

## Una experiencia cercana a la muerte

### A near-death experience.

Ruiz-Argüelles GJ

"Uno se puede morir en cualquier momento, me dijo, y no volver jamás a la tierra que te vio nacer" (Alberto Palacios).

Las experiencias cercanas a la muerte son percepciones del entorno narradas por personas que han estado a punto de morir o han pasado por una muerte clínica y han sobrevivido.<sup>1-3</sup> Para algunos, las experiencias cercanas a la muerte son la prueba de que la mente se separa del cuerpo físico que actúa como mero soporte natural, para dirigirse a otro reino. Según Moody,<sup>2</sup> los pacientes que han asegurado vivir este tipo de fenómenos coinciden en un patrón general de varias fases consecutivas, aunque no todos completan este itinerario y muchos sólo atraviesan por algunas:<sup>1</sup>

1. El paciente siente flotar sobre su cuerpo, y ve el dormitorio, el quirófano o el lugar en el que se encontraba e incluso escucha la declaración de su propio fallecimiento.
2. Despues siente que se eleva y que atraviesa un oscuro túnel mediante una escalera o flotando en el vacío, y con una relativa rapidez.
3. Ve aparecer una figura al final del túnel (que suele describirse como hermosa, blanca o transparente); a veces hay paisajes, voces o música.
4. El paciente pasa a ser espectador, no siente dolor ni molestias: sólo percibe paz interior.
5. Algunas personas, sin embargo, aseguran haber tenido experiencias terroríficas en el más allá.
6. Familiares o amigos difuntos van a su encuentro.

Centro de Hematología y Medicina Interna de Puebla, Puebla, México. Laboratorios Ruiz, Puebla, México. Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla, Puebla, México.

**Recibido:** 13 de diciembre 2017

**Aceptado:** 18 de diciembre 2017

**Correspondencia**

Dr. Guillermo J Ruiz Argüelles  
gruiz1@clinicaruiz.com

**Este artículo debe citarse como**

Ruiz-Argüelles GJ. Una experiencia cercana a la muerte. Hematol Méx. 2018 ene;19(1):54-55.

7. Aparece una presencia o voz que se define en función de las creencias religiosas del paciente y se establece un diálogo sin palabras con ese ser que parece conocer todo sobre el moribundo.
8. Se presenta una visión global pero íntegra de lo vivido, como si viese "su película"; el modelo más ajustado para describirlo según los testimonios es como el de una sucesión de filminas de momentos sueltos de la vida, no necesariamente importantes.
9. Tras esta revisión se lleva a cabo una evaluación ética de las experiencias.
10. El sujeto se ve delante de un obstáculo o "frontera" y toma conciencia de que aún no ha muerto, y aunque sigue sintiendo paz y tranquilidad indescriptibles y acoedoras, se da cuenta, y también eso le indican sus acompañantes, de que debe volver.
11. Verdadero retorno a la vida terrena, acompañado de un sentimiento de pesar por no ser capaz de permanecer en el más allá, y una sensación de sufrimiento para volver a su cuerpo físico.
12. Miedo para informar de la experiencia a los demás por temor a no ser creído, pero al mismo tiempo el deseo de hacerlo como un deber de compartir algo muy valioso e importante.
13. Desaparición del miedo a la muerte; no desea morir, pero ahora se contempla la muerte como una transición feliz a una realidad superior.
14. Mejora sustancial de los valores en que se vive la vida, colocando como el objetivo principal el amor, la coexistencia con todos los seres y la búsqueda de la armonía con ellos.

Cada experiencia cercana a la muerte, por lo general, tiene estos aspectos, aunque no necesariamente todos. Tras este proceso, quienes lo han experimentado pierden el miedo a la muerte; no desean morir, pero se toman las cosas con más calma, serenidad y filosofía y, en cierta medida, son mejores personas, se preocupan más de los demás y aseguran ser más felices.

El 7 de noviembre pasado tuve la ocasión de vivir una experiencia cercana a la muerte después de un accidente doméstico. Tuve necesidad de permanecer en la Unidad de Terapia Intensiva y la habilidad, sapiencia y buenos oficios de todos quienes colaboraron en mi tratamiento dieron como resultado la recuperación íntegra de mi estado de salud. Debo confesar que viví algunos de los puntos señalados con anterioridad, pero independientemente de describir detalles de los mismos me parece que el último, el número 14 es el que más repercusión ha causado en mi conducta. Pareciera como si fuera necesario dar un "golpe de timón", un cambio brusco de dirección a nuestras vidas habiendo tomado esta experiencia única e interesante que no todos podemos vivir. Sirvan estas líneas para manifestar mi agradecimiento a todos los que colaboraron en la recuperación de mi estado de salud: familiares, amigos, médicos, colegas, compañeros, alumnos, etc., y para agradecer que Dios me haya permitido quedarme con ustedes un ratito más después de haber vivido esta experiencia cercana a la muerte.

## REFERENCIAS

1. Nelson KR. Near-death experience: arising from the borderlands of consciousness in crisis. Ann N Y Acad Sci 2014 Nov;1330:111-9. doi: 10.1111/nyas.12576. Epub 2014 Nov 5.
2. Moody CFR. Vida después de la vida. Madrid: Edaf, 1977.
3. Auxémery Y. The "near-death experience" during comas: psychotraumatic suffering or the taming of reality? Med Hypotheses 2013 Sep;81(3):379-82. doi: 10.1016/j.mehy.2013.05.021. Epub 2013 Jun 17.