

Experiencias Cercanas a la Muerte (ECM)



Aprendizajes para la Vida

Rubens Santini - Noviembre/2024
- Distribución gratuita -

Índice

<i>¿Qué es una experiencia cercana a la muerte (ECM)?.....</i>	<i>3</i>
<i>Dr. Raymond Moody Jr. escribió el primer libro sobre ECM.....</i>	<i>4</i>
<i>Los estudios de ECM de un cardiólogo holandés.....</i>	<i>5</i>
<i>La ECM de un médico estadounidense.....</i>	<i>8</i>
<i>Un neurocirujano escéptico que cuenta su ECM.....</i>	<i>10</i>
<i>La experiencia cercana a la muerte de C.G Jung.....</i>	<i>12</i>
<i>Las personas con discapacidad visual (ciegas y miopes) vieron claramente en sus ECM ...</i>	<i>14</i>
<i>Los niños y sus ECM.....</i>	<i>17</i>
<i>Los suicidas que fueron revividos nos cuentan sobre las ECM que experimentaron.....</i>	<i>20</i>
<i>Reportes de quienes pasaron por la Revisión de Vida.....</i>	<i>22</i>
<i>Lecciones aprendidas de las ECM.....</i>	<i>24</i>
<i>Cómo ayudar a quienes han tenido una ECM.....</i>	<i>26</i>
<i>No necesitamos pasar por una ECM para beneficiarnos de sus enseñanzas.....</i>	<i>28</i>
<i>Fuentes bibliográficas.....</i>	<i>30</i>
<i>Sobre el Autor.....</i>	<i>31</i>

¿Qué es una experiencia cercana a la muerte (ECM)?

Las "Experiencias cercanas a la muerte" (ECM) son informes de personas consideradas clínicamente muertas durante unos minutos (sin latidos del corazón ni signos de actividad cerebral), y que fueron reanimadas después de haber sido consideradas o declaradas muertas por sus médicos. El paciente refiere recuerdos de este período en el que estuvo físicamente inconsciente.

Las personas que han experimentado este fenómeno generalmente relatan una serie de experiencias comunes, descritas en estudios de Elisabeth Kubler-Ross (1967) y Raymond Moody Jr (1975), tales como:

- Un sentimiento de paz interior;
- La sensación de flotar sobre tu cuerpo físico;
- La impresión de estar en un segundo cuerpo, distinto del cuerpo físico;
- Pasando por un túnel hacia una luz;
- La visión de seres de luz (Espíritus);
- Una revisión de la propia vida desde el nacimiento hasta el momento presente;
- Que la comunicación en la espiritualidad es a través del pensamiento;
- Reunirse con familiares, amigos y mascotas que ya han fallecido;
- Renuencia a regresar a la vida terrenal.

Hasta alrededor de los años 60, este fenómeno cercano a la muerte era considerado por la ciencia de la época como una cuestión de imaginación del paciente, un efecto secundario de la anestesia, una falta de oxígeno en el cerebro o una interferencia de la educación religiosa. Sin embargo, en la década de 1970, investigaciones como las del médico Raymond Moody Jr. y la médica Elisabeth Kubler-Ross, especialmente después de la publicación de los best sellers "*Vida Después De La Vida*" y "*Sobre la muerte y el morir*", respectivamente, llevaron a la comienzo de una corriente de investigación en todo el mundo sobre el fenómeno cercano a la muerte.



Dr. Raymond Moody Jr. escribió el primer libro sobre ECM

El Dr. Raymond Moody Jr. nació en Porterdale, Georgia, Estados Unidos el 30 de junio de 1944.

Es psiquiatra, psicólogo, parapsicólogo y filósofo.

Se hizo muy conocido como autor de libros sobre la vida después de la muerte y las experiencias cercanas a la muerte.

Fue el creador del término "*Experiencia cercana a la muerte*" (ECM) en 1975, cuando publicó su best-seller "*Vida después de la Vida*".

Todo empezó cuando era estudiante de filosofía en la Universidad de Virginia, y en ese momento tenía veintidós años. Estaba participando de un seminario sobre temas relacionados con la muerte impartido por el profesor John Marshall.

Marshall había mencionado que conocía a un psiquiatra en la ciudad, su nombre era Dr. George Ritchie.

Y el Dr. Moody continúa con este informe, extraído de su libro "*Más allá la luz*":

"(...) que el Doctor George Ritchie había sido dado por muerto con doble neumonía y luego reanimado exitosamente. Mientras estaba "muerto", Ritchie tuvo la notable experiencia de atravesar un túnel y ver Seres de Luz.

Mi profesor comentó sobre esta experiencia que había impactado profundamente a este médico, quien estaba convencido de que le habían permitido espiar el más allá.

Francamente, en ese momento de mi vida, nunca se me había ocurrido la posibilidad de que pudiéramos sobrevivir espiritualmente después de la muerte física.

Siempre había creído que la muerte era la destrucción del cuerpo físico de una persona así como de su conciencia.

Naturalmente, me intrigó el hecho de que un médico respetado estuviera lo suficientemente convencido como para admitir públicamente haber tenido una visión del más allá.

Unos meses más tarde, escuché al propio psiquiatra describir su experiencia a un grupo de estudiantes.

Nos contó que vio su propio cadáver, de lejos, tendido en una cama de hospital, y luego se dirigió hacia una luz brillante que emanaba amor y que también revivió cada momento de su vida en un plano tridimensional.

Archivé la historia de Ritchie en mi memoria y continué con mis estudios, terminando mi doctorado en filosofía en 1969. Fue cuando comencé a enseñar en la universidad que me encontré con otras experiencias cercanas a la muerte.

Uno de mis alumnos casi había muerto el año anterior y le pregunté cómo había sido la experiencia.

Me sorprendió descubrir que había tenido un episodio casi idéntico al que el Dr. Ritchie había contado más de cuatro años antes.

Comencé a conocer a otros estudiantes que conocían otras ECM.

Cuando ingresé a la facultad de medicina en 1972, tenía no menos de ocho estudios de casos de ECM de personas sinceras y dignas de confianza.

*En la facultad de medicina descubrí más casos y pronto tuve suficientes estudios de caso para compilar "*La vida después de la vida*", que se convirtió en un éxito de ventas internacional.*

Claramente había una sed de saber qué nos sucede después de la muerte"

En este libro, el Dr. Moody informó más de 100 casos de ECM. Y dejó claro que sus estudios no eran científicos. Lo único que le importaba era entrevistar a estas personas, escuchar sus historias y publicarlas en el libro.

Después de la publicación de su libro y su enorme éxito, varios médicos/neurocientíficos comenzaron a investigar para probar científicamente los fenómenos reportados en las ECM.



