

“Si nuestra vida es lo más feliz posible, nuestra muerte también lo será”

Luis Arbea Aranguren

Psicólogo, filósofo y poeta

“Tras haberse jugado el tipo” en la presentación de su último libro, el 5 de marzo de 2020, este columnista de ‘Diario de Navarra’ vuelve con un ensayo breve y vitalista sobre la muerte. ‘Hora de partir. Un duelo anticipado’ trata de cómo al tener presente el inevitable final podemos llevar una vida mejor. “Atreverse a morir da vida”, asegura.

EVA FERNÁNDEZ Pamplona

Luis Arbea Aranguren (Pamplona, 1949) aborda en su última obra el mayor problema existencial del hombre, su propia muerte. Lo hace “con la máxima naturalidad, en un lenguaje coloquial, humilde y personal, y ofrece al lector algunas claves muy útiles para afrontar esta última etapa de la vida”. Por algo, es un encargo de su hija mayor, oncóloga desde hace 20 años; y, aunque de ninguna manera su autor quiere “prescribir nada”, Leire Arbea Moreno asegura que, al leerlo, “ha sentido una especie de alivio y paz interior, que le prepara (aunque aún sea joven) o al menos le reconcilia con la idea de morir”.

Vuelve, tras la pandemia, con este hermoso relato sobre la muerte. ¿Tuvo oportunidad de pensar mucho en ella en el confinamiento?
No. El tema de la muerte me ha rondado en la cabeza desde siempre. Además de mis antecedentes filosóficos, perdí a mi padre cuando él no había cumplido 60 años ni yo 17, y también a mi hermano mayor, de 63, cuando yo pasaba la cincuentena. Esta preocupación se acentuó especialmente a partir de cumplir los 70 años, porque perdí a un par de amigos. Así que era un tema que tenía ya muy trabajado.

Con el encargo de este libro, su hija demuestra una gran sensibilidad y amor por sus pacientes...

Ya lo creo. Precisamente por su trabajo, Leire vive con mucha proximidad la experiencia de la muerte y, a lo largo de los años, hemos mantenido muchas conversaciones sobre ella. Así que me pidió que pusiera por escrito todas esas reflexiones con el objetivo de transmitir esperanza a sus pacientes, pero también a todas las personas, y que sirvieran como último bálsamo para los que se quedan.

¿Por qué cree que el hombre actual vive totalmente de espaldas a su final, siendo algo inevitable?

Hace cien o doscientos años, la muerte se vivía de una forma mucho más natural; pero el progreso y la tecnología nos ha hecho pensar que somos todopoderosos, así que vivimos la muerte como un hecho injusto y aberrante. Sin embargo, la muerte es solo la otra cara de la vida.

¿En ese sentido considera que hay que humanizar la muerte?

Claro, si creemos que tenemos el derecho de no sufrir en toda la vida estamos apañados, porque sufrimos desde que nacemos... Como decía el poeta León Felipe, “¡Ay! es el verso más antiguo que conocemos”, ya que lo primero que hace el bebé al nacer es llorar...



El autor de ‘Hora de partir. Un duelo anticipado’, Luis Arbea, en el Nuevo Casino de Pamplona.

EDUARDO BUXENS

¿Qué habría que hacer entonces para volver a aceptar nuestra condición finita?

Sobre todo, ser un poco más humildes. Desde que nacemos empezamos a vivir, pero también a morir. Podríamos decir que la muerte es una enfermedad congénita, así que deberíamos empezar a olvidarnos del ‘yo’...

Lo que denomina ‘desyoización’ en el libro...

Sí, la forma psicológica de llamar a la humildad [ríe]. Estamos obnubilados por el mundo material y tecnológico, y nos estamos distanciando de nuestro yo auténtico.



‘HORA DE PARTIR. UN DUELO ANTICIPADO’

Autor: Luis Arbea

Editorial: Eunate, 2022

Número de páginas: 107

Precio: 12,50 euros.

