

**“Acompañamiento en el buen morir a María:  
aprobación a la vida y a la muerte”.**

**Trabajo Final  
Consultoría y Acompañamiento  
en el Análisis Existencial**

**octubre 2025**

**Autora: María Clara Vial Solar  
Profesor Guía: Luis Vilches**

## **Resumen**

Esta tesina explora el acompañamiento en el buen morir de María, una mujer de 85 años diagnosticada con cáncer pancreático terminal, desde el marco del Análisis Existencial (AE) de Alfred Längle. Mediante un enfoque fenomenológico, se analiza cómo María, en sus últimas semanas de vida, encarnó y expresó las Cuatro Motivaciones Fundamentales de la existencia en la capacidad de estar presente, la experiencia del valor de la vida, la afirmación de la dignidad y la autenticidad, y la respuesta con sentido al contexto presente. El análisis evidencia cómo los valores vivenciales, creativos y actitudinales, junto con la libertad interior de decidir el “sí, cómo y para quién”, marcaron su tránsito en su fase final de vida.

El acompañamiento vivido durante un mes sostuvo a María en su cotidianidad y terminalidad, revelando que la muerte no se improvisa, sino que se abraza del mismo modo en que se ha vivido la vida. La reflexión integra la dimensión del diálogo existencial con la reflexión que Längle recoge de Jaspers sobre la aprobación de la vida y de la muerte como condición para una existencia plena. Este trabajo concluye que el Análisis Existencial ofrece recursos éticos, antropológicos y espirituales de compasión y humanidad para sostener tanto al moribundo como a su familia, favoreciendo el sostén necesario para afrontar el final de la vida con serenidad y dignidad.

**Palabras clave:** acompañamiento existencial; buen morir; aprobación de la vida y de la muerte; Análisis Existencial; Alfred Längle.

## **Abstract**

This thesis explores the existential accompaniment in the good dying process of María, an 85-year-old woman diagnosed with terminal pancreatic cancer, within the framework of Alfried Längle's Existential Analysis. Through a phenomenological approach, it analyses how María, in her final weeks of life, embodied and expressed the Four Fundamental Motivations of existence with the capacity to be present, the experience of life's value, the affirmation of dignity and authenticity, and the meaningful response to her present context. The analysis reveals how experiential, creative, and attitudinal values -together with the inner freedom to decide the "yes, how, and for whom"-shaped her final transition in life.

The one-month accompaniment supported María in both her daily life and terminal stage, revealing that death is not improvised, but rather embraced in the same way life has been lived. The reflection integrates the dimension of existential dialogue, drawing from Längle's interpretation of Jaspers' notion that approval of life and death is essential for a fulfilled existence. Ultimately, this work concludes that Existential Analysis provides ethical, anthropological, and spiritual resources of compassion and humanity to support both the dying person and their family, fostering the necessary ground to face the end of life with serenity and dignity.

Keywords: existential accompaniment; good dying; approval of life and death; Existential Analysis; Alfried Längle.

## ÍNDICE

|                                                                                  |    |
|----------------------------------------------------------------------------------|----|
| Resumen                                                                          | 2  |
| Abstract                                                                         | 3  |
| 1. Introducción                                                                  | 5  |
| 1.1. Acompañar en el buen morir con Aprobación desde el Análisis Existencial.    | 7  |
| 1.2. ¿Qué es Morir con Aprobación para un paciente terminal?                     | 7  |
| 1.2.1. Sí, al mundo - Poder-ser. 1ª Motivación Fundamental (MF)                  | 8  |
| 1.2.2. Sí, a la vida. Gustar vivir. 2ª Motivación Fundamental (MF)               | 9  |
| 1.2.3. Sí, a la Persona. 3ª Motivación Fundamental (MF)                          | 11 |
| 1.2.4. Sí, al Sentido. 4ª Motivación Fundamental (MF)                            | 12 |
| 2. Acompañamiento Existencial con aprobación de María en el vivir y en el morir. | 13 |
| 2.1. ¿Quién era María? Antes del 3 septiembre, ingreso a la urgencia.            | 14 |
| 2.2. Clínica, aceptación del diagnóstico.                                        | 15 |
| 2.3. El regreso a casa, los primeros días de cuidados.                           | 18 |
| 2.4. Primera semana, las despedidas.                                             | 21 |
| 2.5. Segunda semana, fragilidad habitada.                                        | 24 |
| 2.6. Tercera semana, decisiones últimas y entrega consciente.                    | 26 |
| 2.7. Cuarta semana, la agonía.                                                   | 22 |
| 2.8. La muerte de María , tránsito y plenitud.                                   | 32 |
| 3. Reflexión final.                                                              | 33 |
| 4. Referencias.                                                                  | 38 |
| Anexo 1: Visión General del Análisis Existencial Contemporáneo.                  | 39 |
| Primera Motivación (1ª MF) “¿Puedo ser?”                                         | 40 |
| Segunda Motivación (2ª MF) “¿Me gusta vivir?”                                    | 42 |
| Tercera Motivación (3ª MF) “¿Tengo derecho a ser yo mismo?”                      | 43 |
| Cuarta Motivación (4ª MF) Vivir con sentido y dar respuesta con un “sí”.         | 46 |
| Anexo 2: Escrito de María.                                                       | 49 |

## 1. Introducción

La reflexión y análisis que presento es sobre el acompañamiento en el buen morir de María. A partir de mi experiencia de acompañar a un grupo de mujeres con cáncer de mama, he sentido la profunda motivación de ahondar en el acompañamiento humano, no solo ante la proximidad de la muerte, sino también ante la vida misma en sus crisis existenciales, en sus búsquedas de sentido y en el anhelo de plenitud que cada persona experimenta a lo largo de su camino, especialmente en la etapa final de su existencia.

En consecuencia, tomo este ejercicio de acompañamiento desde la mirada del Análisis Existencial (AE) contemporáneo de Alfred Längle,<sup>1</sup> para proceder fenomenológicamente en el acompañamiento de la existencia al dar soporte y relevar los recursos antropológicos; que se refieren a las capacidades esenciales del ser humano que le permiten vivir su existencia de manera auténtica, responsable y con sentido.

Mencionar algunos de los recursos antropológicos importantes tales como: la percepción fenomenológica que posibilita el abrirse a la realidad tal como es, sin filtros defensivos, la libertad interior que permite tomar posesión, y la capacidad de autodistanciamiento para poder observarse y separarse de sus impulsos o emociones. La capacidad de apertura y de resonancia de ser tocado por la vida, asimismo, la conciencia moral o existencial, de escuchar la voz interior en lo correcto y auténtico, la capacidad de autotranscendencia, como la posibilidad de salir de sí mismo que nos permite amar, y la capacidad de relación dialógica que es el fundamento del encuentro “yo y tú”, también, la capacidad de soportar y aceptar lo fáctico, en poder tolerar la realidad como es, y que habla del coraje existencial, en síntesis, son la base de una vida vivida con dignidad, autenticidad y sentido.

Estas capacidades no siempre están plenamente activas o desarrolladas, pero forman parte de la estructura espiritual de la persona. En el trabajo terapéutico y en el acompañamiento existencial, el objetivo es reconocer, desbloquear y fortalecer estos recursos para que la persona pueda habitar su vida con sentido. Y, por último, acompañar la dimensión espiritual o noética del ser humano la que hace posible que el ser humano no solo “viva” sino “exista” que tenga una

---

<sup>11</sup> El “Análisis Existencial es un método psicoterapéutico que tiene por objetivo capacitar a la persona para que pueda vivir con *aprobación interna* hacia su propio comportamiento y existencia.” (Längle 2004, 9) Ver Anexo 1, pág. 39.

relación consciente, libre y responsable con su vida, su sentido, su verdad. Es el núcleo de la persona como ser único y trascendente donde la persona puede decir “sí” existencial a la vida.

El AE ofrece el acompañamiento a personas en situaciones difíciles ya sean desconocidos, consultantes o incluso familiares. exhortando a aprender y a dar respuesta con libertad y consentimiento, como también ante la muerte. Este acompañamiento existencial en particular se aborda desde la perspectiva de cómo una persona mayor con enfermedad terminal vive los cuidados paliativos en casa, y se acompaña en el buen morir con aprobación y consentimiento a su muerte junto a su familia.

Cabe señalar, que en Chile existe una experiencia aún en desarrollo, en los cuidados paliativos para enfermos terminales y graves. Existe la Ley N° 21.375 <sup>2</sup> gracias a la cual se ha dado pasos importantes para integrar una conciencia cultural que resguarde la ética de cuidado a los pacientes terminales y graves. Con todo, aún persisten desafíos en la relación entre el marco legal, los cuidados clínicos y la ética.

La acompañada es María, mujer de 85 años, que fue notificada a inicios de septiembre 2024 de una enfermedad terminal aguda. El tiempo del acompañamiento fue de cuatro semanas en el buen morir, durante los cuales ella logró vivirlo con una profunda aprobación y sentido a la vida como a la muerte inminente.

Este trabajo explora como en cada semana, ella fue ofrendando un “sí” a la existencia en el cuidado en su hogar y en el proceso junto a su familia de abrazar la finitud. Realizo este ejercicio fenomenológico<sup>3</sup> para ahondar en el coraje y la vida de María, el conocer sus recursos ante el hecho irrevocable de la enfermedad terminal. Y como el AE ayuda en acompañar el aprobar la vida y la muerte con aprobación y consentimiento.

---

<sup>2</sup>Historia de la Ley N° 21.375 Consagra los cuidados paliativos y los derechos de las personas que padecen enfermedades terminales o graves <https://www.bcn.cl/historiadelaley/nc/historia-de-la-ley/7923>

<sup>3</sup> Fenomenología es la investigación de los fenómenos; lo que se muestra. Es “conocimiento” de los fenómenos, el cual ocurre, a través de lo que se muestra. Accedemos a su esencia. También señala Längle (2006) que fenomenología es igual a intuición (mirada profunda) de la esencia, en definitiva, es tomarse en serio lo que vemos. Pag 67.

### **1.1. Acompañar en el buen morir con Aprobación desde el Análisis Existencial (AE)<sup>4</sup>**

Referir que el acompañamiento existencial<sup>5</sup> en el AE, lo que busca principalmente es ofrecer una presencia aceptadora que comparte, que sostiene a la persona y lo más importante que puede permanecer con el acompañado de manera adecuada a la situación (duelo, crisis o en el morir etc.). En este caso de acompañamiento ante la muerte en clave existencial, morir significa soltar y separarse de lo conocido “morir significa soltar, entrar con total impotencia en lo desconocido” (Längle, 2022)<sup>6</sup>. Nombrar la muerte no elimina el dolor, pero libera vida para el presente e instala gratitud allí donde la vida se considera y aprecia como un regalo.

La experiencia nos revela que, en ese tramo, muchas personas desean tres cosas muy concretas: la primera es “paz y tranquilidad, la segunda es querer morir en una relación y la tercera es el morir conscientemente” (Längle, 2022)<sup>7</sup>. Por ello, el acompañamiento despeja ruidos, cuida los vínculos justos y facilita la palabra o el silencio según lo requerido.

Este acompañamiento se estructura en torno a las cuatro motivaciones fundamentales (MF)<sup>8</sup> que propone el AE en la intervención de crisis, que son válidas también en el trabajo de acompañamiento en el buen morir (para una breve introducción del AE ver Anexo 1). Así desde la intervención en crisis se propone:

- 1ª MF: dejar ser - una actitud de reverencia ante lo inasible de la vida; ofrecer soporte y silencio, dejando que la vida misma hable.
- 2ª MF: ofrecer apoyo y sostén en la relación; es “sentir con” la otra persona, compadecer y estar presente con justa distancia, sin invadir.
- 3ª MF: ayudar a la persona a encontrarse consigo misma a través del encuentro; sostener la autenticidad.
- 4ª MF: dar respuesta con sentido al contexto mayor en el giro existencial de esta fase.

### **1.2. ¿Qué es Morir con Aprobación para un paciente terminal?**

Morir con aprobación, en base al enfoque del AE, significa facilitar a un paciente terminal o moribundo, con limitaciones en su autonomía, apoyar y cuidar al paciente a mantener vigentes sus cuatro motivaciones fundamentales, de manera que pueda alcanzar los cuatro “Sí” ante el umbral

---

<sup>4</sup> Längle, 2022, pp. 89–91.

<sup>5</sup> Längle, 2011, 3.

<sup>6</sup> Pág. 89.

<sup>7</sup> Pág. 89.

<sup>8</sup> Intervención de crisis -Längle, 2022, pp.87-88.

de la muerte. Esto implica una atención cuidadosa y fenomenológica de proceder, respetuosa y personal que mira lo esencial de la persona con sus recursos tanto de sus capacidades y limitaciones para proveer lo necesario, sin quedarse ni pasarse o excederse por parte del facilitador.

El AE sugiere mantener la secuencia de las motivaciones fundamentales y cultivar una actitud de acompañamiento que es fenomenológica con el moribundo: algunas preguntas guías: ¿Qué necesita de mí? ¿Qué acompañamiento requiere para entregar los cuatro “sí” con aprobación a la vida y ante la muerte? ¿Cómo se considera o mira al individuo? (¿diagnóstica o fenomenológica?) ¿cómo se encuentra tocado por la enfermedad?, o ¿En qué dimensión está interferida mayormente? y finalmente, ¿Cómo es la vivencia en la capacidad de diálogo desde sus dimensiones somática, psíquica y personal (o espiritual, noética) con el mundo?

A continuación, se detalla el contenido de estas cuatro MF para alcanzar el sí en el morir.

### **1.2.1. Sí, al mundo - Poder-ser. 1ª Motivación Fundamental (MF)**

**Clave: Protección concreta y presencia (“*Dasein*”)<sup>9</sup> que habilita el poder-ser. Ser/estar-aquí.**

El que acompaña ofrece apoyo, el Ser/estar-aquí que brinde la ayuda para que el moribundo vivencie el poder-ser cuando no puede. Ese Ser, ofrece una protección para que el moribundo pueda desde ese no poder, recibir de parte del acompañante: el respeto, y el cuidado necesario, considerando el plano físico o soma (lo fáctico) que está afectado tanto en su percepción y la autonomía con un grado u otro por la enfermedad terminal, en consecuencia, se cuida la vivencia de la fragilidad del moribundo.

