

LA MORT: UNA AURORA

ELISABETH
KÜBLER-ROSS



labutxaca

Elisabeth Kübler-Ross

La mort: una aurora

Traducció de Joan Basté

Columna
Barcelona

Títol original: *Über den Tod und das Leben danach*

© Élisabeth Kübler-Ross, 1987

La primera edició en català d'aquesta obra es va publicar
a Luciérnaga l'any 1992

Primera edició en aquest segell: maig del 2018

© de la traducció: Joan Basté

© d'aquesta edició: Edicions 62, s.a.,
labutxaca

Fotocomposició: Moelmo, s.c.p.

Impressió: Liberdúplex

DIPÒSIT LEGAL: B. 6.277-2018

ISBN: 978-84-17031-96-1

Queda rigorosament prohibida sense autorització escrita de
l'editor qualsevol forma de reproducció, distribució, comunicació
pública o transformació d'aquesta obra, que serà sotmesa
a les sancions establertes per la llei.

Podeu adreçar-vos a Cedro (Centro Español de Derechos
Reprográficos, www.cedro.org) si necessiteu fotocopiar o escanejar
algun fragment d'aquesta obra

(www.conlicencia.com; 91 702 19 70 / 93 272 04 47).

Tots els drets reservats.

Hi ha molta gent que diu: «La doctora Ross ha vist massa moribunds. Ara comença a fer rareses». L'opinió que les persones puguin tenir de tu és un problema d'ells, no teu. Saber això és molt important. Si teniu la consciència tranquil·la i feu la vostra feina amb amor, se us denigrarà, se us farà la vida impossible i al cap de deu anys us donaran divuit títols de doctor honoris causa pel mateix treball. Així discorre ara la meva vida.

Quan es dóna el cas que un ha passat llarg temps, durant molts anys, asseguda al costat del llit de nens i de vells que moren, quan se'ls escolta de veritat, un s'adona que ells saben que tenen la mort a prop. De sobte un d'ells s'acomia, diu

adéu, quan en aquell moment estàvem molt lluny de pensar que la mort pogués intervenir tan aviat. Si s'accepten aquestes declaracions, si romanem al costat del moribund, podrem comprovar que la comunicació continua i que el malalt expressa allò que desitja fer saber. Després de la seva mort s'experimenta l'emocionat sentiment que tal vegada hem estat l'única persona que ha atès les seves paraules amb la deguda seriositat.

Hem estudiat vint mil casos, arreu de tot el món, de persones que havien estat declarades clínicament mortes i que foren cridades de nou a la vida. Algunes es despertaren naturalment; altres, només després d'una reanimació.

Voldria explicar-vos, molt somerament, allò que cada ésser humà viurà en el moment de la seva mort. Aquesta experiència és general, independentment del fet que l'interessat sigui natural d' Austràlia, hindú, musulmà, creient o ateu. També és independent de l'edat o del nivell socioeconòmic, ja que es tracta d'un esdeveniment purament humà, tal com ho és el procés natural d'un naixement.

L'experiència de la mort és gairebé idèntica a la del naixement. És un naixement a una altra existència que pot ser provada de manera molt senzilla. Durant dos mil anys s'ha invitat la gent a

«creure» en les coses del més enllà. Per a mi això no és una qüestió més de creences, sinó una qüestió de coneixement. Us diré amb molt de gust com s'obté aquest coneixement, sempre que ho vulgueu saber. Però no voler-ho saber no té cap importància, ja que quan hàgiu mort ho sabreu de totes maneres i jo seré allí i m'alegraré molt particularment per aquells que avui diuen: «Ai, pobre doctora Ross!».

En el moment de la mort hi ha tres etapes. Amb el llenguatge que utilitzo en el cas de nens moribunds molt petits (per exemple, el que uso a la carta a Dougy), dic que la mort física de l'home és idèntica a l'abandó del capoll de seda per part de la papallona. L'observació que fem és que el capoll de seda i la seva larva poden comparar-se al cos humà. Un cos humà transitori. De totes maneres, no són idèntics a vosaltres. Són, diguem-ho així, com una casa ocupada d'una manera provisional. Morir significa, simplement, traslladar-se a una casa més bella, parlant simbòlicament, no cal dir-ho.

Des del moment que el capoll de seda es deteriora de manera irreversible, ja sigui a conseqüència d'un suïcidi, d'un homicidi, d'un infart o de malalties cròniques (la forma no importa), alliberarà la papallona, és a dir, la vostra ànima.

