**TALLER SOBRE LA MORT
Jornada de Formació d’ACO 3 desembre 2022**

1. Qui soc
2. La malaltia del Ramon
3. La meva experiència sobre la mort
4. Que m’ha aportat
5. Mort tragèdia o alliberament. Bona mort
6. Com creus que hauríem de preparar o afrontar la nostre pròpia mort ?

1.- Em dic Paquita, tinc 68 anys, fa tres anys estic jubilada. He treballat com a metgessa durant 42 anys a l’Hospital de Martorell. Fa 8 anys va morir el meu marit. Tinc tres fills i una neta. El meu fill gran és Síndrome de Down i actualment té 40 anys. Actualment vivim tots dos. Remarco això perquè crec que és una dada important en les meves vivències posteriors.

2.- En *Ramon e*l meu marit era una persona molt forta i sana i mai fumador. Als 60 anys li van diagnosticar un càncer de pulmó metastàtic d’origen genètic i des del primer moment li van dir que no es podia operar ni curar. Tenia dues opcions, fer quimioteràpia o entrar en un estudi amb uns fàrmacs que en aquell moment encara eren experimentals. Que cap de les dues opcions eren curatives sinó que el que farien seria allargar al màxim la vida. Va tenir la sort de poder fer aquest tractament nou, que consistia en prendre unes pastilles dos cops al dia sense quasi efectes secundaris. Això li va permetre poder fer vida normal amb bona qualitat de vida durant tres anys (treballava, cantava, anava a la muntanya, etc.). Als tres anys se li va escampar cap el cap i va ser el principi del final, va viure tres mesos fent radioteràpia amb empitjorament de la qualitat de vida però lluitant perquè fos el màxim de normal. El final-final va durar una setmana. Havia deixat preparat la cerimònia del seu enterrament i el recordatori.

3.- La mort en la meva vida ha estat molt present. A la feina, família i amics. He viscut i acompanyat morts molt properes: pares, germà, amics molt propers.

- la majoria d’aquestes morts han estat anunciades, però algunes també sobtades. NO és el mateix viure una mort per la que t’has pogut preparar que una mort sobtada. En el nostre cas vam poder preparar-la durant tres anys.

- vam anar incorporant a la vida quotidiana, a la vida normal aquesta incertesa de la malaltia sense cura, amb un final anunciat però incert en el temps.

- el Ramon va iniciar un treball intens sobre la malaltia (el càncer), la mort. Va fer un creixement espiritual molt gran. Va buscar bibliografia, va contactar amb professionals de l’espiritualitat, va fer retirs. Va començar a fer meditació i es va crear un grup de meditació a Santa Maria. Jo al seu costat anava creixent també espiritualment.

- un altre aspecte del procés, va ser el compartir. Va compartir molt, amb mi, els fills, la família, amics i grup de rdv. Va començar a escriure totes les seves vivències i experiències.

4.- Me’n he adonat de que ell liderava la meva espiritualitat. Jo em deixava portar perquè hi estava d’acord, però gairebé mai havia de decidir. En faltar, vaig haver de començar a decidir per mi mateixa moltes coses, *inclús el que fa referència a la meva Fe*.

- que malgrat tot hem estat uns afortunats, de com va anar tot i com ho vam poder viure

- sentiment de gratitud

-em sentia una mica malament per pensar que jo tenia la sort de quedar-me amb la millor part: la de seguir vivint. Gaudint de la vida i dels meus fills, que em podria “refer”. És això una valoració de la vida????

- el seu testimoni de vida compromesa m’esperona a comprometre’m. Sempre deia que quan es jubilés es presentaria per president d’ACO

- arrel de la seva mort, la nostre filla “diu” que ha deixat de creure. No sé com afrontar-ho i em sap molt de greu no ser capaç de fer-ho

- por a morir per tot el tema familiar de l’Andreu i la “càrrega” que deixo als meus altres fills. Tot i que això ha afavorit algunes converses, al respecte, amb ells. Por a deixar “de gaudir de la vida”

- jo havia planejat un final (amb la meva experiència laboral, els meus coneixements, les meves teories idealitzades, etc.) Un final que parlaríem, ens acomiadaríem, que parlaríem del futur... però va ser tot al revés. L’última setmana no va parlar i jo tampoc. Això encara ara em fa reflexionar de si ho vaig fer bé o malament, de que la vida escapa als nostres plans, del respecte, *del que és acompanyar*

5- La mort sobtada o inesperada és una tragèdia. Un procés de malaltia que porta a la mort no deixa de tenir una part de tragèdia, però com diu la paraula és un procés i et permet fer un procés per preparar-te per tenir una bona mort i en aquest procés sovint al final la mort pot ser un “alliberament”.

6- Crec que és un tema molt complicat. Com he dit abans jo en el fons pensava “jo em quedo”. És difícil pensar en la pròpia mort. Imaginar que el que ha passat o està passant a un altre, ens pot passar a nosaltres.

Potser és important no ocultar-la. Parlar-ne, normalitzar-la, fer-la present en la vida. Pensar-hi ........

Des del punt de vista pràctic, intentar resoldre els temes que ens preocupen al pensar-hi: tant temes logístics com qüestions pendents amb altres persones...

Però crec que només ens hi podem preparar per aconseguir una bona mort (una mort amb pau) des de la nostra vivència espiritual més intima.

I jo em pregunto : podem passar per aquesta experiència quan no sentim la mort a prop? JO vaig compartir el camí amb el Ramon però crec que encara no estic preparada per la meva mort.