Es fundamental ayudar en el acompañamiento desde la fenomenología, como un proceder que toma la “individualidad, unicidad e incomparabilidad de la persona”, para ver lo esencial y proveer la protección y sostén necesarios para el moribundo; “de especial importancia, que esté el espacio y la tranquilidad y quizás alguien que se queda ahí: “*Dasein*” (Längle, 2022)<sup>10</sup>. La clave está en la presencia humilde, capaz de ofrecer “lo simple que es lo importante, e intentar intuir lo que necesita” (Längle, 2022)<sup>11</sup>. En definitiva, propiciar el apoyo y sostén de dejar ser a la vida que habla en el moribundo.

---

<sup>9</sup> Dasein es primero entenderse con el mundo. Un insertarse y delimitarse, un someterse y defenderse.

El Dasein es siempre un “ser-en-el-mundo”, abierto a posibilidades, en relación con el tiempo, el espacio y los otros:

“El Dasein es, en cada caso, mío. En el ser de este ente se trata, en cada caso, de su ser” (Heidegger, 1967/2003, 42).

El Dasein es apertura (Lichtung), un claro donde el mundo se manifiesta: “El ‘ser ahí’ no significa otra cosa que ser el claro para el ser” (Heidegger, 1967/2003, 133) (Längle 2015,1)

<sup>10</sup> Pág. 89.

<sup>11</sup> Pág. 90.

Algunas preguntas guías desde la 1ª MF: ¿Qué palabras necesita oír al conocer el diagnóstico?, ¿Cuál presencia del acompañante requiere?, ¿Qué condiciones de cada motivación son las que más necesita soporte?, ¿Qué apoyos de espacio y alivio requiere para disminuir sus dolencias?, ¿Y qué necesidades primarias requiere para tener poder y estar en el mundo?, ¿Qué silencios necesita para vivenciar e interiorizar su realidad ante la muerte? Además, de velar y cuidar el descanso necesario y los tiempos de los cuidados en el tránsito de la enfermedad terminal, estar atento a ¿cuándo requerirá sedación y cómo desea vivirla en su fase terminal?

Ayudar a través del diálogo fenomenológico para ofrecer el alivio y ser un facilitador que ofrezca confianza y veracidad al moribundo, para que pueda vivir su proceso de terminalidad con aprobación. Y pueda preguntarse y hallar respuestas en el acompañamiento: ¿Qué puede darle sostén en este tiempo? En los primeros momentos de acompañarlo cuando él o ella conoce el diagnóstico, el poder acoger las decisiones pertinentes a su dignidad. ¿Cómo quiere ser tratado?, ¿Dónde es el lugar importante para transitar esta etapa, ya sea en casa u hospital?, ¿Con quiénes quiera compartir y comunicarse, o estar? ¿Qué espacios requiera para poder estar en intimidad o de ser acompañado/a? ¿Qué condiciones requiera para ser escuchado en su parecer y autenticidad?, ¿Qué necesita para sentir protección para transitar el dolor de la enfermedad en su tiempo final?

En síntesis, reparar el espacio (cama clínica, ritmos, silencios), aliviar lo somático (dolor, fatiga), y sostener la fragilidad corporal con respeto. Escuchar desde la fenomenología la singularidad de la persona para ofrecer lo simple y esencial.

### **1.2.2. Sí, a la vida - Gustar vivir, valor a la vida, al hecho de vivir. 2ª Motivación Fundamental (MF)**

**Clave: Hacer posible “lo posible” del gusto, pequeños placeres con sentido.**

En la medida en que la persona se relaciona con el mundo, va experimentando el valor que tiene el vivir. Percibe el mundo como valor. Es ser-ahí, en donde recibimos permanentemente lo que viene de afuera, resonando y sintiendo lo que nos toca. Desde la perspectiva del moribundo, vivir con gusto la vida hasta el umbral de la muerte, implica ser sostenido a también poder responder a la pregunta: ¿Cómo quiero vivir este tiempo final?, ¿Qué necesito para gustar la vida en este contexto?

Acompañar al moribundo en esta motivación para que viva con aprobación supone primero: que no tenga y viva dolores como primera consideración (paliativo) y que sus necesidades primarias estén cubiertas, como es la hidratación y la sedación pertinente a su sintomatología y parecer adecuadamente manejadas por el médico paliativo.

Luego desde el AE, acompañar con escucha fenomenológica el “sentir con” que se manifiesta en momentos de modo explícita, sobre todo cuando el moribundo expresa claramente sus sentimientos y puede tomar posición para vivenciarlos. Acoger el fluir de sus sentimientos y en lo que considera fundamental de querer vivir, como un valor fundamental en su presente ante la finitud. También es ayudar al moribundo a su auto-cercamiento en el caso necesario para facilitar y potenciar el valor de ser cuidado, respetado su dignidad. Sin embargo, en otros momentos la escucha del moribundo puede ser implícita como también intuitiva (cuando no hay palabras, ni gestos). Esto requiere de una apertura y empatía que ayude a poner nombre a los sentimientos, para responder asertivamente y cuidar con presencia y apoyo justos para que dé valor a lo que requiere el moribundo en su tránsito.

Por otra parte, la escucha fenomenológica, se puede manifestar sólo con quejidos o murmullos. El poder ayudar concretamente; es interpretar cómo está siendo tocado, qué sentimientos se hacen presentes, esto implica cercanía y presencia del acompañante para permitir que el/la moribundo/a pueda expresarse al llorar, o alegrarse con lo simple de un encuentro.

Ante la enfermedad del cáncer de páncreas avanzado, no se puede tener ingesta ni de alimentación ni de hidratación directa. ¿Cómo facilitar ante la pregunta de tener agrados que den un gusto a su vida viviendo la enfermedad terminal? Es valioso que la paciente pueda consultar al médico paliativo, y tener las claridades para buscar los momentos y acciones que favorezcan su tránsito final, algunas sugerencias que puede brindar gusto a que pueda saborear algunos alimentos, aunque no los ingiera, escuchar música de su agrado, leer textos significativos, ver fotos y recordar con sus seres queridos momentos importantes, compartir el estar en silencio, orar (meditar) con otros y a solas. Reconocer los recursos que tiene el moribundo que le ayuden a sostener y significar esta etapa.

Facilitar también, que pueda gustar las relaciones importantes; ver que necesita vivir la cercanía, los afectos para recibirlos y darlos genuinamente con amor y gratitud. En particular el amor, es una forma privilegiada de encuentro existencial, ver al otro en su esencia, reconocer su valor y afirmar en ese gesto también la propia persona. Implica contemplación, aprecio y apertura hacia el otro como un tú irrepitible (Buber, 1977/1937; Längle, 2022). Para ello es importante brindarse espacio y tiempo para estar, con sus seres queridos. En definitiva, vivenciar las despedidas y expresar en paz el hecho de vivir cada momento y cada encuentro.

En síntesis, asegurar -cuando es posible- ausencia de dolor y necesidades básicas (hidratación-sedaciones indicadas) para que emerja el gusto por vivir: saborear sin tragar, música, lecturas, fotos, silencios compartidos, oración-meditación. Escucha fenomenológica explícita e implícita (palabras, gestos, quejidos) para nombrar lo que da valor hoy. Facilitar encuentros significativos y despedidas en paz.

### **1.2.3. Sí, a la Persona -Ser único, unicidad, autenticidad. 3ª Motivación Fundamental (MF)**

#### **Clave: Respetar la palabra y el modo propio de la persona (Permitir)**

Para Längle, la apertura ante la muerte concentra la intimidad, “morir es de gran intimidad, cada moribundo necesita tranquilidad, relación y morir de manera consciente, cuando lo han pensado” (Längle, 2022)<sup>12</sup>. Esto requiere presencia respetuosa, como hemos señalado, una actitud reservada y en especial una actitud fenomenológica de apertura y suspensión de la propia angustia, porque “cada persona muere su propia muerte” (Längle, 2022).<sup>13</sup>

En este escenario, la pauta no es técnica, sino intuición fenomenológica madura “todo lo aprendido, ahondado y reflexionado debe servir para refinar mi intuición. Es una presencia, que se dispone a abrazar al otro, con conciencia presente, desde una apertura interior para “estar con”, y, desde el respeto al otro, ayudar a que cada encuentro se vele la dignidad, el auto respeto y la autonomía.

¿Cómo dar apoyo en las tomas de decisiones? Acompañar a nivel salud, de continuar o no con tratamiento, sedación u hidratación subcutánea (apoyos paliativos) y que es pertinente a sí mismo. En el plano personal si necesita más soledad o compañía, si requiere dejar en regla sus asuntos personales (¿Cuáles?). En la dimensión espiritual ¿Cómo quiere vivir y expresarse cada día? ¿Cómo quiere vivir el paso de su muerte? Desde su fe, acoger los cuestionamientos y afirmaciones de su creencia.

Es fundamental ayudar desde la fenomenología como un proceder que tome la individualidad de la persona. Cuidar los límites que el moribundo manifiesta al poder expresar con autenticidad el pensar y sentir, si es coherente para sí, ¿Me es lícito? En la postración de una enfermedad, el poder tener las condiciones para ser cuidado en la dignidad y en la propio de la persona, en la toma de posición de lo que quiere vivir y puede vivir, y con ello manifestar su ser

---

<sup>12</sup> Pág. 89.

<sup>13</sup> Pág. 90.

genuino, la manera de despedirse, de llevar las horas de letanía, de sopor, de descanso, de silencios y de escucha, del valor de su propia vida.

En síntesis, cuidar la autodeterminación: organizar habitación, decidir visitas y tiempos, alternar compañía y soledad. Acompañar tomas de decisiones (tratamientos, sedación, apoyos), ordenar asuntos personales y espirituales, y proteger la dignidad en la expresión genuina (cómo despedirse, qué decir-callar, cómo orar). “Cada persona muere su propia muerte”, velar con una presencia reservada y respetuosa que no invade.

#### **1.2.4. Sí, al Sentido. 4ª Motivación Fundamental (MF)**

**Clave: Abrir el diálogo con el contexto mayor, libertad y autotrascendencia (Deber).**

Para Alfried Längle, la vida se entiende como un diálogo constante, con uno mismo, con los otros y con el mundo. Este diálogo no es meramente verbal, sino un acto de apertura en el que la persona se deja interpelar por la situación y responde tomando posición. Cuando este diálogo se bloquea, emerge el sufrimiento existencial, ya que se pierde el encuentro con la realidad y con el sentido (Längle, 2022). Acompañar el moribundo ante su contexto mayor si puede y/o quiere darle sentido, para ello puede ayudar a preguntarse: ¿Cuán presente o consciente (sin sedación) quiere y puede estar en el proceso de morir?

La existencia se comprende como el modo específico del ser humano, siempre situado en una circunstancia concreta que lo interpela. La existencia, por tanto, nunca está terminada mientras se vive, y se realiza en el encuentro con el mundo y los otros y, también como un camino ante el morir.

El moribundo pueda entregarse y salir de sí en la situación presente. Acompañarlo en el abrazo a la muerte, es un gesto que simboliza y expresa la aceptación del contexto mayor, el cómo va vivenciado una transformación en la entrega ante esta verdad y va respondiendo desde su libertad y capacidad de auto-trascendencia. Como nos habla Víctor Frankl (Längle 2022), el ser humano es libre *para*, la capacidad de orientar la propia vida hacia valores y el actuar de forma responsable. La libertad alcanza su plenitud en el acto auto-responsable que se supera a sí mismo, posibilitando la trascendencia personal.

Además, el AE se refiere a lo religiosidad y lo significa como la capacidad humana de abrirse al misterio, al sentido último y a lo sagrado como lo señala Frankl (Längle, 2022).<sup>14</sup> Se concibe como

---

<sup>14</sup> Längle, 2022, (Frankl, 1990).

apertura a lo absoluto, a lo que está más allá de lo inmediato. No necesariamente vinculada a una confesión concreta.

Finalmente, la auto-trascendencia constituye la culminación del dinamismo existencial el ser humano se realiza al salir de sí mismo y entregarse a valores, tareas o personas. No es evasión, sino plenitud del ser, donde libertad, amor y religiosidad convergen para configurar la existencia con sentido (Frankl, 1990; Längle, 2022).

En conjunto ante lo expuesto hasta aquí, acompañar en el buen morir con aprobación, desde la fenomenología, puede integrar estas dimensiones en un proceso continuo de apertura, encuentro y responsabilidad, que se vivencia y realiza en el tiempo “el aquí y ahora” es el lugar de trabajo de la existencia entregando el sentido a la vida. Vivir es un morir perpetuo, como manifiesta Heidegger (Längle, 2022),<sup>15</sup>-Vivir y morir son uno solo. Cómo así, el tiempo tensiona el dar un sí a la vida, de manera que se pone de relieve el Ser y su contexto con la aprobación libre y responsable ante su finitud.

En síntesis, favorecer que la persona nombre su sentido (testimonio, gratitud, amor) y elija cuán consciente desea estar en el proceso. Integrar fe-espiritualidad como apertura a lo sagrado, sin imponer. Sostener rituales sencillos, palabras de despedida y actos que unifican la historia vivida. Acompañar la entrega como acto libre y responsable que trasciende.

## **2. Acompañamiento Existencial con aprobación de María en el vivir y en el morir.**

Este acompañamiento existencial se ofrece cuando María ingresa a la clínica por obstrucción a nivel estomacal, y es notificada con el diagnóstico de un tumor pancreático en fase terminal, que perdura posteriormente hasta la cuarta semana de vida en la casa. Es una vivencia profunda humana el adentrarse a realizar un ejercicio fenomenológico en el proceso de vivir y morir de María, desde el marco del Análisis Existencial de Alfred Längle. En particular, se muestra el proceso de las Cuatro Motivaciones Fundamentales (MF) que vivenció María en la terminalidad de su vida, condiciones que nos ofrece el AE para acompañar en el buen morir con aprobación.

---

<sup>15</sup> Pág.107.

## 2.1. ¿Quién era María? Antes del 3 septiembre, ingreso a la urgencia.

María, esposa de T., madre de cuatro hijos y abuela de cinco nietos, vivió 85 años tejidos por la presencia, y la entrega, con autenticidad y profundidad. No estuvo exenta, de momentos difíciles, de crisis personales y matrimoniales, vinculadas también a los contextos políticos del país.

Se destaca en ella una espiritualidad plena y madura. Desde niña, hija única, su existencia estuvo marcada por la búsqueda y el servicio, por apertura constante a lo que da sentido. Creció en los campos cercanos a Concepción, en un ambiente misionero y profundamente católico. Allí, junto a otros niños, participó de las misiones animadas por sus tíos religiosos, lo que marcó la vocación de ayudar y caminar con las personas.

En su juventud, el arte y la música se convirtieron en lenguajes de su alma. Con su voz y su guitarra, María ofrecía el canto, como oración y alabanza, a Dios. Ya casada, durante más de veinticinco años se implicó en la vida parroquial, acompañando con el canto y a parejas jóvenes.