Los estudios de ECM de un cardiólogo holandés

Uno de los primeros estudios clínicos sobre experiencias cercanas a la muerte en pacientes con paro cardíaco fue realizado por el cardiólogo holandés Dr. Pim van Lommel y su equipo médico.

Fue publicado en 2001 por la revista científica inglesa "Lancet", donde fue considerado el trabajo más importante sobre las ECM desde una perspectiva científica.

Estos estudios fueron publicados posteriormente en su libro "Consciousness Beyond Life".

Estos estudios se llevaron a cabo entre 1988 y 1992, donde se entrevistó a 344 pacientes, en 10 hospitales de los Países Bajos, que estaban clínicamente muertos y se sometieron con éxito a reanimación cardiopulmonar (RCP).

Según el cardiólogo, de los 344 pacientes estudiados que fueron reanimados exitosamente tras sufrir un paro cardíaco, 62 (18% del total) reportaron algún recuerdo durante el momento de la muerte clínica, 21 (6% del total) tuvieron una ECM superficial y 41 (12% del total) tuvieron una ECM significativa. De aquellos que tuvieron una experiencia significativa, 23 (7% del total) informaron una ECM profunda o muy profunda.

Los primeros estudios comenzaron cuando Van Lommel era estudiante de medicina. En ese momento él tenía la siguiente visión de la ECM:

"Mientras estudiaba la carrera aprendí que tal cosa es realmente imposible: estar inconsciente significa estar inconsciente, y lo mismo se aplica a las personas que sufren un paro cardíaco o a los pacientes en coma. En esos momentos es simplemente imposible estar consciente o tener recuerdos porque toda función cerebral ha cesado. En caso de paro cardíaco, el paciente está inconsciente, ya no respira y no tiene pulso ni presión arterial palpables".

El primer caso de ECM que experimentó el Dr. Van Lommel ocurrió en 1969, durante su residencia médica en una unidad coronaria holandesa.

En aquella época todavía no se hablaba de la terminología de las ECM.

Pim van Lommel participó en un equipo de reanimación (mediante desfibrilación, masaje cardíaco y respiración artificial), brindando atención a un paciente. Este proceso tomó alrededor de cuatro minutos.

Cuando el paciente recuperó su conciencia física, para sorpresa del equipo médico, el paciente estaba bastante enojado, ya que no quería regresar al cuerpo físico. Informó sobre un túnel, de seres de luz, un paisaje con colores maravillosos, un ambiente con mucha paz y amor.

Después de sus estudios de ECM, van Lommel informó lo siguiente:

"He llegado a la inevitable conclusión de que ciertamente el cerebro tiene una función facilitadora más que productiva para experimentar la conciencia. Al defender científicamente la conciencia como un fenómeno no local y por lo tanto omnipresente, tenemos que cuestionar el paradigma puramente materialista de Además, los estudios recientes sobre ECM parecen ser una fuente de nuevos conocimientos sobre la posibilidad de que nuestra conciencia continúe después de la muerte física".

En su libro *"Consciousness Beyond Life"* da un valioso testimonio:

"La ECM es una experiencia auténtica que no puede atribuirse a la imaginación, la psicosis o la falta de oxígeno. Después de una experiencia tan profunda, la personalidad de los pacientes sufrió un cambio permanente".



La ECM de un médico estadounidense

La Dra. Jean Renne Hausheer es una oftalmóloga, cirujana, científica y profesora estadounidense de la Universidad de Oklahoma.

En 1975, a la edad de 20 años, mientras estudiaba en la facultad de medicina, tuvo un síndrome llamado Gillain-Barré, una enfermedad autoinmune que afecta al sistema nervioso (el sistema inmunológico del cuerpo humano, el sistema nervioso periférico). Los médicos limitaron el diagnóstico a dos posibilidades: una variante jacksoniana del síndrome de Guillain-Barré o miastenia gravis. Terminó recibiendo una sobredosis de un medicamento que le provocó un paro cardiorrespiratorio.

Fue en ese momento que tuvo su ECM.

Comenzó a sentir falta de aire, y poco a poco fue perdiendo la capacidad de respirar, sintiendo una pausa en todo y oscuridad.

En ese momento se dio cuenta que estaba en el techo de la habitación, mirando hacia abajo, como si estuviera viendo una película. Vi gente allí abajo intentando resucitar un cuerpo.

Ella todavía no sabía que ese cuerpo era suyo.

Al rato, se fijó a su derecha, y encontró a lo lejos, "una luz amorosa, viva, pura, blanca y radiante, de colores muy vivos y de gran paz" hacia donde ella se dirigía hacia él.

Sólo después de atravesar el techo del hospital se dio cuenta de que había muerto.

A medida que se acercaba a la luz, vio otros seres de luz de los más variados colores. Ella se sintió querida por todos y comenzó a sentir un gran amor por todos ellos.

En ese lugar donde estaba se dio cuenta de que era como si volviera a casa. Parecía que ya conocía este lugar. Ella dijo: "Aquí es de donde vengo, este es mi hogar".

Y notó algo sorprendente: era como si no tuviera boca ni ojos. La comunicación era a través del pensamiento, y hablaba con varios seres de luz simultáneamente. Y que podía ver su entorno en 360 grados al mismo tiempo.

Después de un tiempo, le informaron que aún no había cumplido su propósito en el plano terrenal y tendría que regresar a su cuerpo físico. Y que su propósito en la vida sería "practicar el arte de la medicina", es decir, tendría que terminar sus estudios de medicina y ejercer una profesión en el campo médico.

Y una voz fuerte, como viniendo de todas partes a su alrededor, dijo: "Vuelve, no es tu momento".

Y con una velocidad extraordinaria, como en un abrir y cerrar de ojos, acabó regresando a su cuerpo físico. Sintió un impacto muy fuerte cuando su Espíritu regresó a su cuerpo terrenal.

Y el equipo médico que intentaba reanimar su cuerpo, emocionado, dijo en voz alta: "Se está despertando, mira, se ha despertado", y todos estaban emocionados con su regreso.

Su momento de inconsciencia en el cuerpo físico duró sólo 17 minutos. Pero para ella, su experiencia en la Espiritualidad parece haber durado varias horas.

La Dra. Jean Hausheer nos cuenta que además de reunirnos con nuestros familiares, también podemos ver a nuestras mascotas que habían fallecido en el plano terrenal.

También nos informa que a medida que envejecemos, es normal olvidar algunos acontecimientos de nuestra vida. Pero, para aquellos que han experimentado una ECM, los acontecimientos vividos en la espiritualidad están muy claros en nuestra memoria. En su caso, tuvo una ECM a los 20

años, y hoy en 2024, a los 67 años, los recuerdos siguen siendo muy fuertes, pudiendo recordarlos por completo. Y muchas veces ni siquiera recordamos qué almorzamos hace dos días.