En aquesta segona etapa, quan la vostra papallona —sempre en llenguatge simbòlic— ha abandonat el cos, viureu esdeveniments importants, el coneixement anticipat dels quals us ha de resultar útil per no sentir-vos mai atemorits davant de la mort.

En la segona etapa estareu proveïts d'energia psíquica, tal com en la primera ho estiguéreu d'energia física. En aquesta darrera teniu necessitat d'un cervell que funcioni, és a dir, d'una consciència desperta per poder comunicar-vos amb els altres. Des del moment que aquest cervell —aquest capoll de seda— presenta, més tard o més aviat, danys importants, la consciència deixarà d'estar alerta, s'apagarà. I en l'instant en què aquesta falti, quan el capoll de seda està deteriorat fins a l'extrem que ja no podeu respirar i les vostres pulsacions cardíaques i les ones cerebrals ja no admeten més mesuraments, la papallona es trobarà fora del capoll que la contenia. Això no significa que un ja estigui mort, sinó que el capoll de seda ha deixat de complir les seves funcions. En alliberar-se del capoll de seda s'arriba a la segona etapa, la de l'energia psíquica. L'energia física i l'energia psíquica són les dues úniques energies que l'home pot manipular.

El millor obsequi que Déu ha fet als homes és

el del lliure albir. I de tots els éssers vius, l'únic que gaudeix d'aquest lliure albir és l'home. Vosaltres teniu, per tant, la possibilitat d'elegir la manera d'utilitzar aquestes energies, sigui d'una forma positiva o negativa.

Des del moment que sou una papallona alliberada —és a dir, des que la vostra ànima abandona el cos—, de seguida descobrireu que esteu dotats per veure tot allò que passa en el lloc de la mort, a l'habitació del malalt, en el lloc de l'accident o allí on hàgiu deixat el vostre cos.

Aquests esdeveniments ja no es capten amb la consciència mortal, sinó amb una nova percepció. Tot es grava en el moment en què ja no es registra tensió arterial, ni pols, ni respiració; algunes vegades fins i tot amb l'absència d'ones cerebrals. Llavors sabreu exactament allò que cada u digui i pensi i la forma en què es comporti. Després podreu explicar amb precisió de quina manera varen treure el cos del cotxe accidentat usant la flama de tres bufadors. També hi ha hagut persones que fins i tot han dit amb precisió el número de la matrícula del cotxe que els va atropellar i que prosseguí la seva ruta sense aturar-se. No és possible explicar científicament que algú que ja no presenta ones cerebrals pugui llegir una matrícula. Els savis han de ser humils. Hem d'ac-

ceptar amb humilitat que hi ha milions de coses que encara no entenem, però això no vol dir que pel fet de no entendre-les no existeixin o no tinguin realitat.

Si jo utilitzés en aquest moment un xiulet dels de cridar els gossos, vosaltres no el podríeu sentir i, no obstant això, sí que el sentirien tots els gossos. La raó és que l'oïda humana no està concebuda per a la percepció d'aquestes altes freqüències. De la mateixa manera, no podem percebre l'ànima que ha abandonat el cos, tot i que aquesta encara pugui gravar les longituds d'ones terrestres per comprendre el que passa en el lloc de l'accident o en un altre lloc.

Molta gent abandona el seu cos en el transcurs d'una intervenció quirúrgica i observa, efectivament, aquesta intervenció. Tots els metges i infermeres han de tenir consciència d'aquest fet. Això vol dir que en la proximitat d'una persona inconscient només s'ha de parlar de coses que aquesta persona pugui escoltar, sigui quin sigui el seu estat. És trist el que a vegades es diu en presència de malalts inconscients, quan aquests poden sentir-ho tot.

També cal que sapigueu que si us acosteu al llit del vostre pare o de la vostra mare moribunds, encara que estiguin en coma profund, senten tot

el que els dieu i mai no és massa tard per expressar un «Em sap greu», un «T'estimo» o alguna altra cosa que us abelleixi dir. Mai no és massa tard per pronunciar aquestes paraules, encara que sigui després de la mort, ja que les persones difuntes hi continuen sentint. Fins i tot en aquest moment podeu arranjar qüestions pendents, encara que sigui de deu o vint anys enrere. Podreu alliberar-vos de la vostra culpabilitat, per poder tornar a viure vosaltres mateixos.

En aquesta segona etapa, «el mort» —si em puc expressar així— també s'adonarà que ell es troba intacte de nou. Els cecs hi poden veure, els sords o els muts hi senten i parlen una altra vegada. Una de les meves malaltes, que tenia esclerosi de plaques, dificultats per parlar i que només es podia desplaçar servint-se d'una cadira de rodes, el primer que em va dir tornant d'una experiència al llindar de la mort va ser: «Doctora Ross, podia tornar a ballar!». Són milers els que avui estan asseguts en una cadira de rodes i que podrien —per fi!— ballar una altra vegada, si bé quan tornin al seu cos físic es trobaran, evidentment, una altra vegada dins del seu vell cos malalt.