Trabajó treinta años con los americanos (Embajada EE. UU) en el área comercial, tuvo la responsabilidad de fomentar las relaciones de inversiones entre ambos países. También fueron años de crianza y de crecimiento de su familia, como de desarrollo personal, tras los cincuenta años, en medio de crisis y transformaciones, personales y matrimoniales se abrió a nuevos caminos de búsqueda interior ampliando los horizontes espirituales (creencias y praxis), a conocer las enseñanzas de místicos del mundo anglosajón y adentrarse en la obra de Meister Eckhart, quien le enseñó el arte del “desasimiento” como una manera de responder a la vida.

También se nutrió de la sabiduría del *Bhagavad Gita*, integrando elementos del pensamiento hindú y compartiendo otras miradas en la transformación de vivir del ego al alma y el aquí y ahora. En este camino conoció a Patricia May<sup>16</sup>, con quien caminó por más de veinticinco años tras jubilar, en un círculo de mujeres que buscaban cultivar una espiritualidad viva y consciente. No solo participó, también acompañó y formó a otros en esta manera de comprender y vivir las búsquedas en la meditación como una vía de autoconocimiento, compasión y humanización.

Para María, meditar era abrazar la realidad, acoger el presente; meditaba diariamente y realizaba lecturas espirituales de desarrollo humano, llevaba diarios de vida en que escribía poesía

---

<sup>16</sup> Patricia May Urzúa es una antropóloga chilena que se tituló de dicha profesión en la Universidad de Chile, en 1979. Ha participado de columnista en la revista El Sábado de El Mercurio.

y reflexiones desde la infancia, que le permitieron entrar en la circunstancia para descubrir en ella su sentido y su valor.

En los últimos años de vejez, cuidó a su esposo, quién desde el 2020 manifestó una demencia severa (61 años de matrimonio) y a su hijo J. con una depresión. Fue un contexto exigente donde sostenía a ambos en su cotidiano vivir (Ser-en-el-mundo).

Abuela de cinco nietos, propició siempre los espacios de encuentros familiares en su hogar en donde celebró la vida de cada uno de sus cuatro hijos. Cuidó mucho sus amistades desde joven en donde compartió una vida en común.

Además, buscó cuidarse a sí misma tanto en lo corporal, psíquico y en lo espiritual con un trabajo diario de desarrollo interior de la conciencia presente en su etapa vital de la vejez, con la entrega de sí con el amor como valor esencial de su sentido existencial (autotrascendencia).

Sin embargo, María se debatía entre el desgaste del cuerpo y la fuerza de la interioridad, un ejemplo de lo que Längle describe como una persona “sostenida por la vida, porque ha encontrado algo por lo cual vivir” (Längle, 2008).<sup>17</sup>

Es en estas circunstancias que María, el 3 de septiembre de 2024, ingresó de urgencia en un centro hospitalario. Luego de los exámenes de rigor (scanner incluido) y después de varias juntas médicas, se llegó a un diagnóstico de enfermedad terminal aguda, sin posibilidad de intervención ni tratamiento.

Así, el día 5 de septiembre de 2024, María recibe el diagnóstico, debido a un tumor que obstruía páncreas y estómago, que le impedía alimentarse o beber. Ante esta situación ella decide volver a casa para morir junto a su familia. María vive su tránsito a la muerte por un mes y fallece el 4 de octubre 2024 a las 22:40 pm.

## **2.2. Clínica, aceptación del diagnóstico.**

Tras tres días de hospitalización, con juntas médicas para diagnosticar el seguimiento de esta situación de gravedad, la geriatra se reúne con María finalmente y le comunica que no había posibilidad de realizar algún tratamiento curativo y que solamente se podrían aplicar los cuidados paliativos (es desahuciada).

---

<sup>17</sup> Pág. 41.

*María escuchó con calma, hizo preguntas aclaratorias de su condición, y en qué consistía el alcance de la gravedad de su situación.* No hubo negación, ni lágrimas, más bien atenta y tranquila. Esta reacción fue una respuesta existencial de aceptar el límite y su finitud. Según Längle (2015),<sup>18</sup> “el fundamento de todo ser movido es un poder”, y ese poder-ser se expresa en la capacidad de soportar y aceptar lo real. María buscó comprender y captar lo esencial de la crisis de su salud. Tuvo las fuerzas y el valor de abrazar las circunstancias y de poder expresar el yo puedo-ser - dejar ser.

En este día, en que recibió la notificación de lo terminal de la enfermedad, pudo ser acompañada por sus cuatro hijos. La información médica ofrecida fue de: *“no podemos hacer nada, ni alimentarla por sondas, ni extender más la vida”*. El estar acompañada con sus hijos y vivenciar la notificación con una actitud de apertura ante la incertidumbre de sus dolencias, darse el tiempo de escuchar y comprender el diagnóstico severo.

“Cuando la verdad es recibida, se disuelve el velo de la incertidumbre y permite saber a qué nos enfrentamos y rechazarla es siempre fuente de tensión y sufrimiento. La verdad nos hace libres, nos da la información necesaria para ejercer la libertad última, y definir ¿Con que actitud afrontamos y vivimos?”<sup>19</sup>

A partir de lo escuchado, ella entonces expresa con clara determinación: *“Quiero volver a casa y estar con mi familia”*. Esta frase no fue un simple tema práctico ni logístico, sino un acto existencial que se muestra la Primera Motivación Fundamental (1ª MF) ¿Puedo ser? Significa el volver al hogar es poder recuperar el espacio propio, y acceder a la protección del afecto familiar y de poder recibir el sostén necesario para transitar este proceso de morir. Como señala Längle (2015).<sup>20</sup> “no puedo cambiar nada en un problema que -antes y como problema- no hubiese aceptado y soportado”.

Luego el acompañamiento de esa tarde, María quiso manifestar y expresar sus sentimientos más importantes de cómo quería vivir las horas o días que le quedaban por existir. Se escuchó y acogió con cercanía y presencia respecto de su voluntad, ante varios aspectos valiosos para ella sobre cómo disponer sobre los cuidados de su esposo en su delicada salud, y dice: *“quiero que sea cuidado en casa hasta el final”*.

---

<sup>18</sup> Pág., 1.

<sup>19</sup> Pág. (Pos- kindle) 933 Benito, E. (2024).

<sup>20</sup> Pág. 24.

Con respecto a los bienes familiares se refirió claramente sobre el sentido de su casa en la playa, y dice: *“que fue y será un lugar para acoger a las personas y de encuentro espiritual como también un lugar para reunir y celebrar en familia,”* expresó. Señaló también, sobre el cómo darles uso y disposición de ellos.

En otro espacio de la tarde comparte significativamente lo que le tomó más tiempo, que fue de hablar de su propia muerte y, con ello, recordó el cómo había sido la vivencia con su madre antes de morir y de la noche última con ella, y dice: *“yo quiero como fue con ella, el poder vivirlo de igual modo y poder estar acompañada por mis hijos”*, también, se refirió *“quiero tener una celebración espiritual, que sea con cantos de alabanza al Padre y de manera muy sencilla y ecuménica.”* Luego pidió *“quiero estar en silencio”* para ello se realizó una meditación que oraba casi diariamente *“Meditación del corazón,”* de Sergio Sagüez,<sup>21</sup> hasta poder descansar algo en la noche.

El moribundo a partir de su confianza puede abandonarse en una estructura que le sostenga, y puede preguntarse ¿Qué necesito como sostén, protección o espacio a partir de esta notificación de gravedad?, ¿Qué me falta?, ¿Puedo vivir así?

• **Síntesis fenomenológica<sup>22</sup> - notificación del diagnóstico - enfermedad terminal.**

En esta fase se reveló principalmente en María, la autodeterminación que habla y es pertinente a sí misma (3ª MF), con una claridad y libertad para aceptar lo real y tomar posición cuando recibió la verdad sin negación (notificación de la enfermedad terminal), preguntó con agudeza, y esto la condujo a elegir volver a casa para vivir rodeada su tiempo final junto a los suyos. Desde el AE, se facilitó:

- En la 1ª MF (sí al mundo-poder-ser) la protección concreta y el “estar-ahí” (espacio de calma, contención, verdad, y plan de alta de la clínica), habilitando su decisión de volver a su hogar.
- En la 2ª MF (sí a la vida-gustar vivir) se cuidó lo vivencial de respetar los ritmos, silencios, y resguardar la valoración del presente.
- En la 3ª MF (sí a uno mismo-unicidad) el respeto a su autodeterminación y dignidad para lo que dispuso sobre el cuidado del esposo, sentido y uso de la casa de la playa, y la modalidad de las visitas, cuidar los tiempos de silencio y oración; su palabra y voz fue criterio para la familia.

---

<sup>21</sup> Meditador y esposo de Patricia May (antropóloga). <https://patriciamay.cl/meditacion-corazon/>

<sup>22</sup> En cada semana se realiza una **síntesis fenomenológica** que se refiere a un modo de comprensión y una actitud hermenéutica de abordar el acompañamiento (que suspende los juicios previos (epoché), y hace visible el núcleo del sentido vivido por la persona.

- En la 4ª MF (sí al sentido) de abrir y sostener su horizonte para hablar de su muerte, evocar a su madre, manifestar como quería una celebración espiritual, sencilla y ecuménica, y cada día orar con la *Meditación del corazón*. (conciencia).

En esta fase del acompañamiento en el buen morir emerge la verdad, la libertad y el apoyo afectivo que reduce la incertidumbre. El acompañamiento ayudó a ordenar a la familia y preparar el tránsito a casa con tranquilidad, inaugurando un duelo anticipado acompañado y una disponibilidad para acoger cada momento junto a ella.

### **2.3. El regreso a casa, los primeros días de cuidados.**

A día siguiente, el viernes 5 por la tarde ella pudo regresar a casa. Se prepara su habitación con una cama clínica y se dispuso que su esposo, enfermo de demencia, estuviera en la pieza contigua. Y ella manifiesta: “*quiero estar sola en la pieza*”. Esta primera decisión pone de relieve la dignidad y el acoger con respeto su espacio de intimidad en donde pudo optar a vivir tanto los momentos acompañada como también a solas.

A su vez, mencionar sobre como la dimensión somática estaba siendo primariamente afectada como un soporte de la 1ª MF, siendo un aspecto vital en el tránsito de su situación de terminalidad, fue para ella adecuarse al despojo de poder alimentarse, en el que cada día fue haciéndose una dura realidad de soportar, fue vivir un duelo a la pérdida de vitalidad y de salud. No obstante, para dar lugar al cuidado paliativo desde la clínica sólo se le dejó una sonda gástrica para eliminar los líquidos, y además esto le afectaba a su voz, aspecto que tuvo que aceptar para vivir su realidad, que se observaba más cansada con estos primeros días de malestar y sin ninguna alimentación, ni remedios que usualmente tomaba para estar bien.

A la llegada a casa se recibió la visita de la médica paliativa, la que autorizó que María podría probar algunos alimentos, sólo “saborearlos y luego dejarlos”. Este gesto, de saborear sin tragar, fue una forma de seguir diciendo sí a la vida. De esta decisión y posibilidad emerge la experiencia de vivir la Segunda Motivación Fundamental (2ª MF), los sentimientos vivificantes de querer disfrutar lo posible dentro de lo imposible ¿Puedo gustar vivir?, el gustar implica reconocer el valor de la vida en la relación del encuentro con sus seres queridos y más significativos como también en relación con ella misma, en el tiempo de poder compartir y de estar a solas vivenciando la cercanía como su espacio personal. (Längle, 2006).

También a su llegada a casa se percibió la Tercera Motivación Fundamental (3ª MF), con la pregunta ¿Tengo derecho a ser yo misma? Cómo se vive la toma de posición al decidir al organizar su habitación, de cuándo recibir las visitas y, por último, de cuándo necesite descansar. La importancia de poder acoger de parte de su familia y respetar su palabra, siendo así un sostén a su dignidad y autenticidad. Längle (2013)<sup>23</sup> afirma que la autoestima es “estar de acuerdo con uno mismo; yo soy bien para mí”, y en María esa coherencia se expresó cada día de su agonía.

Un día nuevo, el domingo 7, en el que se dispuso reunir a la familia, María con manifestación ya de debilidad, pero muy consciente y lúcida, quiso verlos y juntarse con cada uno de sus hijos y nietos dentro de un ambiente íntimo. Se pudo organizar de manera espontánea una celebración a la vida de María en torno a sus amores y permitirse estar todos junto a ella en el comedor (en la silla de ruedas), en donde pudo darse la alegría de probar el sushi (comida favorita) y de compartir con cada uno de los presentes, de poder animadamente sacarse fotos y de celebrar la vida. Quiso cantar y pidió el canto de “Gracias a la vida”, y de “Caminante no hay camino” en que todos cantamos, se dio un espacio muy emotivo en que se pudo compartir y decir algunas palabras de amor y de agradecimientos a ella.

Luego María, quiso hablarles a todos, estando su esposo presente y decir unas palabras que resumían el sentido de su vida: *“Lo más importante en mi vida ha sido amar”. “He aprendido a transitar las crisis de mi vida, los dolores y tremendas alegrías, pero lo más que atesoro es que he sido amada, he buscado y creído vivir el amor incondicional”, “he buscado al Padre (Abbi).”* En su relato se expresa el origen de su amor inspirado por su fe, por sus búsquedas de trascendencia, el querer aprender a vivir el perdón, y cada una de las luchas que tuvo hasta aquí, y de la búsqueda de entregarse con incondicionalidad. Ahí puso todo su corazón.

A lo largo de su vida matrimonial, María atravesó experiencias dolorosas, profundas y también inmensamente enriquecedoras. Cada una de ellas la fue moldeando, enseñándole a crecer incluso en medio de las crisis y de las sombras. Durante sesenta y un años compartió la vida con su compañero, con quien levantó una familia y crio a sus cuatro hijos. Su fuerza espiritual y su compromiso con la vida fueron el hilo que la sostuvo siempre, también cuando llegó la vejez con sus propios desafíos. Hasta el final, permaneció abierta a aprender, a amar y a seguir dando sentido a todo lo vivido. En concreto en su últimos años, acogió a su segundo hijo que estaba con depresión

---

<sup>23</sup> Pág. 51.

por más de diez años, en donde ella dispuso siempre cuidarlo, y luchó con sus limitaciones, asimismo, se esmeró en querer vivir con coherencia ese amor más profundo.