Para quien desee saber más sobre esta ECM de la Dra. Jean Renne Hausheer, aquí hay dos vídeos de una entrevista que concedió en 2020 al canal de YouTube "AFTER ALL, WHAT ARE WE? (AFINAL, O QUE SOMOS NÓS?)" :

- (1) primera parte de la entrevista:
https://www.youtube.com/watch?v=ekbmd1_sqT0
- (2) segunda parte de la entrevista:
https://www.youtube.com/watch?v=fnfl_03g3yc

Aquí también hay un enlace a su informe publicado en la revista "Missouri Medicine: The Journal of the Missouri State Medical Association" - edición de mayo-junio de 2014:
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6179563/#:~:text=Hausheer's%20near%2Ddeath%20experience%20occurred,severe%20bilateral%20upper%20lid%20Optosis>



Un neurocirujano escéptico que cuenta su ECM

El Dr. Eben Alexander ha sido neurocirujano durante más de 25 años. Siempre defendió la lógica científica y se mostró muy escéptico en cuestiones relacionadas con la religión y la espiritualidad. Durante muchos años sólo iba a la iglesia en Semana Santa y Navidad.

En su profesión de neurocirujano, ya había escuchado muchos relatos de personas que, en su opinión, habían tenido experiencias extrañas que generalmente ocurrían poco después de sufrir un infarto:

"... historias de viajes a lugares misteriosos y maravillosos, de conversaciones con familiares fallecidos - e incluso de encuentros con Dios. Fascinantes, sin duda. Pero todo esto, en mi opinión, fue pura fantasía. Al fin y al cabo, lo que provocó ¿Las experiencias que la gente relataba con tanta frecuencia? En realidad, la respuesta no me interesaba, pero creía que estas experiencias tenían una base cerebral. Esto se debe a que el cerebro es la máquina que produce la conciencia. Cuando la máquina falla, la conciencia se detiene. No importa cuán complicados y misteriosos sean los mecanismos cerebrales, en esencia, la cuestión es bastante simple. Quita el enchufe del televisor y la imagen desaparece."

Esta era su opinión hasta que, en noviembre de 2008, contrajo un tipo raro de meningitis. Lo llevaron urgentemente al hospital, con fuertes dolores de cabeza, entró en coma. Durante siete días estuvo en muerte cerebral. Los médicos, tras varios análisis clínicos, dieron un diagnóstico certero de muerte o estado vegetativo.

Cuando los médicos pensaban suspender su tratamiento, para sorpresa de todo el equipo médico, sus ojos se abrieron. El doctor Eben Alexander había vuelto.

Inmediatamente después de estos siete días de coma, lo que más llamó la atención es que el Dr. Eben se recuperó muy rápidamente, sin dejar secuelas.

Después de su despertar en el cuerpo físico, nunca dejó de hablar de lo que había visto en el plano espiritual. Tuvo su ECM. Los médicos pensaron que era el efecto de los medicamentos que le administraron mientras estaba en coma.

El Dr. Eben habló de la experiencia que su Espíritu (para los neurocientíficos es la "conciencia/mente") tuvo al otro lado de esta vida terrenal.

"La Prueba del Cielo : El Viaje de Un Neurocirujano a la Vida Despues de la Muerte" fue el libro en el que relató su experiencia cercana a la muerte.

Nos informa que primero fue llevado a un ambiente oscuro y fangoso (Umbral) y luego llegó a un lugar hermoso y tranquilo. Un valle extenso, muy verde, lleno de flores y lleno de mariposas. El Dr. Eben dice que también vio un espíritu hermoso, una mujer con ropas sencillas y alas. Ella le dijo, sin usar palabras, donde él inmediatamente comprendió que era verdad: *"serás amado por siempre, no hay nada que temer, nosotros cuidaremos de ti"*. Respecto a esta comunicación con este ser de luz, comentó: *"Los pensamientos me entraron directamente (...) Eran sólidos e inmediatos -más calientes que el fuego, más húmedos que el agua- y, al recibirlos, pude saber, al instante y sin ningún esfuerzo, lo que llevaría años comprender en la vida terrenal."*

También tuvo contacto con otro Espíritu, que no quiso identificarse, por lo que para facilitar la transcripción en su libro, le puso el nombre de "Om". Y Om le dio alguna información:

"...que no existe un solo Universo, sino muchos - de hecho, más de los que podría concebir - y que el Amor está en el centro de todos ellos. El mal también estaba presente en todos los demás universos, pero en cantidades muy pequeñas. El mal era necesario porque sin él el libre albedrío era imposible, y sin el libre albedrío no podría haber crecimiento, ni avance, ni posibilidad de convertirnos en lo que Dios quería que fuéramos. Por más horrible y poderoso que parezca el Mal, el Amor es abrumadoramente mayor y al final triunfará".

En este libro suyo, después de analizar la evidencia a la luz del conocimiento científico, el Dr. Eben decidió compartir esta increíble historia para mostrar que la ciencia y la espiritualidad pueden - y deben - ir juntas.

Una de las lecciones que aprendió de esta ECM fue que: *"Mi experiencia me ha demostrado que la muerte no es el fin de la conciencia y que la existencia humana continúa más allá de la tumba. Y, lo más importante, se perpetúa bajo la mirada de un Dios que ama nosotros y se preocupa por cada uno de nosotros."*

Un dato curioso respecto al Espíritu con el que entró en contacto durante su ECM. Cuatro meses después de salir del hospital, una de sus hermanas le envió una foto de otra hermana que ya había fallecido antes de su nacimiento, y a la que nunca había conocido en vida en el plano terrenal. Y después de un rato de reflexión y asombro, vio que era la misma persona que lo acogió en la Espiritualidad.



La experiencia cercana a la muerte de C.G Jung

En el libro "Memorias, Sueños y Reflexiones" de C.G Jung, que fue compilado y organizado por Aniela Jaffé en 1962, hay un capítulo titulado "Visiones". Y es en este capítulo donde Jung relata una experiencia cercana a la muerte que sufrió en 1944. Pero en ese momento, esta terminología de ECM aún no existía.

"A principios de 1944 me fracturé el pie y poco después sufrí un infarto. Durante mi inconsciencia experimenté delirios y visiones que probablemente comenzaron cuando, en peligro de morir, me administraron oxígeno y alcanfor. Las imágenes eran tan violentas que Yo mismo concluí que estaba a punto de morir. Mi enfermera me dijo más tarde: "Estabas como rodeado por un halo luminoso". Es un fenómeno que ella había observado algunas veces en los moribundos. Yo había llegado al límite extremo y no sé si fue un sueño o un éxtasis, lo que fuese, me sucedieron cosas muy extrañas, debajo de mí vi el. El globo terráqueo estaba bañado por una luz azul maravillosa. También vi el mar azul intenso y los continentes. Justo debajo de mis pies estaba Ceilán y frente a mí se extendía el subcontinente indio. No abarcaba toda la Tierra, pero su forma esférica era claramente perceptible. y sus contornos brillaban como plata a través de la maravillosa luz azul. (...) "Más tarde descubrí a qué distancia había que estar de la Tierra para abarcar semejante extensión: ¡unos mil quinientos kilómetros! El espectáculo de la Tierra vista desde esta altura fue la experiencia más espeluznante y maravillosa de mi vida."