Como también digo en otra de las páginas es como si el hombre mismo quisiera ser dios, ahora queremos ser inmortales...

Pero precisamente la pandemia ha puesto de manifiesto nuestra gran vulnerabilidad...

Ya... No quiero ponerme negativo, pero muchos pensábamos que íbamos a salir un poquito mejores de esta, y enseguida hemos vuelto a las andadas...

¿Por qué lo dice?

El gen egoísta se ha impuesto al gen altruista. Igual tienen razón algunos y es puro instinto de supervivencia o un mecanismo de de-

EN FRASES

“El progreso y la tecnología nos ha hecho creernos todopoderosos y ver la muerte como algo injusto y aberrante; pero es solo la otra cara de la vida”

“Podemos transformar la nostalgia en algo positivo, donde prevalezca lo que hemos ganado en lugar de lo que hemos perdido”

“Me gustaría morir sin dolor, consciente y acompañado; porque, si no puedes despedirte, dejas un vacío enorme”

fensa, pero en esencia no hemos cambiado...

Como sucede con la muerte, tampoco en eso podemos ir contra nuestra propia naturaleza...

Veo mucha falta de humanismo en el mundo. Eso me entristece.

Vamos a volver entonces al positivismo del libro, en el que propone desarrollar “inteligencias dormidas” que nos ayuden a dignificar la vida y, en consecuencia, la muerte. ¿En qué consiste esa aparente paradoja de la ‘nostalgia creativa, positiva u optimista’?

La nostalgia es un sentimiento de por sí negativo. Añoramos la niñez, la juventud, todo lo que hemos perdido... Pero a ese sentimiento también podemos darle la vuelta, haciendo prevalecer la vivencia positiva de considerar todo lo que hemos ganado en el pasado. Así me he descubierto haciéndolo yo con mi hermano: “Hermano, hicimos y disfrutamos muchas cosas juntos, posiblemente nos dimos vida y ahora soy parte de ti. Gracias”. He pasado de la pérdida a la ganancia, al regalo de lo que viví con él y que ya forma parte de mí.

Vivir con intensidad el presente, ser agradecido, saber perdonar... son otras de las maneras que usted propone para recorrer dignamente nuestra vida y llegar en buenas condiciones al final. ¿Algo que parece tan sencillo como puede resultarnos tan complicado?

Como he dicho antes, somos egocéntricos. Entre lo que nos viene dado por naturaleza, la educación que estamos dando a nuestros hijos y el tipo de sociedad tan sofisticada y tan competitiva que hemos creado... Todo ello nos impide pensar más en los demás.

¿Cuál es el aspecto positivo del perdón?

El perdón no es, en puridad, una conducta razonable. Lo lógico y lo natural ante una ofensa o un daño recibido es desarrollar un sentimiento de rencor y unos deseos irrefrenables, comprensibles y legítimos de devolver el sufrimiento, es decir, de venganza. Pero realmente esta no acaba de ser tan placentera, catártica y reparadora como cabría suponer. Aunque nos cueste mucho, por el orgullo, el perdón nos libra de celos y de angustias. Si yo perdono, soy per-

DNI

Luis Arbea Aranguren nació en Pamplona el 21 de junio de 1949. Psicólogo, filósofo, poeta y profesor universitario, ha compaginado la práctica clínica con la actividad docente en la Universidad del País Vasco, la Pontificia de Salamanca y la UNED en Pamplona. Columnista habitual de ‘Diario de Navarra’, ha escrito dos poemarios (‘Sonatina en ámbar’, 1995; y ‘Ya próximo el invierno’, 2008) y varios ensayos (‘SOS... Conviviendo con la esclerosis múltiple’, 2009; ‘Inteligencias dormidas’, 2018; y ‘Siempre suspendo en libertad y otros relatos’, 2020). Está casado con Marijose desde hace 47 años y tiene dos hijas, Leire y Blanca, así como cinco nietas y dos nietos.

donado. Y aunque el perdón es siempre un acto de libertad, también puede argumentarse que “el que esté libre de pecado que tire la primera piedra”.