Estas palabras en que María responde a la vida con aprobación, nos abren a la Cuarta Motivación Fundamental (4ª MF), con la pregunta ¿Tiene sentido que yo esté aquí? Darle sentido a su presente abrazando su finitud, que según Längle (2022),<sup>24</sup> consiste en descubrir “la posibilidad más valiosa en una situación”. Este gesto de manifestar y expresar sus sentimientos y valores sintetizan un sí profundo a la existencia.

- **Síntesis fenomenológica - Regreso a casa - la intimidad, celebración y cuidados.**

En esta fase se reveló principalmente en María la valoración del presente, la cercanía y alivio afectivo propia de la (2ª MF) junto a su familia. Tener los sentimientos de tranquilidad en medio de la limitación en que pudo vivenciar su espacio de volver a casa a vivir su último tiempo y poder vivir la intimidad y despedirse mediante una celebración sobria con toda su familia. El amor expresado y recibido que habló de su historia y como criterio de sentido en sus decisiones. Desde el AE, se facilitó:

- En la 1ª MF - Sí al mundo (poder-ser) y se preparó el espacio (cama clínica, pieza contigua para el esposo), se regularon estímulos (silencios, descanso) y se ajustó el cuidado somático (aceptación de la sonda, manejo de voz y fatiga). La médica paliativa habilitó opciones seguras (saborear sin tragar).
- En la 2ª MF - Sí a la vida (gustar vivir) y se autorizaron pequeños placeres con sentido (saborear comida a su gusto, expresar la música y cantos elegidos, dejar una memoria con las fotos, y estar junto a su familia) y tiempos significativos en las relaciones en torno a los afectos.
- En la 3ª MF - Sí a uno mismo (unicidad-autenticidad) y se respetó la organización del espacio, para vivir su tránsito, acoger sus ritmos de compañía y/o soledad y respetar las decisiones sobre la vida familiar (modalidades de visita).
- En la 4ª MF - Sí al sentido (respuesta con sentido) el vivenciar el horizonte espiritual (cantos, oración y meditación), y dar su testimonio en que pudo integrar con aprobación su vida y la crisis de salud, con fidelidad y búsqueda de trascendencia.

---

<sup>24</sup> Pág. 64.

En esta fase del acompañamiento en el buen morir, condujo a brindar la seguridad básica y confianza corporal para habitar la casa como lugar de tránsito. A la valoración del presente, a recibir el apoyo afectivo de su familia y la confianza de expresar con autenticidad y disponerse y prepararse interiormente a su muerte.

#### **2.4. Primera semana, las despedidas.**

Después de esa tarde, ella entró en un proceso de cuidados y de acompañamientos paliativos al entrar en su pieza y quedarse ahí hasta su muerte. De manera que, *¿Cómo era el diálogo de cada mañana? ¿Qué necesitas?, ¿Cómo quieres disponer los tiempos?, ¿A quién quieres ver en esta mañana o día?*

El disponer el tiempo para ella y coordinarse con la familia y los seres queridos, se tornó en aprender a cubrir sus necesidades más emergentes, como el tener dispuesta una bandeja con fruta y líquidos diversos para que ella pudiera saborear algunas a su gusto, el de estar atentos de conocer sus síntomas de su cuadro de salud, el poder ayudarla a movilizar el cuerpo postrado, para ello se dispuso kinesióloga en la medida de lo necesario para realizar ejercicios y masajes y luego los familiares le brindaban ayuda con movimientos simples de circulación, como también el escuchar los anhelos más profundos y de darle los espacios para hacer presencia en silencio.

Colaborar junto a la familia y las cuidadoras el disponer el horario y los tiempos de cada visita, en conjunto con su hija menor, en el cual se buscó velar por turnos para poder estar ahí en tiempos alternados de silencio con “una actitud reservada, y atenta” (Länge, 2022),<sup>25</sup> asimismo, para asistirle en otros requerimientos.

Cada encuentro fue una entrega de sí, con risas y lágrimas, con cantos y/o meditación. Fueron vivencias de encuentros y de despedidas llenas de afectos y amor con sus familiares. También estar con las amigas de su ruta espiritual (“circulo de luz” que meditaban por más de veinticinco años juntas y el otro grupo con que quienes ella guiaba en el camino del alma). Como no se tenía claro cuan inminente podría ser su muerte en esa primera semana, fue muy intensa en las cantidades de visitas de sus seres queridos.

María, además de disponerse a escuchar a sus amados y de hablarles pudo expresar sus sentimientos genuinamente, cómo también manifestar su sentido último, en la medida de cada día, ella se experimentaba en paz y con una disposición abierta de abrazar su muerte, se percibía como

---

<sup>25</sup> Pág. 89.

algo muy integrado y natural en el diario vivir. Con respecto a su deterioro físico (soma) quedaba muy cansada cada día, por lo que en el acompañamiento diario pedía orar, meditar en silencio, y resguardar espacios de tranquilidad sobre todo en las tardes.

En otros momentos del día quería vivenciar espacios de lectura espiritual<sup>26</sup>, que solicitaba escuchar ya que la vista estaba con dificultades para ver adecuadamente, entonces se le leía en voz alta, y para ello la familia se alternaba en espacios de intimidad como de lecturas diferentes con cada cual con mucha autenticidad en lo que pudo gozar con los nietos e hijos.

Para el AE, el vivenciar que fue experimentado María en la primera semana fue importante el acoger y disponer a su voluntad, (el dejar ser) al brindarle los espacios, el soporte y la cercanía junto a las personas significativas que le manifestaron el cariño, presencia, de poder vivir las despedidas con cada una de las personas.

El acompañamiento también significó cuidar de ese espacio, de cuánto ella podía hablar, con la sonda puesta, y de las intervenciones que fueron acordadas para ir cuidando su capacidad (energía vital) de poder estar, de regular tanto el tiempo para descansar, tiempo para conversar, tiempo para preguntas, como el tiempo para dar instrucciones en lo práctico. Considero que la exigencia específica de estos primeros días es que se va develando que el que acompaña haya reflexionado y “ocupado del tema y enfrentado a las preguntas ante la muerte.” (Länge, 2022).<sup>27</sup>

Este aspecto se expresó de modo diferente en cada hijo y nietos de la familia, en la dificultad de afrontar y en los sentimientos por la pena inminente de ver a María en un estado y proceso de deterioro por la enfermedad. Lo doloroso de vivir la despedida, aunque se dio paulatinamente y con mucha paz. Lo valioso, para María es que pudo darse la oportunidad de estar serena y de conversar con cada uno de sus hijos, el regalarse vivenciar encuentros, en que ella pudo expresar su amor y escuchar a cada uno.

Desde la mirada del AE, se aprecia que con cada decisión desde que fue notificada de la enfermedad terminal, ella va dando cuenta de sus decisiones con consentimientos en las cuatro motivaciones existenciales, con conciencia de sí, con plenitud a sus 85 años. Asimismo, se abre a ser acompañada por sus seres queridos como por las cuidadoras que ya estaban en casa cuidando a su esposo, ella se siente segura y en confianza para desplegarse en cada día y vivirlo con aprobación. Desde el inicio del acompañamiento diario María, se le ofrece sostén, y se le escucha

---

<sup>26</sup> José Antonio Pagola (2007) Jesús: una aproximación historia. PPC, Editorial. Distribuidora, SA Madrid, España.

<sup>27</sup> Pág. 89

fenomenológicamente con respeto a su voluntad y el da el valor a su dignidad, en la que se acoge su libertad y se acepta el sentido con que decide vivir cada día.

- **Síntesis fenomenológica - Las despedidas-ritmo propio, vínculos cuidados y silencio habitado.**

En esta fase se reveló principalmente en María, una disponibilidad serena para vivir las despedidas con verdad y sencillez (2ª MF- principalmente). Se permitió que emergiera su modo propio de transitar. El acompañamiento asumió un ritmo fenomenológico de escucha, respeto, y reserva. El apoyo y ayuda para organizar las visitas y los tiempos de silencios, cuidar y regular la energía de cada día, y abrir espacios de oración y/o meditación y lecturas compartidas. Las despedidas se hicieron encuentro. Desde el AE, se facilitó:

- En la 1ª MF - Sí al mundo (poder-ser -estar-ahí) y aseguró lo básico y la observación de síntomas, y el manejo del cansancio y del impacto de la sonda en su voz. Se ajustaron los tiempos (mañana y tarde), turnos familiares y una actitud de prudencia.
- En la 2ª MF - Sí a la vida (gustar, vivir) y cuidó el gusto de cada día, permitir saborear alimentos, la música, los cantos, la meditación en silencio, escuchar las lecturas en voz alta cuando la vista fallaba; acoger los encuentros con familia y las amigas de los grupos espirituales (“círculo de luz”). La escucha desde el AE acogió alegrías y dolores; el acompañamiento moderó visitas para que hubiera disfrute, y no agotamiento.
- En la 3ª MF - Sí a uno mismo (unicidad, autenticidad) y se respetaron sus decisiones sobre quién, cuándo y cómo ver a cada persona; el vivir tiempos de soledad y de compañía; qué leer y/o escuchar; cuánto hablar con la sonda y cuándo callar y descansar. Su modo de despedirse fue propio, y la familia respetó su dignidad y autodeterminación.
- En la 4ª MF - Sí al sentido (respuesta con sentido), el morir que se vivió como parte natural del cotidiano, algo integrado, y no ajeno. El cuál se manifestó una unificación de vida y las despedidas. Y, por último, se habilitaron signos sencillos de su horizonte.

En esta fase del acompañamiento en el buen morir, se brindó un marco de cuidado integral (somático, sin sobre exigencias, afectivo, relacional y espiritual con paz al ejercer su libertad) donde las despedidas fueron encuentros con sentido. El acompañamiento, desde la fenomenología, custodió espacio, ritmo y palabra, posibilitando que María gustara la vida en lo posible, fuera ella misma en cada decisión y respondiera con sentido al umbral que se abría.

## 2.5. Segunda semana, fragilidad habitada.

Durante la segunda semana en casa, María experimentó el desgaste progresivo de su cuerpo. La geriatra paliativa acudía regularmente para acompañar el proceso, aplicando un suero intercutáneo para hidratarla mínimamente. Ella no refería de dolores intensos, por lo que no necesitaba analgésicos fuertes; sin embargo, la inanición y el esfuerzo digestivo no daban tregua. Su cuerpo se volvía más frágil, más delgado, y más vulnerable.

En este contexto, María no perdió la atención consciente sobre sí misma. Observaba su cuerpo y pedía con precisión aquello que necesitaba: *“Masajéenme las piernas, “pónganme mi crema favorita en la piel”, “ayúdenme a moverme para descansar mejor”*. Cada gesto mostraba que aún conservaba un poder-ser aquí, en la fragilidad de su cuerpo. La 1ª MF, se muestra en su respuesta a la pregunta ¿Qué preciso para poder ser en este mundo? (Längle, 2000),<sup>28</sup> se expresa en esta capacidad de sostenerse gracias a la protección que le brindaban sus hijos, el darse espacio íntimo de su habitación y del sostén de los cuidados médicos y afectivos.

Cabe Señalar, que las noches eran un desafío en el cuidado de María. El descanso se volvía prioritario y así la doctora recomendó un fármaco suave que le permitía dormir un poco mejor. Descansar no era solo una necesidad física, sino también una forma de afirmarse en la vida: *“necesito recuperar fuerzas”*, decía con ternura. Esta afirmación revela que el acompañar en el buen morir, no es simplemente esperar la muerte, sino sostener la vida en lo que todavía queda, buscando el bienestar posible.

La 2ª MF, se expresó en las decisiones del vivenciar el valor y gustar en las relaciones con otros y con ella misma. María continuó recibiendo algunas visitas de amigas cercanas, y primos queridos de su historia. Cada encuentro era valioso, y cargado de emoción, que también la dejaban algo exhausta. Por la tarde, después de conversar o cantar con quienes la visitaban, pedía: *“Ahora silencio, por favor, quiero solo compañía tranquila”*. Con estas palabras mostraba cómo la vida seguía teniendo gusto y valor, pero también límites. Según Längle (2006),<sup>29</sup> “la vida se realiza solamente en relaciones, en las cuales tengo tiempo y vivencio cercanía”. La vida de María se expresaba con hondura en estos encuentros silenciosos, donde el tiempo se detenía y la cercanía se revelaba como una bendición.

---

<sup>28</sup> Pág. 3.

<sup>29</sup> Pág. 30.

Ella disponía de muchos recursos que le permitieron dar a cada día de regalo un sentido pare elegir, la música, fue algo vital en su vida y el tener la dicha de elegir cuales canciones quería escuchar, que le recordaban muchos momentos significativos, como también el poder elegir qué lectura realizar de sus textos favoritos, y/o a lo largo de su vida las reflexiones y poemas muy queridos por ella. Este gesto de elección era una afirmación de su derecho a ser.

En la 3ª MF, María da respuesta con aprobación al ser plenamente auténtica, el ser respetada su necesidad de soledad o de compañía, decía: “*respeten mis tiempos*”, esto lo repetía a quienes la cuidaban. En esta etapa, María fue paulatinamente “entrando más en sí misma” (Länge, 2022),<sup>30</sup> se mostraba en paz con sus decisiones, y muy consciente de su vulnerabilidad. También en esta semana dispuso sus pertenencias de valor a sus hijas, el querer regalar algunas prendas de ropa, accesorios, libros, y cuadernos, etc., con mucha delicadeza y claridad le fue entregado a cada cual lo que veía valioso de compartírselo en vida.

Finalmente, la 4ª MF poco a poco María se fue abriendo al *giro existencial* en esta fase de su gradual proceso de morir. Se hacía presente en la forma en que María daba densidad a cada encuentro. En su mirada, en la escucha, decía menos palabras y entregaba su presencia serena. Así, se fue tornando lo cotidiano en un acto de sentido. El sentido no estaba en la prolongación del tiempo de estar viva, sino en la intensidad y profundidad genuina de la relación vivida.

- **Síntesis fenomenológica - fragilidad habitada, atención consciente y elecciones con sentido.**

En esta fase se reveló principalmente en María una atención consciente y serena a su propio proceso en el que escuchaba el cuerpo, pedía con precisión (masajes, crema, cambios de postura), ordenaba sus ritmos (silencio, descanso nocturno con fármaco suave) y elegía música y lecturas significativas. Mientras el cuerpo se debilitaba, su persona (3ª MF principalmente) se volvía más nítida con menos palabras, y más presencia. El acompañamiento se orientó fenomenológicamente a apoyar sin invadir. Desde el AE, se facilitó:

- En la 1ª MF - Sí al mundo (poder-ser, regulación de ritmos), la hidratación subcutánea mínima; manejo de síntomas; movilización y confort (kinésico, masajes, cambios de posición; descanso nocturno con medicación suave; ambiente de silencio y calma).

