

Hace tiempo que (...) tocamos Marte, la Luna, aprovechamos la energía nuclear, reproducimos artificialmente el ADN, y ahora tenemos los medios bioquímicos para controlar los nacimientos; ¿por qué la propia muerte, "el último enemigo", debería considerarse sagrada y más allá de la conquista? [Alan Harrington, novelista, 1977 \(traducción de El inmortalista\).](#)

Tema del mes: Teoría de la gestión del terror

Introducción

La [Teoría de la Gestión del Terror](#) (TMT) fue desarrollada en los años 80 por Jeff Greenberg, Tom Pyszczynski y Sheldon Solomon.

Según estos autores, todos los seres humanos se enfrentan a dos realidades.

Por un lado, el ser humano, como todos los animales, tiene el instinto de protegerse y buscar la supervivencia. Por otro lado, tienen un mayor nivel de autoconciencia que les permite comprender, a diferencia de otros animales, que están vivos y que acabarán muriendo.

Esto implica innegablemente la frustración del deseo de seguir vivo. Esto es a la vez aterrador y motivador, y representa un conflicto psicológico central y único en el ser humano.

Pero esta teoría, ya [comentada en una carta](#) *La muerte de la muerte* en mayo de 2010, también nos enseña que el hombre, para afrontar el miedo a la muerte, ha desarrollado mecanismos de defensa. Sabiendo que no vamos a sobrevivir como individuos, nos identificamos con el colectivo, nuestros objetivos de supervivencia se convierten en objetivos colectivos. En una visión global, podríamos decir que todas las formas de arte, cultura, tradición, construcción colectiva a largo plazo participan en este mecanismo. Se trata de valorar la cultura a la que pertenecemos, lo que



Teoría de la gestión del terror | Octubre 2021 | N° 151 | La muerte de la muerte.

nos permite reforzar [nuestra autoestima](#) en la convicción de que como individuos contribuimos a construir este sentido.

Por desgracia, este mecanismo también tiene aspectos negativos. Al reforzar los valores del grupo, fomenta el rechazo de los que son diferentes. Aquí, como en otros ámbitos, el miedo es por tanto un mal consejero, un consejero para replegarse no en uno mismo, sino en su grupo.

¿Cómo ha influido Covid-19 en nuestra reacción ante la muerte?

La pandemia de coronavirus nos ha recordado lo vulnerables que somos, especialmente a medida que envejecemos. Un hecho que dejamos de lado cuando los tiempos son menos amenazantes.

En todo el mundo hemos visto solidaridad, pero también repliegue: algunos se han movilizado para ayudar a otros (por ejemplo, fabricando equipos de protección para los cuidadores u organizando eventos para recaudar fondos), otros han hecho acopio de latas y papel higiénico.

Algunos estudios recientes demuestran que la percepción de la amenaza (Covid-19) está relacionada con decisiones gubernamentales como la contención (si el gobierno contiene, [la enfermedad debe ser muy grave](#)) y con el número de casos notificados. El aumento del número de casos en algunos países estaría correlacionado con [el aumento del conservadurismo y el autoritarismo](#).

Sólo afecta a los humanos

Como ya se ha escrito, la conciencia de inevitabilidad es exclusiva de los humanos. Es posible que algunos animales sean conscientes de la muerte de sus congéneres y del riesgo que corren. De hecho, ni siquiera todos los humanos son conscientes de ello. Los niños pequeños suelen vivir una vida que les parece ilimitada, con alegría y sin aburrimiento.

¿Sería la naturaleza humana aprender a morir...

El sol y la muerte no pueden mirarse fijamente, escribe La Rochefoucauld. Filosofar es aprender a morir, como dicen al menos Sócrates y Montaigne. Ningún ser humano adulto consciente es indiferente a la inevitabilidad de su fin. Ante el paso del tiempo, sentimos, como al borde de un precipicio, miedo, pero también fascinación. Ninguna civilización se enfrenta a la muerte de nuestros semejantes sin un enfoque específico.

¿O es la naturaleza del hombre luchar siempre por superar la muerte?

Casi todas las civilizaciones, casi todas las religiones explican que la muerte no es el final del viaje. Desde una perspectiva agnóstica, la principal razón para creer en la vida después de la muerte es, por supuesto, lidiar con el miedo a morir. La búsqueda de la inmortalidad se encuentra en las creencias, las prácticas y los ritos. A veces son afirmaciones, conjuros. A veces son lo que podríamos llamar métodos "precientíficos", instrucciones para evitar la muerte o para hacer de ella un fenómeno temporal.

Para los taoístas, se trataba de [aprender](#) a vivir según métodos muy ascéticos. En el antiguo Egipto y en el cristianismo, tal como se enseñaba hasta hace poco, se trataba de preservar el cuerpo, mediante el embalsamamiento o el entierro para permitir el retorno, la reencarnación (vuelta a la carne). La Iglesia Católica se negaba a la cremación hasta hace poco.

Un mecanismo inconsciente

Este es un aspecto fundamental de la gestión del terror. Nuestras defensas están constituidas por lo que Ernest Becker llamó [La Negación de la Muerte](#). Ante lo insoportable e inevitable, desarrollamos procesos inconscientes. Si estos procesos fueran conscientes, perderían gran parte de su eficacia.

¿Y el día de mañana, en un mundo en el que la amortalidad se está convirtiendo en una posibilidad?

Vivir sin miedo insoportable es, por supuesto, un mecanismo deseable.

Teoría de la gestión del terror | Octubre 2021 | N° 151 | La muerte de la muerte.

Pero también puede ser un obstáculo en la lucha por una longevidad saludable, cuando los mecanismos inconscientes nos llevan a no luchar o incluso a "amar" la muerte (de la vejez). Los ideales colectivos se derivan de los sentimientos de pertenencia a grupos inicialmente opuestos. Hoy en día, nos permiten comportarnos en una comunidad cada vez más global para vivir de f

orma más pacífica, más solidaria y más sostenible, especialmente en la lucha contra el calentamiento global. Del mismo modo, el día de mañana, una mejor "gestión del miedo a la muerte" podría permitirnos avanzar más hacia una vida sana mucho más larga, o incluso un día sin límites de tiempo.

Las buenas noticias del mes

- Aunque se trata de un avance frágil, la mortalidad por la epidemia de Covid-19 está disminuyendo. Aunque el número de personas afectadas sigue aumentando, el número de muertes tanto [en Bélgica](#) como [en el resto del mundo está](#) disminuyendo, lo que demuestra la creciente eficacia de las vacunas preventivas y los tratamientos terapéuticos.
- Entre los tratamientos más prometedores para el coronavirus, [el molnupiravir está](#) proporcionando una esperanza renovada: se dice que el comprimido reduce a la mitad el riesgo de hospitalización o muerte en Covid-19.

Para más información:

- Véanse en particular: heales.org, sens.org, longevityalliance.org y longecity.org.
- [Fuente de la imagen](#)