Por encima de todas estas, podríamos decir, ‘estrategias’, coloca usted el amor. El amor con mayúsculas, solidario y universal, hacia todas las personas que nos rodean...

Aún a riesgo de parecer un antiguo, el amor aparece en todas las filosofías, religiones y hasta revoluciones... La *fraternité* preconizada por la Revolución francesa no dejaba de ser un amor solidario y universal. Mientras prime la ‘pela’, el poder y el *glamour* iremos mal. El culto debe ser a la persona no al personaje.

El libro está lleno de valiosas confidencias y experiencias personales, algo que es necesario para entender el mensaje. ¿Le ha supuesto tener que vencer algún pudor?

En absoluto. Aunque hay personas que han agradecido mi valentía, yo no lo veo así. Todos estamos cargados de miserias y, a mis casi 73 años, no me importa tanto lo que digan de mí como lo que yo pienso de mí mismo.

Reconoce que durante años creyó que la mejor muerte era la que aparecía repentinamente, sin esperarla... Y sin embargo ahora aboga por una muerte sin dolor, pero consciente y acompañado. ¿Por qué ha cambiado?

Me he dado cuenta de que la persona que muere de repente no puede despedirse de los demás y eso les deja un vacío enorme. Por eso, con un poco de suerte, me gustaría morir sin dolor, consciente y acompañado.

Pero no se puede elegir la muerte. Así es, pero sí se puede vivir con la máxima dignidad posible. El libro en última instancia es un canto a la vida. Si nuestra vida es lo más feliz posible, nuestra muerte también va a serlo.

Por ello deja escrito su testamento emocional...

Eso es. Está dirigido a mi familia, en concreto a mis nietos, a quienes está dedicado el libro. En él hago repaso de toda mi historia, con mis defectos y con mi parte buena, y les digo: ‘Quedaos tranquilos, porque me voy con una sonrisa’.

Condolencias del Gobierno de Navarra por Tarsicio de Azcona

• El Ejecutivo le reconoce el “permanente nivel de calidad en la investigación” del historiador fallecido, Premio Príncipe de Viana 2014

DN Pamplona

El Gobierno de Navarra mostró sus condolencias a la familia y allegados por el fallecimiento el sábado de Jesús Morrás Santamaría, Tarsicio de Azcona, investigador e historiador navarro distinguido en 2014 con el Premio Príncipe de Viana de la Cultura.

El Ejecutivo recuerda que el galardón se le entregó “en reconocimiento a su dilatada carrera profesional, en la cual mantuvo un permanente nivel de calidad en la investigación, basado en el recurso a la documentación, la exhaustividad en su análisis y la sólida construcción de su discurso, presidido por la ecuanimidad en la interpretación de los hechos”

Tarsicio de Azcona, de 98



Tarsicio de Azcona, fotografiado en 2014.

J.A. GOÑI

años, estaba especializado en historia de la Iglesia española en tiempos de Enrique IV y de los Reyes Católicos y contaba con importantes trabajos sobre la orden de los Capuchinos, a la que pertenecía, y otros aspectos de la realidad eclesial. Su interés se

volcó, asimismo, sobre personajes de la historia. La Dirección General de Cultura recuerda que publicó recientemente el libro *De campesino a historiador. Apuntes biográficos*, elaborado por el capuchino navarro, sobre su vida personal y profesional.

TARSICIO DE AZCONA, CAPUCHINO E HISTORIADOR

ANÁLISIS

Juan Cruz Alli

SON muchas las órdenes religiosas en las que al separarse del mundo en su consagración a Dios los profesos se imponen un nuevo nombre al recibido en el bautismo. En la de los Hermanos Menores Capuchinos (OFM Cap.), reformados en 1528 de los Franciscanos (OFM), el apellido familiar se transforma en el lugar de origen. Jesús Morrás Santamaría, nacido el 25 de diciembre de 1923, se convirtió en Tarsicio de Azcona. Así lo hemos conocido en su larga vida religiosa, con su venerabilis barba *capucinorum*, tan respetada que si Mozart le hubiese conocido le hubiera dedicado, no una obra humorística con ese título, sino una sinfonía de admiración al religioso y al historiador.