---

<sup>30</sup> Pág. 88.

- En la 2ª MF - Sí a la vida (gustar vivir - hacer posible el gusto sin agotar), las visitas acotadas y significativas; música elegida, cantos; lecturas en voz alta; tiempos de compañía tranquila tras los encuentros.
- En la 3ª MF - Sí a uno mismo (unicidad, autenticidad), el respeto estricto a sus tiempos la alternancia soledad, compañía, la elección de contenidos significativos como textos, y canciones, y la disposición consciente de entregar sus pertenencias para cada hija y nieto.
- En la 4ª MF - Sí al sentido (respuesta con sentido), los espacios de silencio, oración, meditación, y encuentros significativos permitiéndose Ser y estar.

En esta fase del acompañamiento en el buen morir condujo a cuidar y apoyar el desgaste y fatiga del cuerpo que se va deteriorando, y la persona (noética - espiritual) que se manifiesta con mayor fuerza y autenticidad de estar viva en cada palabra, en cada decisión. María, nos muestra que acompañar en el buen morir significa reconocer que incluso en la fragilidad extrema, la vida conserva su valor, permitiendo que el poder-ser de María se exprese en lo concreto, que guste la vida en lo posible, que sea ella misma en cada decisión, y que todo se ordene al sentido en medio de la fragilidad.

## **2.6. Tercera semana, decisiones últimas y entrega consciente.**

María, estaba viviendo su proceso con profunda conciencia y aprobación a su vida y a su muerte inminente. Durante la tercera semana, luego de varias conversaciones en el acompañamiento, en que ella preguntó sobre continuar con la hidratación, y lo que retarda un proceso natural, se daba cuenta que estaba cada vez más débil, y sintiendo la agonía por el proceso por la falta de ingesta tanto de líquido como de alimento.

Casi un mes, de esto, sentía en su debate interno que sólo prolongaría su sufrimiento de terminalidad y esto lo pensó unos días, en que vivió incertidumbres, y emociones encontradas. Se dio el tiempo de preguntar a las cuidadoras, y a la médica paliativa con el fin de poder aclarar el proceso final de los cuidados paliativos en el buen morir ante una enfermedad terminal y con ello determinar su disposición de vivir el proceso de muerte tal cual era con la asistencia mínima.

Luego de aclarar los puntos, María manifiesta su voluntad: *“¿Para qué mantener estas condiciones más?, quiero aceptar mi situación tal como es, ¿Qué sentido tiene usar el suero intravenoso, y tener la sonda gástrica?, quiero retirármelas.”* no pretendía alargar los días, María

tomó decisiones que marcaron un cambio profundo en su proceso vital. Pidió retirar el suero y la sonda que la sostenían, diciendo con firmeza: “*Quiero soltar todo lo que ya no necesito*”.

Este gesto expresó de modo claro la 1ª MF ¿Tengo el sentimiento que en esta situación puedo ser?, (Längle, 2000)<sup>31</sup> pues se trataba de asumir su condición y decidir cómo quería habitar ese último tramo. Este poder en que María podía elegir, y percibir el cómo vivencia su confianza Fundamental aún en la fragilidad de su enfermedad, eligió el modo de estar en su cuerpo y en su vida. A pesar de mi dolor, ¿Qué me sostiene? Längle (2000) describe esta experiencia en el que aparece un fondo mayor ante la confianza Fundamental, es una conexión con el fondo del Ser. Se releva la aceptación a la muerte que trasciende a la psicología, con el sentimiento de que puedo “no ser”, es sostenido desde la creencia.

La conciencia de María se mantenía despierta en el “aquí y ahora”, mostró y compartió en los acompañamientos de esta semana con mucha responsabilidad el deseo de aliviar el camino de quienes quedaban al delegar los cuidados de su esposo y bienes de la familia. Dispuso entregar las informaciones relevantes a sus hijos sobre los temas de pensiones, bancarios, y otros, y que les dio a conocer e indicó las carpetas en que se disponían todos los documentos necesarios para realizar los trámites post muerte.

Aquí se expresa la 3ª MF, porque con estas acciones María afirma el derecho a decidir sobre sus propios asuntos. Al ordenar sus temas prácticos, María muestra estar en acuerdo consigo misma, cerrando ciclos con toda dignidad.

En este tiempo, pidió enriquecer su persona (espiritual) con lecturas que le ayudaron a abrirse al horizonte de la muerte. Entre ellas, fragmentos de Anam Cara<sup>32</sup>, que habla de la amistad espiritual y del tránsito como un pasaje hacia la comunión.

Referir, que en este tiempo pasó momentos de mayor silencio y dijo algunas palabras sentidas en que pudo comunicar sus afectos con cada hijo, estas conversaciones pausadas fueron sagradas e íntimas, y a veces breves, pero cargadas de sentido. También, pidió que le leyeran algunos de sus

---

<sup>31</sup> Pág. 4

<sup>32</sup> Texto de John O'Donohue -la muerte- en la tradición celta p. 199. Este texto se leyó en la celebración a su llegada a la casa y en su funeral. “Voy a casa contigo, a tu casa, a tu casa, Voy a casa contigo, a tu casa de invierno. Voy a casa contigo, a tu casa, a tu casa, Voy a casa contigo, a tu casa de otoño, de primavera y verano. Voy a casa contigo, hijo de mi amor, a tu cama eterna, a tu sueño eterno.”

propios poemas<sup>33</sup> (sobre todo uno que se eligió para su funeral), y otros textos escritos de años atrás sobre el desasimiento (Máster Eckhart), que en esos días adquirieron un nuevo sentido.

Esta fase, se manifiesta en decisiones que no eran un simple llenar el tiempo, sino que eran un ejercicio de interioridad en los que María exploraba la 4ª MF, el sentido de recorrer su historia de las búsquedas espirituales de su vida, al profundizar las experiencias fundamentales y de cómo las expresó dándole su voz a lo largo de su vida, en hacer memoria y trayectoria del alma y en de alguna manera como estos momentos fueron también el poder preparar su despedida con amor y trascendencia.

Ella preguntó en esta semana: *¿Cómo es la muerte? ¿Cómo se abraza?, pidió conversar al respecto*, le compartí algunas reflexiones de Javier Melloni al cual pidió referencias y dialogamos detenidamente sobre el consenso de ella para dar un sí, con una apertura profunda del presente, con una entrega de sí dice: *“es ofrendar mi vida al Padre creador (Abbi, como le nombraba con cercanía) o a la luz.”* Para ella, vivir conscientemente y el poder entregarse a cada día en su paso último, fue una posibilidad valiosa de despojarse en el proceso de este tiempo una lucha interior que fue entregándose con más paz con la confianza Fundamental de volver a casa, a casa del Padre (Abba).<sup>34</sup>

La 2ª MF se devela de un modo más interior. María ya no podía disfrutar de alimentos ni de visitas y el poder manifestarse ya se daba con pocas palabras, por la dificultada de hablar por el cansancio en el deterioro de su salud. Sin embargo, encontraba mucho gusto en lo pequeño, al escuchar la música que tenía grabada con su propia voz desde los años 90 (cantos de alabanza a Dios), su mundo se veía más recogido y podía aún darse ciertos espacios de silencio diario a solas y otros acompañada. Ya muy disminuida con un cansancio creciente, estos medios le devolvían una vitalidad interior. Längle (2006),<sup>35</sup> señala que “donde hay sentimiento, hay un valor”. En María, el valor seguía manifestándose en los gestos de su espiritualidad y de las expresiones de belleza que nutrían su alma.

---

<sup>33</sup> Poema en el anexo 2.

<sup>34</sup> El título de Dios, "Abba Padre", se menciona en la Biblia tres veces: en Romanos 8:15, Marcos 14:36 y Gálatas 4:6, todos ellos en el Nuevo Testamento. Solo dos oradores mencionan estas palabras en estos pasajes: Jesús y el apóstol Pablo. «Abba» es el término que define a «padre» en arameo, usado por Jesús y Pablo como un término informal para describir su relación personal con Dios. También es un término de respeto para obispos y ancianos de las iglesias copta, siríaca y etíope. <https://www.biblestudytools.com/topical-verses/abba-in-the-bible/>

<sup>35</sup> Pág. 60.

- **Síntesis fenomenológica - decisiones últimas, interioridad y entrega con sentido.**

En esta fase se reveló principalmente en María una conciencia clara de sí misma y una libertad responsable para tomar decisiones últimas (3ª MF principalmente). Ella discernió, preguntó, y aclaró con los que la cuidaban y se le retiró el suero y la sonda, eligiendo así, habitar la verdad de su proceso sin prolongar el sufrimiento. Ordenó sus asuntos (cuidados del esposo, documentos, pensiones), pidió lecturas y música que ahondara la presencia, y en los encuentros se convirtieron con palabras breves y más silencios. El acompañamiento se orientó a sostener su palabra y custodiar el silencio como lugar de sentido. Desde el AE, se facilitó:

- En la 1ª MF - Sí al mundo (poder-ser), el decidir y descansar al brindar un acceso claro a la información clínica, diálogo con paliativa y con la familia para comprender las implicancias del suero y la sonda; el control de síntomas y el descanso; cuidar el ambiente calmo para dormir y sostener las fuerzas entre decisiones y encuentros.
- En la 2ª MF – Sí a la vida (gustar vivir en lo pequeño), la música elegida (sus propios cantos y otros), lecturas amadas, silencios compartidos, compañía breve y cuidada; reducción de visitas para no agotar. El gusto se volvió contemplativo.
- En la 3ª MF - Sí a uno mismo (unicidad, autenticidad), en las decisiones últimas (retirar soportes, no prolongar), disposición consciente de bienes y encargos familiares, dialogar las preguntas existenciales formuladas por ella (“¿Cómo es la muerte?, ¿Cómo se abraza?”).
- En la 4ª MF - Sí al sentido (respuesta con sentido), con lecturas de Anam Cara, textos de desasimiento (Maestro Eckhart), diálogo sobre rendición y entrega (Melloni), y la formulación explícita de su ofrenda “ofrendar mi vida al Padre-Abbi.” Da su consentimiento al morir y preparación interior para la sedación-etapa final.

En esta fase del acompañamiento en el buen morir condujo a estar centrado en sostener la decisión libre, clarificar sin imponer, ordenar lo práctico y custodiar el silencio como lugar de encuentro. María ejercitó su libertad en lo concreto (retirar soportes, ordenar legados) y en lo profundo (entrega confiada), y en cada gesto estaba cargado de estar presente con ella misma y su contexto, de modo que su morir se volvió acto de sentido, no sólo desenlace biológico.

## 2.7. Cuarta semana, la agonía.

En la cuarta semana de María, en esta etapa se intensificaron el dolor y la fragilidad, emergió el combate interior entre la resistencia y la aceptación final, y se desplegó con claridad la dimensión espiritual de su tránsito a la muerte.

El aumento del dolor en esta etapa de la terminalidad de la vida de María en donde vivenció conscientemente el “aceptar el sufrimiento, el valor no reside en el sufrimiento en sí, sino en la actitud frente a él, en la capacidad de soportarlo.” (Frankl, 2015).<sup>36</sup> Las dificultades para coordinar la atención médica paliativa y con ello la demora en ajustar la dosis de morfina, hizo que María experimentara sufrimiento físico y psíquico los últimos días. Ella misma lo expresaba: “*Estoy en la batalla de soltar*”. Estas palabras revelan la tensión entre resistir y dejarse ir, un proceso que constituye el núcleo de la agonía.

La 1ª MF se veía profundamente tensionada. El poder-ser de María se sostenía de manera mínima, sin embargo, el proceso de soltar es un tránsito único en cada persona. En esta etapa el poder-ser se reducía a su expresión más básica de poder respirar, poder ser sostenida, poder existir aún en la fragilidad extrema. En María, se vive esta reflexión de Frankl “conoce el porqué de tu existencia y podrás soportar casi cualquier cómo. (Frankl, 2015)<sup>37</sup>.

En estos días, María pidió escuchar las palabras<sup>38</sup> del libro “De aquí a Aquí” de Javier Melloni. Un texto que había meditado en su último tiempo que le ayudaba a comprender y situar la lucha interior. Con esta lectura, explora en la 4ª MF reconociendo que el sentido de la agonía no estaba en el control, sino en la transformación interior que supone soltar. Y suma esta reflexión del relato de Maestro Eckhart que quiso escuchar sobre: *la madera y el fuego*<sup>39</sup> que se convirtió en una

---

<sup>36</sup> Pág. 140.

<sup>37</sup> Pág. 109.

<sup>38</sup> “Para atravesar el umbral que separa el aquí de Aquí, hay que dejar de defenderse soltarse y entregarse. Este recorrido y el ritmo de la escucha: de la resistencia a la rendición y de la rendición a la revelación. Solo se abre el significado de las cosas cuando estamos disponibles, radicalmente abiertos” (Melloni, 2021, p. 79).

<sup>39</sup> Relato del maestro Elkhart sobre el enfrentamiento entre el fuego y la madera: “Como el fuego consume la madera y la hace arder, la vuelve muy pequeña y desemejante consigo misma. Desemejante consigo misma. Le quita todo lo que tiene de grosero y de frío, el peso y la humedad de agua, y la vuelve cada vez más semejante a su propia naturaleza de fuego. Y va describiendo este texto cómo se va produciendo este combate furioso de rugidos y lucha entre el fuego y la madera. Y cuando toda diferencia ha sido destruida y borrada, el fuego se calma y la madera se calla. El acallarse de la madera tras el combate es la rendición que posibilita una nueva forma de relacionarse con todo. Un modo nuevo de estar en el mundo. Se trata de cruzar ese linde que nos separa de la fragancia y del frescor que nos reserva la vida con mayúsculas, en cada situación. “La libertad que nace de la rendición permite abrírnos a lo inédito. Vivir desarmadamente implica vivir abiertamente. Todo comienza a hablar y a desvelarse. Se establece una nueva comunicación con las personas y las cosas. Cada encuentro está llamado a convertirse en teofanía.” (Melloni, 2021, 81).

metáfora viva, la madera se resiste, ruge, hasta que finalmente se rinde al fuego y se transforma. María se reconoce en esta imagen de lucha y rendición como en el proceso de aceptación.

Se acompañó con presencia ante su fatiga extrema y el deseo de morir, dice: *“Estoy cansada, ...llora...tengo pena de dejar a mi esposo...”*.