Sólo una observación: La primera fotografía del planeta Tierra vista desde el espacio fue tomada por el satélite TIROS-I (Television Infrared Observation Satellite-TIROS) el 1 de abril de 1960. Fuente: NASA (National Aeronautics and Space Administration) - Earth Observatory. Y esta experiencia ECM de Jung ocurrió a principios de 1944.

En el libro "La muerte a la luz de la psicología", donde una de las autoras y colaboradoras de Jung, Liliane Frey-Rohn, hace algunos comentarios sobre la visión de Jung:

"Las experiencias de Jung, similares a las descripciones de Johann C. Hampe y Raymond Moody, fueron completamente reales. Las experiencias del Self son igualmente nítidas y claras, aunque no se trata de una separación del cuerpo. En sus Memorias, Jung afirma: "Tuve la sensación de ser despojado de todo lo que había vivido hasta entonces... Sin embargo, algo quedó, como si entonces tuviera conmigo todo lo que había vivido o hecho, como si estuviera imbuido de todo lo que había sucedido a mi alrededor... Yo era mi propia historia y tenía la clara sensación de que ahora era Yo". (...) "Jung me confió más tarde que estas experiencias le habían dado la certeza de que el espíritu persiste más allá de la muerte, a diferencia de la percepción, que cesa con la muerte (...)" "Tres meses después de su enfermedad, Jung me escribió lo siguiente, sobre el dolor de regresar al mundo del más allá: "El mundo del más allá, o lo que los vivos o los que están a punto de regresar pueden aprender sobre él, es completamente diferente de lo que normalmente podemos imaginar. Consiste en la paz más profunda, la belleza más sublime y el sentimiento de plenitud. Volver a la vida es un sacrificio". Para él, esta experiencia se asemeja a la experiencia de la trascendencia."

Liliane Frey-Rohn se enteró de los informes de Raymond Moody en su libro "La vida después de la vida" en 1975 e hizo este comentario:

"A partir de los conmovedores testimonios de quienes regresaron, no puedo dejar de comprender las visiones de la muerte como una expresión real de la verdad interior. Por eso, me parece correcto intentar aclararlas. En primer lugar, surge la pregunta: a pesar de si uno se encuentra en un estado de inconsciencia total, y las funciones vitales han cesado de manera tan amplia, ¿cómo es posible que ciertas emociones sigan sintiéndose con la más clara conciencia?"

Lo que más fascinó a Jung, en relación con esta visión mencionada anteriormente, fue que a pesar de estar en una profunda inconsciencia en el plano terrenal, su conciencia espiritual no desapareció. En otras palabras, tenemos un Espíritu, él es nuestra "conciencia" y sobrevive después de la muerte del cuerpo físico.



Las personas con discapacidad visual (ciegas y miopes) vieron claramente sus ECM

Muchas de nuestras deficiencias físicas, en esta existencia actual, son expiaciones que estamos saldando por una deuda que contrajimos en una existencia de vida anterior.

Y cuando volvamos a la Espiritualidad, veremos que nuestro cuerpo espiritual no muestra las limitaciones que teníamos en nuestro cuerpo físico.

En relación a las personas con discapacidad visual, encontramos el siguiente comentario de Allan Kardec, en la pregunta #247 de "El Libro de los Espíritus":

"La facultad de ver de los Espíritus, inherente a su naturaleza, se difunde por todo su ser, como la luz en un cuerpo luminoso. Y una especie de lucidez universal, que se extiende a todo, involucra simultáneamente el espacio, el tiempo y las cosas, y para las cuales hay sin oscuridad ni obstáculos materiales, se entiende que así debe ser, ya que en el hombre la visión funciona a través de un órgano que recibe la luz, y sin luz permanece en la oscuridad siendo la facultad de ver un atributo propio e independiente de cualquier exterior. agente, la vista no necesita luz."

Para demostrar lo anterior, proporcionaremos algunos ejemplos. Esta afirmación fue tomada del libro "Lições da Luz" del psicólogo e investigador estadounidense Kenneth Ring. El informe de esta paciente, una mujer de 46 años, que experimentó su ECM durante una cirugía en 1974. Entró en shock cuando escuchó al médico exclamar que se estaba muriendo. Después de unos segundos, su espíritu abandonó su cuerpo físico:

"Entonces estaba flotando en el techo. (...) Por cierto, soy muy miope, y esa fue una de las cosas increíbles que me pasó cuando dejé mi cuerpo. (...) y mi primera El pensamiento fue: "¡Jesús, puedo ver! No lo puedo creer, puedo verlo. Podía leer los números en la máquina detrás de mi cabeza y estaba emocionado".

A pesar de su alto grado de miopía, en su cuerpo físico podía ver perfectamente, sin limitaciones, en su cuerpo espiritual.



Hay otro relato descrito por el Dr. Raymond Moody Jr. en su obra "Más allá la luz":

"En Long Island, una mujer de setenta años que había estado ciega desde los dieciocho pudo describir, con gran detalle, lo que sucedió mientras los médicos intentaban resucitarla de un ataque cardíaco. Pudo dar una buena descripción de los instrumentos que se usaban, y hasta sus colores. Y lo más sorprendente para mí es que la mayoría de esos instrumentos ni siquiera fueron diseñados cuando ella todavía podía ver, hace unos cincuenta años, incluso le dijo al médico que llevaba un abrigo azul cuando empezó a resucitarla."

En el libro "Reencuentro con a Alma" del Dr. Larry Dossey se relata un caso que le ocurrió a una paciente suya llamada Sarah. Un detalle: Sarah era ciega de nacimiento. Durante la cirugía notó en detalle toda la acción en el quirófano. Después recuperando sus sentidos, es decir su espíritu regresando a su cuerpo físico, pudo describir lo que sucedió cuando se encontraba en coma. Un dato destacable fue que informó que el anestesista llevaba un par de calcetines de diferentes colores, un hecho que pasó desapercibido por todo el equipo médico.