Podreu comprendre, doncs, que aquesta experiència extracorporal és un esdeveniment meravellós, que ens fa sentir feliços.

Les nenes que, a conseqüència d'una quimioteràpia, han perdut els cabells em diuen, després d'una experiència semblant: «Tornava a tenir els meus rínxols». Les dones que han sofert l'extirpació d'un pit recuperen la seva habitual normalitat. Tots estan intactes de nou. Són perfectes.

Els meus col·legues escèptics són molt nombrosos i diuen: «Es tracta d'una projecció del desig». En el 51 per cent de tots els meus casos es tracta de morts sobtades i no crec que ningú vagi a la feina somiant que continuarà disposant de les seves dues cames per creuar un carrer i, de cop, després d'un accident greu, veu al carrer una cama separada del seu cos i, no obstant això, se sent en possessió de dues cames.

Tot això, evidentment, no és una prova per a un escèptic, i amb la finalitat de tranquil·litzar-los hem portat a terme un projecte d'investigació imposant-nos la condició de tenir en compte només cecs que no havien tingut ni tan sols una percepció lluminosa des d'almenys feia deu anys. I aquests cecs, que tingueren una experiència extracorporal i tornaren, pogueren dir-nos detalladament els colors i les joies que portaven aquells que els rodejaven en aquell moment, i també el detall del dibuix dels seus jerseis o corbates. És

obvi que, en aquests casos, no es podia tractar de visions.

Vosaltres podríeu interpretar molt bé aquests fets si no us fes por la resposta. Però si us en fa, sereu com aquests escèptics que m'han dit que aquestes experiències extracorporals devien ser el resultat d'una manca d'oxigen. Doncs bé, si ací es tractés tan sols d'aquesta mancança, jo la receptaria a tots els meus cecs. Ho compreneu? Si algú no vol admetre un fet, troba mil arguments per negar-lo. Però això és, novament, el seu problema. No intenteu convèncer els altres. De totes maneres, ho sabran en el mateix moment de la seva mort.

En aquesta segona etapa també us adoneu que ningú no pot morir sol. Quan s'abandona el cos s'entra en una existència en què el temps ja no compta o, simplement, ja no hi ha més temps, de la mateixa manera que tampoc es podria parlar d'espai i de distància tal com ho entenem, ja que en aquest cas es tracta de nocions terrenals. Per exemple, si un jove nord-americà mor a Vietnam i pensa en la seva mare, que resideix a Washington, la força del seu pensament travessa aquests milers de quilòmetres i es troba instantàniament al costat de la seva mare. En aquesta segona etapa ha deixat d'existir, doncs, la distància. Són molts

els éssers vius que han experimentat aquest fenomen, que es manifestava de sobte quan ells adquirien consciència que algú que vivia molt lluny es trobava, no obstant això, molt a la vora d'ells. I l'endemà d'aquest fet rebien una trucada telefònica informant-los que la persona en qüestió havia mort en un indret situat a centenars o milers de quilòmetres d'allí on ells es trobaven. És obvi que aquestes persones posseeixen una gran intuïció ja que, normalment, no es té consciència de visites semblants.

En aquesta segona etapa us adoneu, com dèiem, que cap ésser humà no pot morir sol, i no únicament pel fet que el mort pugui visitar a qualsevol, sinó també perquè la gent que ha mort abans que vosaltres i que estimàreu us espera sempre. I com que el temps no existeix, es pot donar el cas que algú que als vint anys va perdre un fill, mori als noranta-nou i el trobi encara com una criatura, ja que per als de l'altre costat un minut pot tenir una durada equiparable als cent anys del nostre temps.

El que l'Església ensenya als nens petits sobre el seu àngel de la guarda està basat en aquests fets, ja que està provat que cada ésser viu està acompanyat per éssers espirituals, des del naixement fins a la mort. Cada home té aquests guies, tant si

ho creieu com si no, i que sigueu jueu, catòlic o no tingueu religió no té cap importància. Perquè aquest amor és incondicional i per això cada home rep el present d'un guia. Els meus nens petits els anomenen «companys de joc» i des de molt petits parlen amb ells i són perfectament conscients de la seva presència. Després van a l'escola i els seus pares els diuen: «Ara ja ets gran, ja vas a l'escola. No cal que juguis més amb aquestes criatures». I d'aquesta manera un oblida que té «companys de joc» fins que es troba en el llit de mort. Així va passar amb una velleta que a l'hora de morir em digué: «Ja torna a ser ací». I com que jo sabia del que m'estava parlant, li vaig dir que em comunicués allò que acabava de viure: «Sap què? Quan jo era petita, sempre era al meu costat, però l'havia oblidat del tot». L'endemà moria contenta de saber que algú que l'havia estimat molt l'esperava de nou.