En esta semana la 4ª MF, y la 1ª MF aparece en gran tensión. El cuerpo desea alivio, y la vida parece ya agotada en sus posibilidades. Sin embargo, el gusto de vivir se mantenía en lo espiritual, en la cercanía de los hijos, en las oraciones compartidas en el silencio, en la música que aún podía escuchar. En María, el valor estaba en la compañía silenciosa, en la presencia de su familia.

La 3ª MF se expresa en su decisión última consciente al converger sobre el poder recibir la sedación final, (solicitada una semana antes, sin efecto) por los signos vitales de deterioro que evidenciaron el proceso final, acto que se habló explícitamente junto con la doctora paliativa y la familia. Era la manera de afirmar su dignidad frente al dolor y de decidir cómo quería vivir su agonía final. Al pedir la sedación, con la atención y venia del médico tratante al consignar los síntomas de la fase última de la enfermedad. María expresa su derecho a ser ella misma, incluso en el momento límite.

Lo fenomenológico de esta semana está en el contraste entre el dolor del cuerpo y la apertura del espíritu (alma o Ser). María se despojó y soltó paulatinamente, con las pocas fuerzas que le quedaban, realizaba gestos y pedía hidratación bucal y compañía.

- **Síntesis fenomenológica - Del combate a la confianza Fundamental - agonía al alivio final.**

En esta fase se reveló principalmente en María el tránsito interior del resistir a la aceptación, con conciencia y aprobación en la 4ª MF principalmente en la entrega. Comprender su agonía como proceso de transformación de los últimos días dando una batalla de su cuerpo a una entrega de sí confiada. Su palabra y voz al decidir la sedación final, fue acogida y sostenida con cercanía humana, reflexión y presencia silente. Desde el AE, se facilitó:

- En la 1ª MF - Sí al mundo (poder-ser) sostén mínimo (respirar, existir sostenida) y regulación del sufrimiento, búsqueda-gestión de analgesia adecuada (ajuste de morfina), cuidados de confort (higiene, hidratación oral, postura), ambiente calmo y presencia estable.
- En la 2ª MF - Sí a la vida (gustar vivir) el gusto que expresa en lo espiritual y el vínculo, en los momentos de poner la música que amaba, oraciones compartidas, compañía silenciosa de los hijos, lecturas significativas (frases -Melloni), tiempos breves de cercanía no invasiva.

- En la 3ª MF - Sí a uno mismo (unicidad) la decisión última con un diálogo explícito con la paliativa y la familia; respetar el consentimiento para la sedación final (solicitada antes y finalmente indicada por signos de agonía), respetando su modo de vivir la dignidad frente al dolor.
- En la 4ª MF - Sí al sentido (respuesta con sentido) la entrega de sí con aprobación y el vínculo de amor de los hijos en el acompañamiento en silencio, compasivo y reverencial.

En esta fase del acompañamiento en el buen morir, fue sostenerla con presencia, y compañía amorosa, lo que requiere una persona ante su muerte inminente no es una respuesta a sus preguntas, sino una proximidad humana que le ayude a abrirse a aquello que le trasciende, al misterio de su existencia. Este acompañamiento es una espaciosidad compartida en el que puede haber o no palabras, pero sí comunicación. El silencio compartido, el que abraza, es el ámbito de la espiritualidad. (Längle, 2022)<sup>40</sup> Se centró en regular el sufrimiento, custodiar el silencio y dar palabra a la experiencia de aceptación. Así, la agonía dejó de ser sólo dolor para convertirse en acto de sentido. Dejando a los suyos más cercanos un testimonio aprobación a la vida en el umbral de su muerte. Con una entrega confiada a lo sagrado un camino de búsqueda de coherencia en la unificación de su historia, y preparación interior para “dejarse ir” con serenidad.

## **2.8. La muerte de María, tránsito y plenitud - vigilia. (3 al 4 de octubre)**

El 3 de octubre de 2024, después de una larga semana de espera, la geriatra paliativa acudió a la casa para iniciar la sedación final. Este deseo lo había manifestado días antes en que fue acompañada amorosamente y sin sufrimiento en sus últimos momentos de vida. “Morir es de gran intimidad” (Längle, 2022).<sup>41</sup>

En su última vigilia consciente se despidió de sus hijos con ternura y preguntó: “¿Voy a poder reconocer a mis hijos después?”. Esta pregunta abrió un umbral entre la vida y la muerte. Sus hijos la abrazaron y le expresaron sus sentimientos. Se manifiesta el vínculo que trasciende todo tiempo y espacio.

La sedación comenzó con dosis cada tres horas. Su cuerpo resistió siete rondas, hasta que el 4 de octubre, a las 22:40 horas, María fallece. Estuvo siempre acompañada con sus hijos que

---

<sup>40</sup> Pp. 86-91.

<sup>41</sup> Pág. 90.

permanecieron a su lado. María vivencia su paso y entra como una reina (música de reina) al encuentro definitivo con Dios, a quien nombraba “Abbi” (papito).<sup>42</sup>

Su paso a la muerte fue celebrado como ella pidió claramente, sin rito religioso ni tradicional, sino con una celebración espiritual, el custodiar su paso de la vida a la muerte, de manera íntima y alegre. Se leyeron sus poemas, se escucharon sus cantos y se agradeció su vida. Además, pidió que todos fueran vestidos de colores, porque su despedida debía ser una afirmación de la vida agradecida y de vuelta al origen y no un acto de tristeza. La Cuarta Motivación de su pascua es un acto de plena libertad y trascendencia el poder despedirse con amor y fidelidad a sí misma.

En síntesis, en el umbral final se reveló en María una apertura confiada a lo sagrado y una coherencia profunda entre su modo de vivir y su modo de morir, pidió la sedación final, se despidió conscientemente, formuló su pregunta última: “*¿Voy a poder reconocer a mis hijos después?*” y orientó su rito de paso como celebración de vida. Su nombre para Dios, “Abbi”, significó el valor mayor (sentido) desde lo afectivo-espiritual que sostuvo su entrega.

### 3. Reflexión final

El morir nos abre a la verdad de vivir con aprobación. Es un proceso natural del que todos los seres vivos formamos parte. Esta verdad y esta aprobación vienen de un estado de presencia, de aquí y ahora, de una capacidad de decir sí a la existencia a lo largo de la vida. De haber resuelto y haber aprendido a soportar y aceptar lo real. De poder gustar y reconocer lo valioso de todas las relaciones vividas. Aparece también lo genuino y la conciencia de la persona que dice vivir en autenticidad. Y también en la búsqueda de responder a los llamados que fue transitando en los contextos de la vida. Cómo hasta el último momento se puede hacer una opción de sentido. De cómo transitar este tramo de la existencia aprobando los cuatro sí, que el AE propone vivir con mayor plenitud ante el regalo de la vida y ante la muerte.

Como señala Alfried Längle,<sup>43</sup> la muerte presente, uno se experimenta siempre limitado y esa limitación ya es una forma de la muerte presente, en María se ve fenomenológicamente, de cómo

---

<sup>42</sup> “Somos apertura/  
por donde asoma el Misterio/  
sí permanecemos abiertos/  
para que recorra nuestro contorno” Pág. 211, Melloni, J. (2023).

<sup>43</sup> Längle, A. (2016) Entrevista acerca de la muerte Santiago de Chile, ICAE.

cada momento desde la notificación hasta su muerte lo vivenció como una posibilidad y realidad que abrazó diariamente.

Del proceso de la vida de María se recoge todo el trabajo de sí misma, (madurez profunda humana) vivir la espiritualidad; lo puso de manifiesto en la manera de decidir y sostenerse con los recursos para vivir su tiempo final (las meditaciones, los vínculos, el trabajo interior). De este modo, ella toma posición de manera consciente. Así como ha vivido, así ha sido también su muerte. Pertenecen a una misma totalidad.

Como señala Längle, (cita a Jaspers) “lo que de cara a la muerte permanece esencial es lo que ha hecho existiendo”.<sup>44</sup> Si el ser humano quiere ser y vivir de cara a la muerte, el presente debe brindar plenitud de sentido. Se siente referido a lo esencial de su vida actual y presente, se siente llamado a comprometerse con la existencia genuina.

En cada decisión de María, desde volver a casa para morir con los suyos, y disponer tiempo para despedirse de su familia, recordar y agradecer los momentos significativos de su vida, hasta organizar y legar sus asuntos personales se fue trazando su camino. Día a día atravesó momentos de estar con sus seres queridos recibir su amor, otros momentos a solas en su intimidad como también momentos de resistencias en las que recurrió a sus recursos personales, al apoyo de su familia, a los cuidados y al acompañamiento desde el AE, lo que le permitió transformarse paulatinamente y dar su aprobación a cada situación y a cada jornada, hasta finalmente entregarse y aceptar su muerte.

Su tránsito final muestra cómo las Cuatro Motivaciones Fundamentales se vivenciaron hasta el último momento de vida.

Así en la 1ª MF, al procurar las condiciones de protección y espacio sostén, María las vivencia y escoge en su contexto. Delimita su espacio, acepta su límite. Pide las ayudas para poder ser hidratada y apoyada. Al momento de soltar los soportes, se siente sostenida para vivir un buen morir. En la decisión de pedir la sedación final para poder-ser sin sufrimiento. El acompañamiento en el buen morir fue ofrecer el “Dasein” el estar-ahí que sostiene y protege el proceso de María en morir con aprobación.

Asimismo, en la 2ª MF, al cuidar la vida en relación y los sentimientos de valor. Cuida el clima del valor tanto con otros como consigo misma. Y al final, en la cercanía y presencia con su

---

<sup>44</sup> Längle, Traverso (2013) p. 72 (cf. Jasper, 1973, 223)

familia. El acompañamiento en el buen morir hacer posible lo posible, sin agotar, cuidar la vitalidad y regular las visitas, cotejar los espacios de encuentro y silencio.

También en la 3ª MF, vivenciar la autodistancia para que pueda mirarse, pueda estar consigo misma, pueda manifestarse. En la autoaceptación integra sus aspectos frágiles y sombríos y acepta la condición de toda una vida y decide ofrecerla hasta el fin. Es autora responsable de su perspectiva, de cómo vive su sí mismo, su austeridad, sus vínculos hasta el final. En ejercer su derecho a decidir cómo morir. El acompañamiento en el buen morir fue validar las decisiones, respaldar los acuerdos y coordinar a la familia y médico paliativo.

Y, por último, en la 4ª MF buscó discernir lo más valioso en cada situación de un aquí y ahora, como fue encarnando sus actos y entregó el legado de su vida, la manera de cómo tomó las decisiones respecto al tratamiento paliativo. Cómo toma presencia con sus valores vivenciales (música, poesía, presencia); creativos (ordenar sus cosas, sus papeles, establecer legado y disposiciones con los hijos); y actitudinales (frente a lo inevitable, tomar una posición cuando ya no se puede hacer ni recibir mucho). A quién ella ofrece todo esto, es con lealtad, con fe en su vida, con su libertad interior para expresarla. Responde el giro existencial, preguntada cada día atravesando las dificultades, dolores y resistencias de un proceso de agonía. Vivencia una transformación sostenida por su sentido y presencia de su familia. Ese un testimonio de aprobación a la vida ya la muerte. En el sentido profundo de su muerte celebrada en plenitud. El acompañar en el buen morir fue sostenerla en amor reconociendo que morir también es un acto de vida.

- **Personal**

Finalmente, haber vivido este acompañamiento a María especialmente en su tiempo final que duró un mes. El haber realizado este proceso de reflexión y análisis, en el que quiero expresar lo que me transformó hondamente. Aprender a vivir la presencia fenomenológica como acompañante en mi doble rol como hija ante una persona con aprobación a la vida hasta su muerte. Reconocer la dignidad de la persona que fue María. Valorar en el proceso cómo fue mi diálogo para estar-ahí y poder ayudar concretamente en el buen morir. Escuchar, contemplar, e intuir, con apertura desde mi fragilidad, y capacidades para dejar fuera mi angustia y doble rol para ser una ayuda efectiva.

El acompañamiento en el buen morir fuera con apertura fenomenológica que pudiera captar lo que María requería de mi presencia; momentos de escucha, de acogida y sin juicio. Una actitud de reverencia y atenta para apoyar las necesidades, y tomar las decisiones requeridas, para ello: preguntar, ahondar, profundizar y declarar lo pertinente ante la situación y en otros solo ser silencio

y escucha empática antes su silencio y agonía. Como expresa Längle,<sup>45</sup> el ser capaz de “leer sus ojos, su rostro, su voz” estar ahí para brindar la presencia con una apertura sencilla abierta a lo fenomenológico de cada momento. De tiempos de silencios, de diálogos breves y de cercanía, con una “apertura sintiente” para ayudar a vivir lo que necesita manifestar, resolver, expresar y recibir.

Quiero agradecer y expresar lo valioso que ha sido para mí el formarme y recibir las herramientas que entrega el Análisis Existencial (AE), en la profunda invitación a vivenciarme como un ser humano en proceso dinámico de maduración y significación de los contextos que atravieso con aprobación de mi vida presente, con una mayor libertad y responsabilidad, y sobre todo por no temer a la muerte, y cómo se ha hecho parte de mi vida. Lo que me permite poder para acompañar fenomenológicamente a otros en sus existencias vitales y ante la muerte.

Solo tengo palabras de profunda gratitud por todo el coraje, por toda la fuerza de la aprobación de la vida de María, por enseñarme que la “muerte no se improvisa”, sino que se abraza como se ha vivido. Esto me abre a una reflexión, en el cual no todos tenemos la dicha de vivir en plenitud nuestra existencia o de vivir la vida con aprobación, y sin duda la muerte pone de relieve nuestra existencia. Por eso, qué importante es poder seguir haciendo un camino con otros, ofreciendo también el apoyo, la facilitación para que otros puedan vivenciar con mayor aprobación sus procesos de vida, como también sus procesos terminales.

El Análisis Existencial en el profesional formado puede ofrecer un acompañamiento que reverencia y respeta con compasión y humanidad para caminar junto a la persona moribunda y para poder, fenomenológicamente, acompañar cada día y cada situación, validando a la persona y apoyando en la toma de decisiones en su etapa final. Señalo lo que Längle<sup>46</sup> plantea de lo fundamental de la ética de acompañar vivir con aprobación hasta la muerte es que en esta fase final se “aprende de la mirada de ellos”, cuando están tan cerca de la muerte, como se cambian cosas, como puede ser fácil morir.