Un testimonio muy convincente fue narrado en el libro "Lições da Luz" de Kenneth Ring. Vicki, que era ciega de nacimiento, experimentó dos ECM. Uno ocurrió cuando tenía 20 años, a consecuencia de una apendicitis; el otro, el más vívido de ellos, cuando sufrió un accidente automovilístico. En ese momento ella tenía 22 años:

"Esas dos experiencias fueron las únicas veces que pude ver y saber qué era la luz, porque tenía visión. Pude ver".

Aquí está Vicki describiendo la segunda ECM:

"Estaba fuera del cuerpo y me di cuenta de que estaba cerca del techo y escuché al médico hablar con la enfermera. Miré hacia abajo y vi ese cuerpo y al principio no estaba seguro si era mío. Pero reconocí mi cabello y el anillo que tenía en la mano (...) Desde arriba sabía que estaban muy preocupados y los pude ver trabajando en ese cuerpo, pude ver

mi cabeza abierta, y pude ver mucha sangre. (aunque no sé de qué color era). Intenté comunicarme con el médico y la enfermera, pero no pude y me sentí frustrada". (...)

Luego narra que logró atravesar el techo:

"¡Y eso fue increíble!"

Y entonces se dio cuenta de que estaba encima del tejado del hospital. Al principio estas visiones le resultaron un poco confusas y le causaron cierta perturbación. "Vi las luces y las calles de la ciudad".

Para ella, todo sucedió muy rápido hasta que fue absorbida por un túnel hacia una luz. En este viaje escuchó una música muy tranquila y armoniosa. Entra en un campo luminoso, cubierto de flores y ve a dos niños, muertos hace mucho tiempo, de los que era amiga cuando estaban en una escuela para ciegos. También ve a otras personas de su círculo familiar que fallecieron hace algún tiempo. Cuando entra en contacto con un Ser de Luz, este le advierte que debe regresar a su cuerpo ya que aún no ha llegado el momento del fin de su existencia en el plano terrenal. Y como mensaje final, antes de su regreso, este Ser de Luz le dijo que debe aprender "las lecciones del amor y del perdón". Al regresar al cuerpo físico, entró como chocando con él, y sintió la pesada inercia y el intenso dolor del cuerpo físico.

En este breve relato podemos ver que Vicki, a pesar de ser ciega de nacimiento, tuvo la misma experiencia cercana a la muerte que personas con visión física normal, demostrando que su discapacidad visual sólo estaba relacionada con su cuerpo físico. ¡La visión en la descripción de la ECM fue perfecta! ¡Fue su Espíritu quien vio!



Los niños y sus ECM

Las experiencias cercanas a la muerte en los niños tienen un significado muy especial. Generalmente, los niños pequeños tienden a ser más simples y menos detallados en comparación con los relatos de los adultos, no muestran prejuicios y hablan de manera muy espontánea sobre hechos vividos en el otro lado de esta vida. En muchos relatos, los niños describen estar con Dios o Jesús, visualizando un ser de gran luz. De hecho, son los Ángeles Guardianes (Mentores/Guías Espirituales) de estos niños.

El investigador más ilustre que realizó estudios sobre ECM en niños fue un pediatra llamado Melvin Morse, autor del libro *"Closer to the Light: Learning from the Near-Death Experiences of Children"* (Más cerca de la luz: aprendiendo de las experiencias cercanas a la muerte de los niños), transcrito posteriormente en el artículo *"A Near-Death Experience in a Seven Year-Old Child"* (Una experiencia cercana a la muerte en una niña de siete años) y publicado en *"The American Journal of the Disabled Child"*.

Morse escribe sobre una niña de siete años que estuvo a punto de ahogarse en una piscina. Esta niña es Kristle.

El pediatra informa que la vio por primera vez cuando la llevaron a la sala de emergencias, donde le administró la medicación adecuada y la puso en un ventilador durante tres días. Después de una semana en el hospital, fue dada de alta.

Dos semanas más tarde, en un examen de seguimiento, Kristle le informó a su médico que había tenido una ECM durante su ahogamiento.

Cuando se le preguntó qué recordaba de la experiencia, le dijo al médico que solo recordaba *"hablar con el Padre Celestial"*. Así que estaba muy desconcertada como para seguir discutiendo el asunto.

Una semana después, Morse entrevistó a la niña. Ella sólo habló sobre el incidente después de primero hacer dibujos de lo que había sucedido.

Citando el relato de Morse:

"La paciente dijo que su primer recuerdo de su casi ahogamiento fue el de "estar en el agua". Dijo: "Estaba muerta. Luego terminé en un túnel. Estaba oscuro y tenía miedo. No podía caminar." Apareció una mujer llamada Elizabeth y el túnel se volvió brillante. La mujer era alta y tenía cabello rubio brillante. Caminaron juntas hacia el cielo".



Continuando con lo que Kristle le informó al Dr. Morse:

"Ella declaró que "el cielo era divertido. Estaba brillante y había muchas flores". Dijo que había un límite alrededor del cielo a través del cual no podía ver nada. Afirma haber conocido a muchas personas, incluidos sus abuelos fallecidos, su tía materna muerta y Heather y Melissa, dos adultas que esperan renacer. Luego conoció al "Padre Celestial y a Jesús", quienes le preguntaron si quería regresar a la Tierra. Ella respondió "no". Luego le preguntaron si quería ver a su madre. Ella dijo que sí y se despertó en el hospital. Finalmente, afirmó recordar haberme visto en la sala de urgencias, pero no pudo proporcionar más detalles sobre el período de tres días durante el cual estuvo en coma".

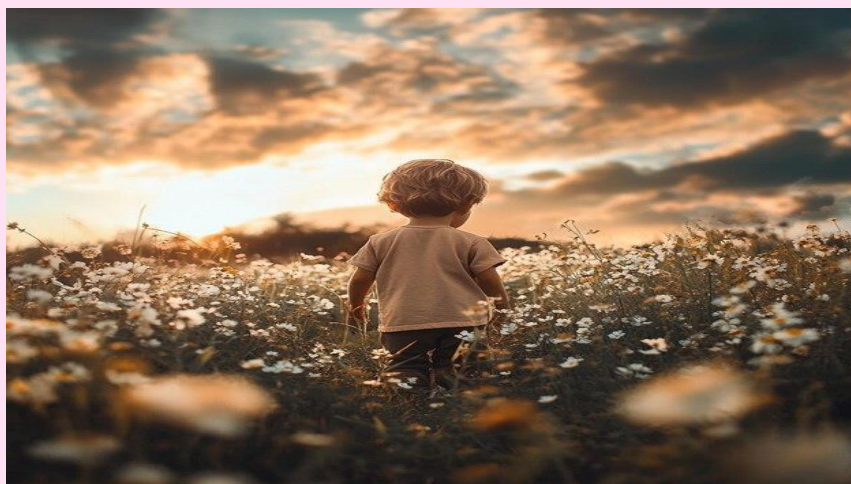
Otra historia muy interesante fue la narrada por el Dr. Raymond Moody Jr. en *"Más allá la luz"*. Comentó que fue su primera experiencia cercana a la muerte con un niño:

"Mi primer hijo ECM me llegó por sorpresa mientras era médico residente en un hospital de Georgia. Estaba haciendo un examen de rutina a un paciente al que llamaré Sam, un niño de nueve años que casi había muerto el año anterior. de un paro cardíaco debido a una enfermedad de la glándula suprarrenal.