En general, sou esperats per la persona que més estimeu. Sempre la trobareu en primer lloc. Quan es tracta de nens petits —de dos a tres anys, per exemple—, dels quals encara viuen els avis, els pares i altres membres de la família, generalment és el seu àngel de la guarda qui els acull; o bé són rebuts per Jesús o per un personatge religiós. Jo mai no he tingut l'experiència

que un nen protestant hagi vist Maria en el moment de la seva mort, mentre que sí que ha estat vista per nombrosos nens catòlics. Ací no es tracta d'una discriminació, sinó que a l'altre costat els esperen aquells que tingueren la major importància per a ells.

Després de realitzar en aquesta segona etapa la integritat del cos i després d'haver retrobat aquells a qui un més estima, s'adquireix consciència que la mort no és altra cosa que un trànsit cap a una altra forma de vida. S'han abandonat les formes físiques terrenals perquè ja no són necessàries i, abans de deixar el nostre cos per prendre la forma que tindrem en l'eternitat, es passa per una fase de transició totalment marcada per factors culturals terrestres. Es pot tractar del pas d'un túnel o d'un pòrtic o de la travessia d'un pont. Com que jo sóc d'origen suís, puc creuar un cim alpí ple de flors silvestres. Cada u té l'espai celestial que s'imagina i per a mi, evidentment, el cel és Suïssa, amb les seves muntanyes i flors silvestres. Vaig poder viure aquesta transició com si estigués als cims dels Alps, amb la seva gran bellesa i uns prats amb flors de tants colors que em feien l'efecte d'un catifa persa.

Després, quan ja heu realitzat aquesta travessia, una llum brilla al final. I aquesta llum és més

blanca, és d'una *claredat absoluta*, i a mesura que us hi acosteu us sentiu plens de l'amor més gran, indescriptible i incondicional que us pugueu imaginar. No hi ha paraules per descriure-ho.

Quan algú té una experiència del llindar de la mort pot mirar aquesta llum molt breument. Cal que torni ràpidament a la terra, però quan un mor —vull dir morir definitivament— aquest contacte entre el capoll de seda i la papallona es podria comparar al cordó umbilical («cordó de plata»)* que es trenca. Després ja no és possible tornar al cos terrenal, però per una raó o altra, quan s'ha vist la llum, ja no s'hi vol tornar. Davant d'aquesta llum us adoneu per primera vegada d'allò que l'home hauria pogut ser. Viviu la comprensió sense judici, viviu un amor incondicional, indescriptible. I en aquesta presència, a la qual molts donen el nom de Crist o Déu, Amor o Llum, us adoneu que tota la vostra vida ací no és altra cosa que una escola on heu d'aprendre moltes coses i passar certs exàmens. Quan heu acabat l'aprenentatge i l'heu aprovat, llavors hi podeu entrar.

Molta gent pregunta: «Per què han de morir uns nens tan bons?». La resposta és, senzillament,

* Die Silberschnur és també el nom de l'editorial alemanya.

que aquests nens han après en poc temps el que havien d'aprendre. I segons les persones, es tractarà de coses diferents, però hi ha alguna cosa que cada u ha d'aprendre abans de poder tornar al lloc d'on vingué, i és l'amor incondicional. Quan l'aprengueu i el practiqueu, haureu aprovat el més important dels exàmens.

Davant d'aquesta Llum, en presència de Déu, de Jesucrist o qualsevol que sigui el nom amb què el denomineu, haureu de mirar tota la vostra vida terrenal, des del primer dia fins al de la mort.

Quan torneu a veure la vostra pròpia vida com si fos una revisió, ja esteu en la tercera etapa. En ella ja no disposeu de la consciència, present en la primera etapa, o d'aquella possibilitat de percepció de la segona. Ara posseïu el coneixement. Coneixeu cada un dels pensaments que tinguéreu en cada moment de la vostra vida, coneixeu cada un dels actes que realitzàreu i cada una de les paraules que pronunciàreu.

Aquesta possibilitat de recordar només és una ínfima part de la vostra saviesa total, ja que en el moment en què contempleu una vegada més tota la vostra vida, interpretareu totes les conseqüències que s'han derivat de cada un dels vostres pensaments, de cada una de les vostres paraules, de cada un dels vostres actes.