Además, acompañar el buen morir exige que el acompañante haya reflexionado previamente sobre su propia muerte, “es necesario que uno mismo se haya ocupado del tema, que se haya enfrentado a las preguntas” (Längle, 2022)<sup>47</sup>. Reconocer que el acompañante tiene una

---

<sup>45</sup> Längle, A. (2016) Entrevista acerca de la muerte Santiago de Chile, ICAE

<sup>46</sup> Längle, A. (2016) Entrevista acerca de la muerte Santiago de Chile, ICAE

<sup>47</sup> Pág. 89.

responsabilidad de su trabajo interior para velar los límites personales, y suspender los juicios, para tener un camino de vida con aprobación que acoge la finitud. Es relevante tener los apoyos necesarios de supervisión para brindar a la apertura fenomenológica y ser efectiva la ayuda en momentos tan importantes, para que la voz y dignidad del moribundo sean escuchadas y desplegadas hasta el final.

Por último, sinceramente atesoro en mi interioridad lo vivido junto a mi familia, junto a mis hermanos, y, sobre todo, doy gracias a María, a mi mamá, por haberme permitido estar ahí y honrar su vida y su muerte.<sup>48</sup>

---

<sup>48</sup> O también, referirse al término "Pascua" desde la experiencia de fe de María.

#### 4. Referencias

- Benito, E. (2024). El Niño que se enfadó con la Muerte. Editorial HarperCollins.
- Frankl, V. E. (2015). El hombre en busca de sentido. Herder.3ª Edición. Barcelona, España.
- Längle, A. (2000, mayo). Las motivaciones fundamentales de la existencia. Seminario Buenos Aires.
- Längle, A. (2003). “The Art of Involving the Person” (in: European Psychotherapy, vol 4, nº 1, p. 47 58, München: CIP Medien) El arte de involucrar a la Persona – Las Motivaciones Fundamentales de la Existencia como estructura del Proceso Motivacional. (P. 8 y 9)
- Längle, A. (2004). Introducción al Análisis Existencial y Logoterapia (0 MF) Libro de texto de Formación en Análisis Existencial. GLE-International.
- Längle, A. (2004). Los fundamentos del Análisis Existencial. Libro de texto de Formación en Análisis Existencial. GLE-International.
- Längle, A. (2006). La 2ª Motivación Fundamental de la Existencia. Libro de texto de Formación en Análisis Existencial. GLE-International.
- Längle, A. (2008). Vivir con sentido: Aplicación práctica de la logoterapia. Lumen Buenos Aires. México.
- Längle, A. (2011). Fundamentos para la práctica de la consultoría y la psicoterapia. Libro de texto de Formación en Análisis Existencial. GLE-International.
- Längle, A. (2013). La 3ª Motivación Fundamental de la Existencia. Libro de texto de Formación en Análisis Existencial. GLE-International.
- Längle, A. (2015). La 1ª Motivación Fundamental de la Existencia. Libro de texto de Formación en Análisis Existencial. GLE-International.
- Längle, A. (2016). Entrevista acerca de la muerte Santiago de Chile, ICAE. Transcripción: Emilia Escalante Jiménez. México (recuperado)<https://laengle.info/userfile/doc/Muerte-Entrevista-2016-con-A.pdf>.
- Längle, A. (2022). 4ª Motivación Fundamental. Libro de texto de Formación en Análisis Existencial. GLE-International. Año de estudio del libro no publicado.
- Längle Silvia y Traverso Gabriel, (2013). Vivir la propia vida. Análisis Existencial desde la praxis Mandrágora Ediciones, Instituto Chileno de Análisis Existencial, Santiago de Chile.
- Melloni, J. (2021). De aquí, Aquí. Fragmentos para una espiritualidad. Ed. Kairós, Barcelona, España.
- O’Donohue, J. (1997). Anam Cara: A Book of Celtic Wisdom. Harper Collins.

## Anexo 1: VISIÓN GENERAL DEL ANÁLISIS EXISTENCIAL CONTEMPORÁNEO

### Antecedentes:

Para Längle el “Análisis Existencial es un método psicoterapéutico que tiene por objetivo capacitar a la persona para que pueda vivir con aprobación interna hacia su propio comportamiento y existencia.” (Längle 2004)<sup>49</sup> Es vivir plenamente, decir “sí” a la vida. Ese “sí” es una decisión sentida, no solo cognitiva, sino que involucra todo el ser.

Esto se traduce en poder dar respuestas en los cuatro ámbitos: sí, al mundo, sí, a la vida, sí, a la persona, y sí, al sentido.

“Todas las precondiciones de la existencia pueden ser resumidas son las “piedras angulares de la existencia”:

- el *mundo* en su facticidad y potencialidad
- la *vida* y su red de relaciones y sentimientos
- *ser uno mismo* como persona única y autónoma
- el *contexto más amplio* donde uno se ubica el *desarrollo* a través de actividades propias, abriéndose hacia el *futuro*. ”<sup>50</sup>

A partir de estas condiciones, el AE (2015)<sup>51</sup> comprende que el ser humano se encuentra referido a una otredad, está en relación física, psíquica y espiritual es la triple dimensión antropológica del ser humano. Esta relación, es ser interpelado por la vida (giro existencial), de carácter dialógico, que es representada en el cómo se comprende y ve a la persona, de manera dialógica con dos realidades; por una parte con la relación con el mundo personal (yo-consigo mismo) y por otra en relación con el mundo exterior (condiciones de la vida, valores en el mundo, otredades en el encuentro exigencias a los contextos últimos), para ser-en-el-mundo, y así poder dar una respuesta existencial de manera libre y responsable.

Para esto, define cuatro Motivaciones Fundamentales (MF que deben estar satisfechas para que ese "sí" sea posible. “Podemos decir que la personas, se encuentra tensada en cuatro dimensiones.” (Längle, 2000)<sup>52</sup> La motivación involucra esencialmente a la persona con su capacidad de tomar decisiones. Por ello, ésta puede ser definida como un proceso en movimiento dialógico desde la realidad presente y dada, hacia las intenciones y las metas de una persona.<sup>53</sup>

---

<sup>49</sup> Pág. 9.

<sup>50</sup> Längle, Alfried (2003) “The Art of Involving the Person”.

<sup>51</sup> Längle, Alfried (2004) p 62-63 (rf. Frankl 1959, en 1994, 61ss).

<sup>52</sup> Pág. 2.

<sup>53</sup> Längle, Alfried (2003) p. 47 58.

## Las Cuatro Motivaciones Fundamentales (MF)

La consultoría enmarca su práctica en el Análisis Existencial (AE) como un modo de habilitar un “sí” a la vida que sea vivible en la realidad concreta. En el plano introductorio, se entiende el AE como un método que capacita para vivir con aprobación interna hacia la propia conducta y la existencia. Esta aprobación no es una idea abstracta, sino una toma de posición encarnada frente a lo que la situación presenta. En el mismo espíritu, la Logoterapia (LT) resume su acento en el “a pesar de todo, decirle sí a la vida”, es decir, en la voluntad de sentido que se mantiene incluso en condiciones adversas. Desde el AE busca “encontrar el sí a la vida “esto se basa en el criterio que señala Jaspers de involucrarse y de hacer propia la cosa que está afuera.” (Längle, 2004).<sup>54</sup>

Sobre esta base, la consultoría trabaja con el modelo de las Motivaciones Fundamentales (MF), las cuatro condiciones de posibilidad para una existencia plena que busca desde la una metodología fenomenología que la persona pueda responder a cada una de las condiciones: en la (1ª MF) ¿puedo ser aquí?, en la (2ª MF), ¿puedo dejarme afectar por lo valioso? ¿puedo gustar la vida?, en la (3ª MF) ¿si puedo aparecer personalmente, auténticamente? ¿es coherente a mí?, y en la (4ª MF) ¿para qué estoy aquí? ¿Qué contribución puedo hacer al mundo? Este marco estructural del AE promueve que en el acompañamiento se vivencie como un proceso dialógico, más atento a posiciones y actitudes que a etiquetas diagnósticas.

**Primera Motivación (1ª MF) Poder-ser aquí y a responder ¿Puedo ser aquí?** El punto de partida consiste en reinstalar el poder-ser basal. Para el AE, “el fundamento de todo ser movido es un poder” y “el poder construye el puente al ser” (Längle, 2015).<sup>55</sup> Antes de cualquier camino, la consultoría ofrece la ayuda a que la persona fortalezca o recupere un mínimo ‘poder-ser-aquí’, capaz de sostener la situación o crisis de su contexto.

En concreto, el poder-ser se torna praxis en la respuesta específica de la 1ª MF, el aceptar y soportar. Este Poder, se manifiesta en su ser corpóreo el yo y el ser físico del mundo: es la capacidad de poder dejar-ser para que el *Dasein*<sup>56</sup> se abra a la realidad situada. Se hace presente este poder como ejemplo ante las enfermedades graves o al estar impedido. Poder responder a la existencia que “estoy aquí” es el primer hecho ineludible.

---

<sup>54</sup> Pág. 9.

<sup>55</sup> Pág. 1.

<sup>56</sup> Dasein en el Análisis Existencial (Längle) Längle recoge el término, pero lo aplica a la práctica existencial: el Dasein se traduce en la pregunta fundamental de la primera motivación existencial: “¿Puedo ser en este mundo, con lo que hay y con lo que soy? “El poder-ser es el fundamento de toda motivación y se vive siempre como poder-estar-aquí (Dasein-können).” (Längle, 2013, 21).

En otras palabras, el Poder-ser y cómo se articulan estas dos actividades como señala (Längle, 2015) primero el soportar; que se refiere a tener la fuerza para percibir la realidad y soportar la amenaza, y segundo el aceptar; que esta referido a tener las condiciones para lograr la aceptación de lo fáctico, como describe Längle, (2000) “es el primer paso” de responder el “sí” a la vida. Es volver a uno mismo, un apoyarse en uno mismo, que se expresa con el gesto de las manos abiertas, es un acto de desasimiento, es permitir que el otro pueda, con serenidad y que finalmente es un aceptar fundamental para la existencia, decir un sí al ser y al mundo.

Para que aceptar y soportar sean viables, el AE destaca tres condiciones concretas: “se requieren tres condiciones para poder aceptar y soportar algo: protección, espacio y sostén” (Längle, 2015)<sup>57</sup>. La protección asegura las vivencias de ser aceptado; el espacio es el poder tomar distancia, respiración en tanto físico como psíquico; el sostén surge del acompañamiento y de apoyos internos y externos es tener piso o suelo.

Sin estas tres condiciones, suelen aumentar y desarrollar las defensas automáticas de defensa: “Si no son dadas las condiciones para poder-ser se establecen reacciones completamente por sí misma ‘reacciones de Coping o de protección’” (Längle, 2015).<sup>58</sup> La consultoría hace frente a los Coping, de manera que las reconoce como recursos de supervivencia y facilita que la persona las decante hasta que sea posible retomar una posición libre y responsable en su manera de percibir ante su contexto.

Además, de lo mencionado es relevante que este poder-ser se fortalezca y cimente la confianza fundamental o confianza en el mundo. Que se refiere a qué me trasciende, es el último fundamento de toda confianza, “es el acto de entregarse al “ultimo sostén en el Dasein, a eso que a uno se le ha mostrado y muestra como el Fundamento del Ser.” (Längle, 2015).<sup>59</sup> Un sentimiento que ya estaba antes de mí y seguirá si muero como una potencia originaria en mí como en el mundo, lo experimento de modo vivenciable y sensible a lo largo de toda la vida desde mi Dasein, en que se consideran todas las formas relacionales ya descritas, y que se experimenta ante un principio más grande, de carácter trascendental en donde la persona se siente anclada, con una pertenencia más profunda en donde el poder creer actitudinalmente o como un acto de fe y que para los creyentes religiosos se refiere sobre la experiencia de fe de Dios que da sostén al Dasein subjetivo.

---

<sup>57</sup> Pág. 25.

<sup>58</sup> Pág. 11.

<sup>59</sup> Pág. 53.

El sentimiento y actitud de dar respuesta profundamente a la 1ª MF es el asombro, con la apertura y confianza de abrazar la vida en esta condición.

**Segunda Motivación (2ª MF) es la relación con el valor de la vida ¿me gusta vivir? ¿es bueno que yo exista?** Una vez asegurado el poder-ser, el AE abre a poder vivenciar la afectividad y el valor ante la fuerza de la vida. “La vida se realiza solamente en el curso del tiempo, el tiempo produce espacio para los sentimientos. Asimismo, la vida se realiza solamente en relaciones, en las cuales tengo tiempo y vivencio cercanía y así produce sentimientos en mí. Sólo así vivenciamos la vida” (Längle, 2006)<sup>60</sup>. En consecuencia, las condiciones que permiten el “gustar la vida” son la relación, el tiempo y la cercanía, que son un marco en donde la vida puede pasar o tocar de nuevo. Es decir, el comprender y reconocer que en la vida “necesito una relación con los otros y con esa vivencia de que algo fluye en mí.” (Längle, 2006).<sup>61</sup>

En efecto, es importante el gustar, que es libre y que lo descubro en la medida que me abro a la pregunta ¿cómo es la vida?, ¿está buena así para mí?, aquí se refiere, por una parte, al valor de la vida, al sentimiento de valor o de los valores (fuerza desde afuera) con lo que llevo a establecer en las relaciones el acercamiento con la vida. Lo que se manifiesta es el valor fundamental con la vida, la que conlleva una apertura interior, deviene a mí la fuerza vital que está en mí. En la que declaro ante mi vida que soy capaz de relacionarme y con ello de amar y de sufrir. Para el AE reconocer los sentimientos y el valor afectivo en que se comprende, como “en el sentimiento vibra mi vida. Tener un sentimiento significa haber sido tocado por algo, por ende, donde hay sentimiento hay un valor” (Längle, 2006).<sup>62</sup> Así, cuando aparece un sentimiento, lo que se busca no es suprimirlo sino comprender qué valor está siendo tocado.

El “Sí” a la vida para Längle,<sup>63</sup> tiene tres características que fundamentan las condiciones explicadas para tener una relación con la existencia:

- Emocionalidad: dimensión emocional y afectiva de vivenciar o sufrir como intercambio en la relación fundamental con Ser/estar aquí.
- Cambio y transformación: el crecer, madurar, morir; cansarse-fortificarse etc. que habla del fluir, características de la vida. (tiempo) que requiere cuidado y cultivo.
- Fuerza vital: se manifiesta las ganas y alegría de vivir que es la naturaleza de ser humano.

---

<sup>60</sup> Pág.30.

<sup>61</sup> Pág. 2.

<sup>62</sup> Pág.60.

<sup>63</sup> Längle A. (2006) Pág. 47, (cf. Längle, 2004).