Estaba hablando con él de su enfermedad cuando, espontánea y tímidamente, me dijo: "Hace como un año morí".

Comencé a incitarlo a que me contara su experiencia. Me dijo que después de su muerte, flotó fuera de su cuerpo y miró hacia abajo al mismo tiempo que el médico le comprimió el pecho para revivir su corazón. Sam, en su estado alterado, intentó que el médico dejara de golpearlo, pero el médico no le prestó atención.

En ese momento, Sam tuvo la experiencia de moverse rápidamente hacia arriba y ver la Tierra desaparecer detrás de él. Luego pasó por un túnel oscuro y al otro lado lo esperaba un grupo de "ángeles". Le pregunté si esos ángeles tenían alas y me dijo que no. "Estaban brillando", dijo, luminiscente, y todos parecían amarlo mucho. Todo en este lugar estaba lleno de luz, dijo. Sin embargo, a pesar de todo, vio hermosas escenas bucólicas. Este lugar paradisíaco estaba rodeado por una valla. Los ángeles le dijeron que si traspasaba la valla, no podría volver a la vida. Un Ser de Luz (Sam lo llamó Dios) le dijo que tendría que regresar y volver a entrar en su cuerpo. "No quería, pero él me hizo regresar", dijo Sam".



Tenemos otro relato de ECM en niños del libro "Muerte: Un Amanecer" de la Dra. Elisabeth Kübler-Ross:

"Tuvimos el caso de una niña de doce años que no quiso compartir con su madre la hermosa experiencia que tuvo al morir. A ninguna madre le gusta oír que su hijo ha encontrado un lugar más bonito que su casa, lo cual es bastante comprensible.

Pero esta niña tuvo una experiencia tan única que necesitaba desesperadamente compartirla con alguien. Así que un día acabó confiando en su padre. Le contó que la experiencia de la muerte había sido tan hermosa que deseaba no volver nunca más a casa. Aparte de la atmósfera de amor y la fantástica luz que refieren la mayoría de las personas que pasan por esta experiencia, lo que la hizo aún más especial fue que un hermano estaba allí con ella, abrazándola con gran ternura, amor y compasión. Tras contarle esto, le dijo a su padre: «El único problema es que no tengo un hermano». Llorando, su padre le confesó que, efectivamente, había tenido un hermano que había muerto tres meses antes de que ella naciera. Nunca se lo habían dicho".

Este relato sirve para demostrar la veracidad de la experiencia cercana a la muerte relatada por la niña. Podrían decir que fue sólo su imaginación o pura fantasía. Cuando ella relató la existencia de un hermano ya en el plano espiritual, y este hermano realmente existió en el plano terrenal, sin que ella supiera de su existencia, demuestra la veracidad del relato.



Los suicidas que fueron revividos nos cuentan sobre las ECM que experimentaron

¿Por qué la gente se suicida o intenta suicidarse? A menudo tienen la ilusión de que, al provocar su propia muerte, será el fin de todo su sufrimiento. O después de esta vida piensan que no quedará nada, mataron el cuerpo y se acabó todo.

Existe un estudio realizado por el Dr. Bruce Greyson que nos informa sobre los efectos de las ECM en personas suicidas.

El Dr. Greyson es científico y profesor de psiquiatría en la Universidad de Virginia - Estados Unidos.

Durante varios años fue médico que trabajó en el departamento de urgencias psiquiátricas de la Universidad de Connecticut. Enfrentó varios intentos de suicidio en su vida diaria.

Dentro de los diversos casos en los que trabajó, realizó un estudio comparativo, con un grupo de personas que intentaron suicidarse y tuvieron ECM, y con un grupo de personas que intentaron suicidarse y no tuvieron ECM.

Aquellas personas que intentaron suicidarse y tuvieron ECM, después de su reanimación, informaron que la vida existía en otra dimensión. Y con el tiempo, el Dr. Greyson descubrió que casi ninguno de los que habían tenido ECM intentó suicidarse nuevamente. Por otro lado, un gran porcentaje de quienes no han tenido una ECM se han suicidado nuevamente.

Al concluir sus estudios, se descubrió que quienes tenían una ECM resolvían sus inclinaciones suicidas.

La pérdida de esperanza es a menudo la razón por la que la gente se suicida. Y cuando comprobaron con sus propios ojos y sentimientos que hay algo después de la vida física, les da un gran consuelo y les da un poco más de optimismo para seguir adelante en su vida en este plano físico.

Para ilustrar nuestro estudio, hay un informe de una persona que intentó suicidarse mezclando cinco botellas de tranquilizantes con alcohol. Tuvo su ECM. Veamos tu experiencia al otro lado de esta vida:

"Comencé a sentir como si me estuviera moviendo a través de un túnel a gran velocidad. Vi una luz al final del túnel y me pregunté si era allí hacia donde me dirigía. No tenía idea si estaba vivo o muerto en ese momento. , pero recuerdo claramente haber mirado hacia atrás y haberme visto desmayado en el piso de la cocina, estaba allí completamente inconsciente de esa otra parte de mí que se dirigía hacia algo, me pregunté la respuesta que venía de alguna parte.

Me sorprendió entonces ver un ser de extraordinaria belleza, que irradiaba amor supremo, gran compasión y calidez. Era un ser envuelto en una hermosa y brillante luz blanca, con rayos plateados que emanaban de su centro. Dudé en decir algo, pero pronto me di cuenta de que este ser de luz increíble podía leer mis pensamientos. "¡No!", repitió. "La muerte no se ve así. Ven, te lo mostraré". Recuerdo flotar con él sobre una especie de foso donde veíamos un paisaje deprimente, carente de belleza, carente de vida, donde la gente se arrastraba, con la cabeza gacha, con los hombros inclinados hacia adelante de manera depresiva y resignada. Mantenían la cabeza gacha, mirándose los pies y deambulaban sin rumbo fijo, a veces tropezándose unos con otros pero seguían caminando. Pensé aterrorizado si sería arrojado a este mundo de almas confundidas y perdidas. La voz, sin embargo, pareció comprender mi terror y lo alivió con las siguientes palabras: "Este es un infierno de tu propia creación. En última instancia, tendrías que regresar al plano terrenal y

experimentar, una vez más, otra vida, enfrentándote a la misma dificultades que enfrentaste durante este período. Hasta entonces, permanecerás con estas almas perdidas y confundidas. El suicidio no es una salida".