Déu és l'amor incondicional. Després d'aquesta «revisió» de la vostra vida, ja no considerareu que sigui Ell el responsable del vostre destí. Us adonareu que éreu vosaltres mateixos els vostres pitjors enemics, ja que ara us haureu de reprotxar haver deixat passar tantes ocasions per créixer. Ara sabeu que quan es va cremar la vostra casa, quan va morir el vostre fill, quan va ser ferit el vostre marit o quan tinguéreu un atac de feridura, tots aquests cops del fat representaren possibilitats per enriquir-se, per créixer. Créixer en comprensió, en amor, en tot allò que encara hem d'aprendre. Ara ho lamenteu: «En lloc d'haver utilitzat l'oportunitat que se m'oferia, cada vegada em vaig tornar més amarg. La meva ira i també la meva negativitat han augmentat...».

Hem estat creats per viure una vida senzilla, bella, meravellosa. I vull destacar que no tan sols a Amèrica hi ha nens bastonejats, maltractats i abandonats, sinó també a la bella Suïssa. El meu major desig és que vegeu la vida d'una forma diferent. Si consideréssiu la vida des del punt de vista de la manera com hem estat creats, ja no plantejaríeu més la qüestió de saber quines vides tenim el dret de prolongar. Ningú ja no preguntaria si és o no necessari administrar un còctel de liti per abreujar el sofriment. Morir mai no ha

de significar sofrir el dolor. Actualment la medicina compta amb mitjans adequats per impedir que els malalts moribunds sofreixin. Si ells no sofreixen, si estan instal·lats còmodament, si es té cura d'ells amb afecte i es té el coratge de portar-los a les seves cases —a tots, en la mesura en què sigui possible—, llavors ningú protestarà davant de la mort.

En el transcurs dels darrers vint anys només una persona m'ha demanat acabar. És el que mai no he comprès. Em vaig asseure al seu costat i li vaig preguntar «Per què ho vol fer?», i em va explicar: «Jo no ho vull, però la meva mare no ho pot suportar, tot això; per això li he promès que demanaria una injecció». Naturalment, parlarem amb la mare i l'ajudarem. Quedava clar que no era la ira la que li feia formular una petició tan desesperada, sinó que tot s'havia tornat massa dur per a ella. Cap moribund us demanarà una injecció si el tracteu amb amor i si l'ajudeu a resoldre els seus problemes pendants.

Voldria subratllar que el fet de tenir un càncer és, sovint, una benedicció. No minimitzaré els mals del càncer, però voldria indicar que hi ha coses mil vegades pitjors. Tinc malalts que sofreixen esclerosi lateral hemiotròfica, és a dir, una malaltia neurològica en què la paràlisi s'instal·la

progressivament fins a la nuca. Aquests malalts no poden respirar ni parlar. No sé si us podeu imaginar el que significa estar totalment paralizat fins al cap. No es pot escriure, ni parlar, res. Si hi ha algú entre vosaltres que coneix persones afectades per aquesta malaltia que m'ho faci saber, ja que tenim un tauler de paraules que permet al malalt comunicar-se amb nosaltres.

El meu desig és que demostreu als altres una mica més d'amor. Mediteu sobre el fet que les persones a les quals cada any oferiu el millor present de Nadal són, sovint, aquelles a les quals més temeu o per les quals experimenteu els sentiments més negatius. Us n'adoneu? Dubto que sigui útil fer un gran present a algú si se l'estima incondicionalment. Hi ha vint milions de nens que es moren de gana. Adopteu un d'aquests nens i feu presents més petits. No oblideu que hi ha molta pobresa a l'Europa occidental. Compartiu la vostra riquesa i quan vingui el mal temps sabreu que és un present; potser ara no, sinó d'ací deu o vint anys, ja que se us donaran forces i se us ensenyaran coses que no hauríeu après d'altra manera. Si, parlant simbòlicament, arribeu a la vida com una gemma sense tallar, depèn de vosaltres el fet que quedi completament desfeta i destruïda o que acabi sent un diamant relluent. Per

acabar, voldria assegurar-vos que estar assegut al capçal del llit dels moribunds és un present i que morir no és, necessàriament, un assumpte trist i terrible. Ben al contrari: es poden viure coses meravelloses i es pot trobar moltíssima tendresa. Si transmeteu als vostres fills i als vostres néts, i també als vostres veïns, allò que heu après dels moribunds, aquest món serà aviat un nou paradís. Em penso que ja és hora de posar mans a l'obra.