El P. Tarsicio es un notable ejemplo de un hecho común en la Navarra de su infancia y juventud. Un niño de una familia numerosas del medio rural (Azcona en Yerri) al que el convento promociona hasta convertirlo en una persona cultísima, un religioso devoto y un historiador eminente y reconocido. La Iglesia, sus órdenes y congregaciones fueron el mayor medio de promoción y movilidad social en una sociedad rural de baja renta y pocos horizontes. Así fue durante generaciones hasta la transformación producida por la industrialización, tanto para los que se quedaron como para los que no lo hicieron, que salieron más educados y cultos con nuevas posibilidades personales y sociales.

Jesús Morrás fue de los primeros y, como reconocía, todo se lo debía a una orden que le formó hasta que se convirtió en el historiador y docente, cuyos méritos le hicieron merecedor del premio Príncipe de Viana de la Cultura de 2014. Además de la Historia de la Iglesia en la que se doctoró en Roma y su licenciatura en Zaragoza, realizó importantes aportaciones a la historia de España, particularmente a la reina Isabel de Castilla y su reinado tanto en los aspectos eclesiásticos como civiles. Su arraigo y vida en Navarra le hizo estudiar su valle de Yerri, las bulas de Julio II que justificaron por la autoridad papal la conquista de Na-

varra y la presencia capuchina en Navarra.

Su discurso de agradecimiento en la entrega del galardón a su vida y obra fue un testimonio de vida. Su presencia en el acto presidido por el entonces Príncipe de Asturias tuvo gran simbolismo. Un religioso con su mejor hábito, acompañado de varios de sus hermanos en religión, demostró agradecimiento a su tierra, pueblo e instituciones que le honraban. Lo hizo basada en su profesión religiosa y en su vocación intelectual, demostrando que, como hijo de S. Francisco de Asís, toda su vida fue de entrega a Dios y a los hermanos, aportando lo que podía darles, su conocimiento del pasado realizado con rigor en la investigación histórica sobre los textos y documentos originales, con honestidad intelectual, sin usos interesados, partidistas o políticos de la historia pasada desde el presente.

El P. Tarsicio había interiorizado hasta encarnarla la oración de S. Francisco y quiso ser siempre un “instrumento de la paz del Señor”. En su presencia serena, trato amable y hablar delicado expresaba afecto, amor y perdón; donde había discordia ponía unión; donde había desesperación ponía esperanza; donde había tristeza, ponía alegría. No buscó tanto ser consolado, como consolar. En su investigación “donde había error ponía verdad”, donde existía tinieblas, ponía luz. Por ello, más que “ser comprendido” y “ser amado” buscó comprender y amar. Como expresó el santo no era “un cobarde que teme la muerte. El Señor, por su gracia y misericordia, me ha unido tan estrechamente a Él, que me siento tan feliz para vivir como para morir”.

Muchas veces había proclamado el cántico al sol y a las ciaturas: “Loado seas, mi Señor, por nuestra hermana la muerte corporal, de la cual ningún hombre viviente puede escapar”. Ahora que a sus 98 años de vida fecunda se ha ido con ella a encontrarse con Dios y su Padre Francisco, sus hermanos, amigos y admiradores, le deseamos que sea premiado por renunciar a sí mismo y darse a los demás. Toda su vida estuvo convencido de que “es muriendo como se resucita a la vida eterna”, porque “tanto è il bene aspetto, che ogni pena mi è diletto”.

Juan Cruz Alli Aranguren es expresidente del Gobierno foral y “admirador” del fallecido