Cuando la vida está impedida y aparece el sentimiento profundo de me quita vida y siento la amenaza del valor de mi vida, surgen las reacciones de Coping del no gustar, (actúan psicodinámicamente sin toma de posición) las que ayudan a alivianar determinadas situaciones momentáneamente de reacciones de defensa ante el disgusto de vivir, cuando se ha perdido el gustar la vida aparece la depresión.

En el caso de la vivencia ante las pérdidas o dolores, el camino no es la evasión sino, el duelo entendido como un acercamiento como lo comprende el AE el “Duelo: es la forma más madura de manejar la pérdida, consiste en acercarse a la falta de valor de la vida y así dejarse tocar” (Längle, 2006)<sup>64</sup>. Activar el duelo y atravesarlo repara la relación de valor y devuelve la energía para el vínculo y la tarea, busca dar aceptación a la realidad perdida. Y, por último, señalar que el sentimiento de gratitud en la 2ª MF, es la actitud profunda de responder en cuando se haya un gran valor. (Längle, 2006).<sup>65</sup>

**Tercera Motivación (3ª MF) “¿tengo derecho a ser yo mismo?”** “La necesidad y la tarea de ser uno mismo, es decir, la autenticidad ante uno y ante los demás como también el de ser legítimo como tal ¿este soy yo? Aquí se juega la identidad y el valor de sí mismo. ¿Puedo ser yo misma? ¿es lícito para mí? Para adentrarnos en el valor de sí, es importante el autoconocimiento de sí mismo, la ética.

Aquí habla de ser persona en relación. El foco ahora es que aparezca lo propio y permanezca en diálogo con el mundo. El modo es la contemplación y el aprecio para ver y dejarse ver a distancia de manera justa, honrando la dignidad. Es considerar tomar distancia, es recogerme en mí mismo, es condición para el encuentro. Es contemplar el ver al otro y dejarse ver, es reconocer la diferenciación y estabilidad de este campo de relación y encuentro, nace una intimidad (Längle, 2013). Este modo de estar cimenta el terreno de la autoestima, definida brevemente como “aprecio por el Yo” (Längle, 2013)<sup>66</sup> y desarrollada como acuerdo interno el poder “estar de acuerdo con uno mismo; yo soy bien para mí” (Längle, 2013).<sup>67</sup>

En este nivel puede que emerjan miedos finos que pueden frenar lo personal el temor a la pérdida del vínculo, a herir o ser herido y a lo embarazoso, “porque se muestra algo propio” (Längle, 2013)<sup>68</sup>. Por ello, los límites se trabajan como protecciones del sí en cada ‘no’ guarda un ‘sí’ a algo

---

<sup>64</sup> Pág.16.

<sup>65</sup> Pág.54.

<sup>66</sup> Pág.51.

<sup>67</sup> Ídem.

<sup>68</sup> Pág.6.

valioso. En definitiva, la autoestima para Längle, es “Ser alguien porque se es capaz de vivenciar y generar cosas valiosas.” (Längle, 2013).<sup>69</sup> Esto habla de una doble fundamentación: la primera se refiere a una autoestima personal, capaz de vivenciar valores, el que es bueno que yo exista, y la segunda una autoestima existencial de hacer cosas buenas, la influencia sobre el mundo que apporto, saber que soy autor de una acción en positivo.

Igualmente, existen las condiciones externas en la formación de inducción de la autoestima: Recibir consideración, recibir trato justo y recibir aprecio.

Por otra parte, están las condiciones internas -de adentro- en la conformación del yo de la autoestima:

- a. Auto-percepción: se requiere autodistanciamiento para reconocer y ver los límites y mantener consigo la autoimagen.
- b. Tomarse en serio: darse un trato justo, saber relacionarse consigo mismo saber estar consigo, se expresa la autenticidad.
- c. Juzgarse y apreciarse: Toma de posición hacia sí, juicio sobre sí mismo, delimitarse de lo negativo esto permite el fortalecimiento del yo y forja la autoridad (se considera internamente, da sostén.).

En cuanto a la persona, el AE entiende como la dimensión espiritual del ser humano, aquello que lo hace libre y distinto de lo meramente psicofísico. Para Frankl<sup>70</sup>, la persona es “lo libre en el ser humano”, en contraposición a lo determinado causalmente en lo biológico o psíquico. Esto implica la capacidad de auto-distanciamiento (separarse de impulsos o condicionamientos inmediatos) y de abrir un espacio interior de conciencia, intimidad y responsabilidad. Ser persona significa ser alguien -no algo-, es capaz de diálogo, de tomar posición y de poder orientar su existencia en la búsqueda de sentido.

La persona se realiza y actualiza, ósea crece y se pone en marcha su dinámica a través de proceso del AEP (Análisis Existencial Personal) que es el método psicoterapéutico procesal para movilizar las dinámicas de la persona (las vivencias bloqueadas o agobiantes). Se estructura en tres pasos fundamentales en que implica: Interpelar - Comprender - Responder. Y los pasos metodológicos son: 1. Impresión: recibir lo que llega desde fuera o desde dentro (sensaciones, sentimientos, vivencias). 2. Toma de posición: interiormente, la persona comprende, observa, lo que ello dice en mí evalúa y define su querer, ejercitando conciencia, opinión y voluntad. 3. Expresión: la respuesta se exterioriza, mediada por filtros de pudor, razón, modalidad y criterio y tiempo. Este

---

<sup>69</sup> Pág.52.

<sup>70</sup> Längle, A. (2013) La 3ª Motivación Fundamental de la Existencia. Libro de texto de Formación en Análisis Existencial. Pp.61-125.

proceso permite que la persona se realice, ya sea actuando desde sí misma o recibiendo ayuda de otro que active sus capacidades.

Con respecto a la conciencia, se concibe como el órgano espiritual que percibe lo “correcto” y orienta éticamente. Es un sentir fenomenológico que no se limita a normas externas (superyó), sino que constituye un juicio interior e íntimo es un sentir más profundo de concordancia que posibilita autenticidad y libertad moral.

Además, señalar lo que brinda coherencia a la persona es el sí mismo que se comprende por el AE como lo reflexivo “de mí” o “perteneciente a mí” (Längle, 2013),<sup>71</sup> es la interioridad que articula rol, identidad y autenticidad. Se fortalece cuando la persona puede brindar opiniones, tomar posiciones y establecer actitudes.

Y, por último, en la 3ª MF es relevante describir como se aparecen y se desarrollan en el AEP los movimientos antropológicos en el proceso de llegar a ser persona, son tres conceptos centrales:

- i. Auto-distanciamiento (AD)<sup>72</sup>: la capacidad de tomar perspectiva sobre uno mismo, no quedar reducido a condicionamientos o emociones inmediatas. Es poder ganar libertad ante uno mismo como señala Frankl.
- ii. Auto-aceptación (AA)<sup>73</sup>: reconocer y afirmar la propia realidad, con luces y sombras, integrándola sin negación. Es permitir que siga siendo sujeto, el aceptar mis condiciones, y dejarme ser. Esto implica cultivar la relación conmigo, cuidarme (me soy confiado a mí mismo.)
- iii. Auto-trascendencia (AT)<sup>74</sup>: ir más allá de sí mismo, orientada hacia afuera, que se entrega totalmente a algo amorosamente: a valores, causas o personas, realizando la dimensión de sentido. Esto implica la apertura al mundo.

Estos movimientos son expresiones de la libertad personal y se integran en la formación ética, que implica delimitarse, tomar posición y responsabilizarse de las propias decisiones. En esta condición se vivencia el sentimiento y actitud de la dignidad como respuesta a la pregunta de sí mismo en lo genuino y auténtico de ser.

---

<sup>71</sup> Pág.131.

<sup>72</sup> Ídem Pp.100-107.

<sup>73</sup> Ídem Pp.108-109.

<sup>74</sup> Ídem Pp.112-113.

#### **Cuarta Motivación (4ª MF) vivir con sentido y dar respuesta con un “sí”.**

La 4ª MF introduce el giro existencial que se comprende: “el ser humano significa estar siendo preguntado; vivir es dar respuesta” (Längle, 2022)<sup>75</sup>. En lugar de preguntar qué se espera de la vida, el AE formula una pregunta de apertura: “¿Qué queda por hacer aquí y ahora?”. Entonces se experimenta que “el mundo me llama, soy llamado” (Längle, 2000)<sup>76</sup>. Se trata entonces de una necesidad práctica y concreta que se transforma en un imperativo a responder cuando percibo, valoro y reconozco una necesidad en el contexto en el que me encuentro. Esta capacidad de respuesta requiere equilibrio en las tres motivaciones anteriores -poder, gustar y permitir- que constituyen un camino de madurez y de consolidación permanente. Gracias a ellas se puede responder con libertad y apertura, dejándose interpelar y sintiéndose preguntado.

Esto permite que puedo relacionarme con el devenir y encontrar el sentido, el “para qué”, como señala Längle (2000)<sup>77</sup>: “cuando yo he hecho algo bueno, experimento una realidad buena, justa; es sentir una vida esencial y existencial.” Para que esta búsqueda del para qué se viva de forma libre y responsable existen tres condiciones básicas:

- i. Campo de acción: un espacio donde se es útil y necesario.
- ii. Vinculación con un contexto mayor: estar al servicio de algo más grande (familia, fe, comunidad).
- iii. Valor proyectado en el futuro: lo que se hace deja huella.

En concreto, decidir en serio exige inscribir cada acto en un horizonte mayor (familia, trabajo, comunidad) y distinguir entre lo posible o agradable y lo que verdaderamente debe ser en esa situación. El AE define el sentido existencial como “la posibilidad más valiosa en una situación” (Längle, 2022)<sup>78</sup>. Cuando el eje del sentido se pierde, aparecen acciones vacías y carentes de dirección se denomina vacío existencial que no es patológico, pero si tiene importantes resonancias que amenazan la vida y la existencia. Esto requiere ser abordado en la psicoterapia y consultoría con los recursos de intervención y fortalecimiento, el AE integra dos métodos: el Método de Fortalecimiento de la Voluntad (MFV), que desbloquea el querer y apoya la ejecución de lo decidido; y el Método de Búsqueda de Sentido (MBS), que amplía horizontes, ordena niveles y orienta la respuesta. El AE busca revertir ese automatismo conjugando libertad y realidad. No se

---

<sup>75</sup> Pág.9.

<sup>76</sup> Pág.19.

<sup>77</sup> Pág.19.

<sup>78</sup> Pág.64.

trata de una libertad omnipotente, sino situada, pues “la libertad humana es limitada. La libertad aparece sólo ante algo que está ahí” (Längle, 2022).<sup>79</sup>

Es importante enriquecer la comprensión de la búsqueda de sentido que involucra a los valores como “sustancias portadoras de sentido” (Frankl). Allí donde hay algo valioso, puede haber sentido. Frankl, siguiendo a Scheler, distingue tres categorías de valores<sup>80</sup>:

- Valores vivenciales (receptivos): consisten en recibir lo valioso del mundo (naturaleza, arte, encuentros humanos). No es tomar por necesidad, sino recibir como don. Ej.: leer un libro, un paseo, una conversación, disfrutar una comida.
- Valores creativos (productivos): implican dar algo al mundo mediante obras o actos. Pueden ser grandes creaciones o gestos cotidianos (cocinar, ayudar, conversar). Se distinguen en: Crear una obra (lo material). Asentar un acto (posición, decisión, acción relacional). Y ambos enriquecen el mundo y sostienen la vida.
- Valores actitudinales (de posición): se actualizan frente a lo inevitable e inalterable (pérdida, destino, límites). Cuando ya no es posible actuar o crear, el sentido depende de la actitud con la que se enfrenta la situación, conservando la dignidad y la libertad interior.

El sufrimiento inevitable plantea la crisis del sentido es cuando ya no se puede vivenciar ni producir valores, surge la pregunta: “¿para qué sufrir?” (Nietzsche). La clave está en la libertad interior al decidir si llevo el sufrimiento, cómo lo llevo y para quién lo llevo.

- Si: aceptar o no la carga del sufrimiento (campo de acción).
- Cómo: decidir la manera de afrontarlo (queja, silencio, cuidado de otros, resiliencia).
- Para quién: orientar la actitud hacia otros, hacia uno mismo, hacia los que nos precedieron, o hacia Dios.

Esto permite que incluso en el dolor, el ser humano conserve su integridad y pueda transformar la experiencia en aprendizaje o testimonio. Vivir con sentido señala Längle (2008),<sup>81</sup> quiere decir flexibilidad en la percepción de los valores, por lo se comprende, como “sentido es que en cada caso el Sentido concreto de una situación concreta”.

El sentido también se proyecta hacia adelante a contribuir al desarrollo, conservación o protección de un valor. La religión, en este marco, se convierte en un gran patrón de sentido y esperanza trascendente. Frankl distingue implícitamente dos niveles:

---

<sup>79</sup> Pág.96.

<sup>80</sup> Pp 57-63

<sup>81</sup> Pp. 57-58.

- Sentido existencial: la posibilidad más valiosa aquí y ahora.
- Sentido ontológico (o súper-sentido): el “para qué” último del ser y de la vida, imposible de conocer del todo, pero ante el cual se toma una decisión vital de vivir como si la vida tuviera sentido último o no.

En definitiva, cada persona, desde la fe, la razón o la actitud, asume una postura frente a esta pregunta.

Este marco presentado de las cuatro motivaciones fundamentales se hace especialmente evidente en situaciones límite, como el final de la vida. Allí la 4ª MF no añade técnicas, sino una disposición existencial para responder con sencillez y respeto a lo que la situación pide un modo de *Dasein* que exhorta la presencia en el acompañamiento y el cuidado de lo esencial.

## Anexo 2: Escrito de María

### “Te Vi pasar”

(agosto 2001)

Ibas por la creación  
cuando te vi pasar,  
vestida de sol  
mecida por el viento!  
Eras tan bella  
que retuve el aliento!  
y dije tu nombre  
por primera vez...

Pasó el tiempo,  
y tu anidaste en el universo.  
Creciste enredada  
en bosques sagrados,  
sucia de arenas y trumados,  
pies descalzos, trenzas al aire,  
ríos sonoros de piedras,  
risas de primo, entre uvas y sandías.

Hoy, crecida y bruñida  
por la vida,  
caminas a tu plenitud,  
mirando hacia el sol poniente  
en el ocaso de la tarde...

Ahora, estamos juntos,  
en el universo y en lo más  
profundo de tu alma...,  
hasta ese instante,  
en que vuelva a murmurar  
tu nombre, y seamos Uno  
en toda la Creación!

María C.