Me mostraron una vista panorámica de mi vida. Los últimos cinco años, destruidos por el abuso del alcohol, han sido los recuerdos más dolorosos que jamás me hubiera atrevido a imaginar. Vi una imagen del efecto que el alcohol había tenido en la vida de mis hijos y el efecto que tendría en el futuro de cada uno de ellos. Fue aterrador e inmediatamente decidí que eso no era lo que quería para mis hijos. Lloré.

El ser luminoso pareció comprender que yo estaba lleno de remordimiento, compasión y amor. Con voz severa pero paternal, dijo: "No puedes hacer lo que quieras con tu vida. ¿Te diste la vida? No. Del mismo modo, no puedes elegir tu propia muerte."

No podía hablar, no podía pensar, lloré aún más. Esta presencia, en forma de voz, debe ser el ángel de la guarda que me envió, pensé. La voz, ahora más suave, continuó: "Tu trabajo no ha terminado, regresa y haz lo que hay que hacer"



Reportes de quienes pasaron por la Revisión de Vida

Varias religiones predicán que, inmediatamente después de nuestra muerte física, seremos enviados a un tribunal donde seremos juzgados por nuestras acciones realizadas en la vida terrenal: o iremos al cielo o iremos al infierno. Puede que pases tiempo en el purgatorio.

Hay un relato tomado del libro "A Vida Além do Véu", psicografiado en 1920 por el sacerdote anglicano George Vale Owen, donde se narra un episodio en una colonia espiritual, poco después de que una mujer fuera rescatada de los planos inferiores:

"Una de nuestras hermanas se encontró hace algún tiempo con nuestra Madre Angelical en el jardín, y iba por un camino lateral para evitar encontrarse con ella, no por miedo, sino por reverencia. Pero nuestro Ángel brillante se acercó a ella y le habló amablemente, y al ver que ya tenía cierta libertad para hablar, hizo una pregunta:

- "¿Dónde está el juez", preguntó, "y cuándo tendrá lugar el juicio? Tiemblo sólo de pensarlo, porque sé que mi castigo será terrible y me gustaría saber lo peor y acabar con esto de una vez."

A esto nuestra mamá respondió:

- "Hija Mía, tu juicio sucederá cuando tú quieras, y por tus propias palabras puedo decir que ya ha comenzado. Porque sabe que su pasado es punible y este es el primer paso hacia su juicio. En cuanto a la jueza, bueno, está aquí; ya que tú mismo eres el juez y tú mismo determinarás el castigo. Esto lo harás por ti mismo, a través de tu libre albedrío, revisando toda tu vida y, como ya has confesado valientemente un pecado tras otro, de esta manera progresarás".

La gran mayoría de las personas necesitan un juicio en el que se puedan señalar sus errores y aciertos. La espiritualidad es sabia y nos proporciona una herramienta muy importante que es la "revisión de vida" ("revisión panorámica") donde se nos permite mirar nuestra vida como si fuera una película en una pantalla.

Existen algunos testimonios muy educativos de personas que han experimentado una ECM, extraídos del libro "Lições da Luz" de Kenneth Ring, que mostraremos a continuación.

(1) En este primer caso, en la revisión de la vida, somos al mismo tiempo espectador y actor de la película que estamos viendo. Además de ver esta película, también estaremos reviviendo escenas de nuestras vidas:

(a) *"A menudo no estás revisando tu vida, sino que en realidad la estás reviviendo. Si bien es cierto que hay un aspecto de la revisión de la vida en el que miramos escenas de nuestras vidas como espectadores, muchas personas afirman que al mismo tiempo, están en las escenas, como si realmente las estuvieran viviendo de nuevo (...) En resumen, y para decirlo simplemente, estás viviendo tu vida de nuevo; de alguna manera, tus recuerdos se han convertido en vívidas recreaciones de ellas de tu vida (...) En la revisión de la vida, la persona es alternativamente, y a veces simultáneamente, actor y espectador: un partícipe de la propia vida y, al mismo tiempo, un observador de la película, otras veces simplemente observa, otras veces es como si ambas situaciones estuvieran sucediendo al mismo tiempo."*

(b) *"Es como si fueras a hacer una revisión de la vida y fuéramos a ver una obra de teatro y yo estaría en la obra, pero también estaría mirando desde el público. Y sentiría todas las emociones, el dolor. y el*

sufrimiento de todos los personajes que me rodean. Y tendría esos sentimientos como actor en la obra y también como espectador. Así que tendría ambas perspectivas".

(2) Tenemos a continuación dos testimonios que enfatizan el hecho de ser juzgado, y quién emite este juicio:

(a) *"Y, sin embargo, mientras revivía mi vida, nadie me juzgaba. Nadie señalaba los horrores ni me culpaba por ninguno de mis errores. Sólo existía la presencia de una aceptación total, una receptividad total y un amor profundo".*

(...) *"La revisión no se hizo para que yo fuera castigado, sino para que tuviera la oportunidad de aprender las lecciones que no había aprendido de mi vida. A medida que avanzaba la revisión, pude ver que no era un juicio, sino una maravillosa experiencia de vida."*

(b) *"Realmente no vi a nadie juzgándome. Era más como si me estuviera juzgando a mí mismo por lo que hice y cómo afectaba a los demás. Creo que estaba aprendiendo sobre mí mismo a medida que encajo en el rompecabezas de la vida de todos".*

(3) Cuando estudiamos narrativas de revisión de vida, nos damos cuenta, casi de inmediato, de que estas experiencias, en esencia, son de naturaleza educativa:

"Cualquiera que haya sido sometido a uno de estos encuentros no puede dejar de ser consciente de estas enseñanzas, porque son evidentes y es imposible no verse afectado. Ves, recuerdas y, en consecuencia, cambias de vida".

(...) *"Tu vida se muestra - y tú juzgas. ¿Hiciste lo que se suponía que debías hacer? Piensas: "Oh, le di una cierta cantidad de dinero a alguien y eso estuvo bien". Pero no fue así. "No significan nada. Son las pequeñas cosas: tal vez un niño herido al que ayudaste o simplemente detenerte a saludar a una persona enferma. Esas son las cosas más importantes".*

No sólo se tienen en cuenta los bienes materiales que donamos, muchas veces el solo hecho de escuchar la dificultad que una persona está atravesando en su vida tiene más valor y peso en nuestro autojuicio.



Lecciones aprendidas de las ECM

¿Qué son las experiencias cercanas a la muerte (ECM)?

Como sugiere el nombre, las experiencias cercanas a la muerte (ECM) son aquellas en las que se presume que un individuo está muerto durante unos minutos (sin latidos del corazón ni signos de actividad cerebral). Pero acaba volviendo a la vida terrenal, a menudo con historias sorprendentes sobre el otro lado.

