

El carácter desde la tanatología

* Por José de Jesús Elizarrarás Quiroz

La fiesta de la memoria

La muerte no es lo opuesto a la vida, sino una parte de ella que nos invita a reconocer el valor de cada momento y el sentido de nuestras acciones

Noviembre llega con su manto de cempasúchil y el dulce aroma del pan de muerto que impregna nuestras calles. En México, recordar a nuestros seres queridos que han fallecido es mucho más que guardar un momento de silencio: les preparamos una ofrenda, encendemos velas, colocamos sus fotografías y compartimos aquellos alimentos que disfrutaban en vida. De alguna manera, volvemos a encontrarnos con sus historias, sus enseñanzas y los momentos que dejaron huella en nuestro corazón.
Como filósofo y tanatólogo, considero que esta tradición representa una valiosa oportunidad para reflexionar sobre la muerte, el amor y la continuidad de nuestros vínculos afectivos. Mientras en algunos espacios de nuestra sociedad la muerte sigue siendo un tema difícil de abordar, nuestra cultura nos ofrece símbolos y rituales para acercarnos a ella, reconocer su presencia y recordar que forma parte de la existencia humana.
Para quien atraviesa un proceso de duelo, estas fechas pueden despertar emociones muy diversas: alegría por los recuerdos, nostalgia por los momentos compartidos, tristeza por la ausencia o incluso enojo ante aquello que ya no podrá repetirse. Todas estas experiencias merecen respeto. No existe una manera única de recordar ni una obligación de sentirse bien durante estas celebraciones.
Sin embargo, noviembre también puede ofrecernos una oportunidad para reconocer que, aunque nuestros seres queridos ya no estén físicamente, su influencia continúa presente en nuestra manera de pensar, amar, decidir y relacionarnos con los demás.

El valor de aquello que permanece

En nuestra vida cotidiana solemos reconocer con facilidad aquello que podemos tocar, observar o medir. Sin embargo, existen bienes que no tienen una expresión material y que, a pesar de ello, poseen un valor extraordinario: la confianza, la honestidad, la generosidad, los principios y los recuerdos compartidos.
En nuestra historia personal sucede algo semejante. Quienes han formado parte importante de nuestra vida nos dejan enseñanzas que, muchas veces, comprendemos plenamente con el paso de los años. Una palabra de nuestro padre, una caricia de nuestra madre, una conversación con un abuelo o una sonrisa de alguien que amamos pueden convertirse en recuerdos que nos acompañan durante toda la vida. Esas experiencias forman parte de nuestra morada interior.



No porque sustituyan la presencia física de quien ha partido, sino porque contribuyeron a construir una parte de lo que hoy somos. Por eso, cuando recordamos a nuestros seres queridos, vale la pena preguntarnos: ¿Qué he hecho con aquello que sembraron en mí? ¿Qué valores aprendí de ellos? ¿De qué manera puedo mantener vivo lo mejor de su legado en mis decisiones y en mi relación con los demás?
Desde mi experiencia en el acompañamiento tanatológico, he comprendido que recordar no significa quedarse anclado en el pasado. También puede ser una manera de reconocer el vínculo afectivo que permanece en nuestra historia. La muerte modifica la forma de relacionarnos con quien ha partido, pero no borra automáticamente el amor, las experiencias ni el significado de lo compartido. Esta reflexión encuentra un antecedente interesante en la filosofía de Platón, particularmente en su concepción del alma y su relación con el cuerpo. Aunque su pensamiento pertenece a un contexto filosófico y espiritual específico, nos invita a cuestionarnos sobre aquello que trasciende nuestra dimensión material y sobre la importancia de cultivar la virtud, el bien y la justicia durante nuestra existencia.