

## Escribir tu propio obituario



*Durante la vida se te presenta un momento en el que es hora de dejar de escribir tu currículum y empezar a escribir tu obituario. No estoy seguro de quién acuñó esa frase por primera vez, pero contiene sabiduría.*

¿Qué diferencia hay entre un currículum y un obituario? Bueno, el primero detalla tus éxitos, el segundo expresa cómo quieres ser recordado y qué clase de oxígeno y bendición quieres dejar tras de ti. Pero ¿cómo escribes exactamente un obituario de modo que no sea, en efecto, solo otra versión de tu currículum? He aquí una sugerencia.

Existe una costumbre en el Judaísmo en la que, como adulto, redactas tu testamento espiritual cada año. Originalmente, este testamento estaba más en línea con el tipo de testamento que hacemos de ordinario, en el que el enfoque está en las instrucciones del entierro, en quién y qué recibe cuando morimos, y en cómo atamos legal y prácticamente los inacabados detalles de nuestras vidas. A través del tiempo, sin embargo, esto evolucionó de modo que hoy este testamento está centrado más sobre una revisión de tu vida, destacar lo que ha sido máspreciado en ella, la honrada expresión de faltas y disculpas, y la bendición, por su nombre, a aquellas personas a las que quieres dar un especial adiós. El testamento es revisado y renovado cada año para que esté siempre actualizado y sea leído en voz alta en tu funeral como las últimas palabras que quieres dejar tras de ti para tus seres queridos.

Este puede ser un ejercicio muy conveniente de hacer por cada uno de nosotros, aunque tal testamento no esté hecho en la oficina de un abogado, sino en oración, quizás con un director espiritual, un consejero o un confesor que nos ayude. Muy prácticamente, ¿qué podría ir en un testamento espiritual de este género?

Si estás buscando ayuda para hacer esto, recomiendo el trabajo y los escritos de Richard Groves, el cofundador del *Sagrado arte del centro viviente*. Groves ha estado trabajando en el campo de espiritualidad de fin-de-vida durante más de treinta años y ofrece una guía muy útil creando un testamento espiritual y renovándolo regularmente. Lo centra en tres preguntas.

*Primera: ¿Qué quería Dios que yo hiciera en la vida? ¿Lo hice?* Todos nosotros tenemos alguna sensación de tener una vocación, de tener un proyecto para estar en este mundo, de haber recibido alguna tarea que cumplir en la vida. Quizás podríamos estar solo vagamente conscientes de esto; pero, a cierto nivel del alma, todos nosotros sentimos algún deber y propósito. La primera tarea en un testamento espiritual es intentar luchar a brazo partido con eso. ¿Qué quería Dios que yo hiciera en esta vida? ¿Qué bien o mal he estado haciéndolo?

*Segunda: ¿A quién necesito decir “lo siento”? ¿Cuáles son mis pesares?* Así como otros nos han hecho daño, nosotros también hemos hecho daño a otros. A no ser que muramos muy jóvenes, todos hemos cometido errores, perjudicado a otros y hecho cosas que nos pesan. Un testamento espiritual significa dirigir este testamento con ardiente honradez y profunda contrición. Nunca somos más grandes de corazón, nobles, piadosos y merecedores de respeto que cuando estamos arrodillados reconociendo sinceramente nuestras debilidades, pidiendo perdón, preguntando dónde necesitamos enmendarnos.

*Tercera: ¿A quién, muy específicamente, por su nombre, quiero bendecir antes de morir y obsequiar con algo de oxígeno especial?* Nos parecemos lo más posible a Dios (infundiendo divina energía en la vida) cuando admiramos a los demás, los afirmamos y les ofrecemos todo lo que podemos de nuestras propias vidas como una ayuda a ellos en lo suyos. Nuestra tarea es hacer esto para cada uno, pero no podemos hacer esto para cada uno, individualmente, por su nombre. En un testamento espiritual nos dan la ocasión de nombrar a esas personas a las que más queremos bendecir. Cuando el profeta Elías estaba muriendo, su siervo Eliseo le pidió que le dejara “una doble porción de su espíritu”. Cuando morimos, estamos llamados a dejar nuestro espíritu tras nosotros como sustento para todos; pero hay algunas personas, que queremos nombrar, a las que queremos dejar una doble porción. En este testamento, nombramos a esas personas.

En un libro admirablemente desafiante, *The Four Things That Matter Most (Las cuatro cosas que más interesan)*, Ira Byock, un médico que trabaja con los moribundos, asegura que hay cuatro cosas que necesitamos decir a nuestros seres queridos antes de que muramos: “*Por favor, perdóname*”, “*Te perdono*”, “*Gracias*” y “*Te amo*”. Está en lo cierto; pero dadas las contingencias, tensiones, heridas, angustias y altibajos en nuestras relaciones, incluso con aquellos a quienes amamos de corazón, no siempre es fácil (o a veces incluso existencialmente posible) decir esas palabras claramente, sin ningún equívoco. Un testamento espiritual nos da la ocasión de decirlas desde un lugar que podemos crear, que es más allá de las tensiones que generalmente nublan nuestras relaciones y nos previenen de hablar claramente, de modo que en nuestro funeral, después del elogio, no tendremos ningún asunto inacabado con esos que hemos dejado tras nosotros.

Ron Roheiser (Trad. Benjamín Elcano, cmf)

---

Publicado en Ciudad Redonda

[www.ciudadredonda.org/articulo/escribir-tu-propio-obituario](http://www.ciudadredonda.org/articulo/escribir-tu-propio-obituario)