¿Qué pasaría si desde pequeños normalizásemos el proceso natural de la propia vida?

01/03/2025



Después de pensar mucho sobre el contenido de mi primera entrada en el blog, creo que voy a empezar haciendo una breve descripción: Soy una mama normal, viviendo una vida normal, en un mundo de lo más normal.

Un mundo donde la palabra ***"VIDA"*** es la principal fuente de mi inspiración. Con esa palabra comienzo mi frenético día lleno de energía, aunque he tenido que aprender a convivir con su opuesto. La palabra "**MUERTE**" ha llamado a la puerta de nuestro hogar demasiado pronto y aunque en un principio me negaba a recibirla, he entendido que hay situaciones que no están a nuestro alcance decidir, pero si afrontarlas de cara, aceptando la situación para poder avanzar.

El 1 de Julio de 2024 esa palabra horrible llamo a mi puerta y con ella se fue nuestra hija, así como existe la vida, tiene cabida la muerte en la propia existencia del ser humano, aunque la mayor parte de las veces no estemos preparados para aceptarla.

Ha sido muy duro aceptar la situación que nos ha tocado vivir, mirar de frente a la enfermedad de nuestra niña y plantar cara a todo lo que ha supuesto: operaciones, tratamientos médicos, miedos, incertidumbre... teniendo que finalmente hacer frente a una temprana despedida.

Personalmente, y bajo mi experiencia en este proceso de duelo, he decidido no afrontar la muerte de mi hija como una pérdida, ya que, de haberlo hecho así me habría producido un dolor extremo, casi insoportable, he preferido enfocarlo como una despedida, un hasta pronto. Pensando que algún día me volvería a encontrar con ella, en algún lugar maravilloso, lleno de flores de mil colores, ríos con agua cristalina con decenas de peces en su cauce y con un intenso sol acariciado por un largo y precios arcoíris, y es ahí cuando le podre dar el abrazo más grande que pueda existir, tan inmenso como el amor que siento por ella. Pero me reencontrare con ella cuando sea el momento, no antes y mientras tanto viviré con los cinco sentidos esta vida, agradeciendo el tiempo que pase en ella, intentare ser lo más feliz posible, por mí, por los que están y por los que se han ido.

A veces me pregunto, ¿Qué pasaría si desde pequeños normalizásemos el proceso natural de la propia vida? Desde que nacemos convivimos con la realidad de que algún día moriremos, la ley natural hace que tengamos unas expectativas creadas: Los padres no deben despedir a sus hijos, esta situación no se corresponde al ciclo natural de la vida, pero hay veces sucede, en mi caso ha sido así. Desde que le diagnosticaron su enfermedad contra la que hemos luchados todos y sobre todo ella con uñas y dientes, en nuestro subconsciente afloro esa posibilidad. Aunque decidimos observarla de lejos no permitiendo que ocupase en nuestros pensamientos ni un minuto más de lo estrictamente necesario, esa posibilidad se había instalado en nuestra vida inevitablemente.

Tanto mi marido como yo, decidimos recordar los bonitos y divertidos momentos que hemos pasado con ella y no sufrir por todas las cosas que se han quedado pendientes, por todo aquello que ya no íbamos a poder disfrutar a su lado. Ha sido duro trabajo a nivel consciente y personal el que hemos tenido que hacer para llegar a entender y asimilar: que dependiendo de la perspectiva que enfoquemos nuestros pensamientos, estos generarán un sentimiento u otro. Recordar lo bonito que fue tenerla con nosotros nos produce a nivel emocional una paz interior y bienestar, pero recordar lo que ya no podremos vivir con ella, desencadenaría una serie de sentimientos basados en el sufrimiento, haciendo muy difícil transitar por la senda del duelo y de la propia vida.

Debemos cuidar nuestros pensamientos ya que son el alimento de nuestros sentimientos.