El lector es el único responsable del uso de las ideas, conceptos y contenidos que este boletín semanal propone en su información. Si deseas darte de baja envía un correo con asunto "baja boletín".

Texcoco

Hidalgo

D.F.



Centro

Liber

Aprendizaje y Crecimiento Trascendente

Psicología, Tanatología y Sexología