Durante el nacimiento de su hija menor, la profesora Carolina, que nunca había oído hablar de una ECM, experimentó una situación extracorporal en 2006:

"Escuché el pitido del monitor, miré hacia atrás y vi una línea. Cuando vi esa línea, ya me imaginé lo que estaba pasando. Dejé mi cuerpo y me quedé en paralelo, de pie junto al monitor, viendo lo que estaba pasando. Era muy rápido."

Las personas salen del cuerpo físico, pasan por un túnel y entran en una dimensión mucho más real que la física, en la que nos encontramos ahora; perciben una luz que les trae mucho consuelo, alegría y amor; y luego hay un repaso panorámico de la vida en un plano tridimensional, totalmente coloreado, donde podrás repasar cada una de las cosas que has hecho en tu vida. También podemos encontrarnos con familiares o amigos que han fallecido y que parecen estar ahí para darles la bienvenida, saludarlos y ayudarlos durante la transición.

"Tuve esta experiencia cuando estaba dando a luz a un niño. El parto fue muy difícil y perdí mucha sangre. El médico me dio por perdida y les dijo a mis familiares que me estaba muriendo. Sin embargo, estuve muy alerta todo el tiempo, e incluso cuando lo estaba escuchando decir todo esto sentí que regresaba. En ese momento noté a todas esas personas que estaban allí, casi parecía una multitud parada alrededor del techo de la habitación. Lo había sabido en mi vida pasada, y que ya habían muerto. Me di cuenta de mi abuela y de una niña que conocía en la escuela, y de muchos familiares y amigos. Me pareció que especialmente veía sus caras y sentía su presencia. Para protegerme y guiarme era como si regresara a casa y ellos estuvieran allí para saludarme o darme la bienvenida. En ese momento tuve la sensación de que todo era ligero y hermoso". (...)
"...entonces escuché una voz, más allá de los sentidos físicos, que me decía que aún no estaba muerto y que debía regresar, y no sentí ningún temor cuando regresé a mi cuerpo físico." ("Vida después de la vida" - Dr. Raymond Moody).

Después, estas personas regresan diciendo que ya no le temen a la muerte, porque la experiencia que tuvieron los convenció de que eso que llamamos muerte es una transición a otra realidad, y que lo importante en esta vida es aprender a amar. Las personas que han experimentado una ECM sienten el deseo de buscar nuevos conocimientos. Algunos dicen que esto fue el resultado de revisar sus vidas. Para muchas personas, las ECM son tan agradables que no quieren volver atrás.

Varios de ellos suelen estar enojados con sus médicos por traerlos de regreso.

Muchas personas con ECM informan cambios significativos en su comportamiento, actitudes y prioridades de vida:

1. Redefinir Prioridades y Valores: empiezan a tener un mayor aprecio por la vida. Esta nueva apreciación puede resultar en un mayor enfoque en disfrutar el presente y encontrar alegría en las pequeñas cosas.
2. Reevaluación de Metas y Objetivos: tenían la necesidad de darle un nuevo significado a la vida, lo que muchas veces los llevó a cambios de carrera, nuevas pasiones y un enfoque renovado en las metas personales y profesionales.
3. Mayor participación en actividades significativas: muchas personas se han involucrado más en causas sociales, trabajo voluntario o prácticas espirituales.
4. Cambios en las Relaciones Interpersonales: se ocupa de fortalecer los vínculos con familiares y amigos, y resolver conflictos o malentendidos que hayan podido existir anteriormente.
5. Mayor empatía y compasión: tuvieron un aumento en la empatía y la compasión por los demás. Las personas que han experimentado una ECM a menudo reportan una mayor sensibilidad a las emociones y necesidades de los demás, lo que lleva a un comportamiento más amable y afectuoso.
6. Reducción del miedo a la muerte: Un efecto conductual significativo de una ECM puede ser la reducción del miedo a la muerte, disminuyendo la ansiedad y el estrés asociados con pensar en la muerte, lo que lleva a un enfoque más positivo y pacífico de la vida.
7. Creencia en una vida después de la muerte física: las personas se vuelven más espirituales y están convencidas de que les espera alguna forma de existencia después de la muerte del cuerpo físico. Algunas de estas personas se vuelven más receptivas o empiezan a creer en la reencarnación.



Cómo ayudar a quienes han tenido una ECM

Varios investigadores han observado que el divorcio suele ocurrir después de una ECM porque la persona sufre muchos cambios de personalidad. Estas personas vieron otra realidad al otro lado de esta vida terrenal. La gran mayoría regresa más espiritual, menos apegada a la materialidad, más tranquila, respetando a sus semejantes. Además, los amigos y familiares de quienes han experimentado una ECM pueden resistirse a estos cambios de comportamiento, ya que permanecen apegados a las posesiones materiales y sus adicciones.

En "Más allá la luz", el Dr. Raymond Moody Jr. comenta el caso de una persona a la que entrevistó:

"Por supuesto, algunas personas están encantadas de tener un cónyuge más amoroso en casa. Pero otras no. Aunque durante años le han dicho a esta persona que les gustaría que estuviera más tranquilo, cuando eso sucede, él no Me gusta. Esta transformación puede interpretarse como evidencia de psicosis o pérdida de energía (...) Un hombre me dijo: "Cuando "regresé", nadie sabía exactamente qué hacer conmigo. Antes de sufrir el infarto, siempre era muy impulsivo y enojado. Si las cosas no me iban bien, era imposible vivir conmigo. Esto fue en casa y también en el trabajo. Si mi esposa no estuviera vestida a tiempo y tuviéramos un lugar adonde ir, me enfadaría y haría que el resto de la noche fuera un infierno para ella. Por qué toleré esto, no lo sé. Pero creo que se acostumbó con el paso de los años, porque después de mi ECM, apenas podía soportar mi dulzura. Ya no le grité. No la obligué a hacer cosas, ni a ella ni a nadie más. Me convertí en la persona más fácil de tratar y este cambio fue casi más de lo que ella podía soportar. Tuve que ser muy paciente, y nunca antes lo había sido así para mantener nuestro matrimonio. Ella seguía diciendo: "Te ves tan diferente desde tu ataque al corazón". Creo que en realidad quiso decir: "Te has vuelto loco"."

El Dr. Raymond Moody Jr., psiquiatra, tiene varios grupos de apoyo para personas que han experimentado ECM.

Él nos da la siguiente guía para ayudarlos:

- (1) "Permítales hablar libremente sobre sus experiencias". Escuche atentamente y déjeles hablar sobre sus experiencias cercanas a la muerte todo lo que quieran. No utilices este tiempo para tratar de aliviar tus propias preocupaciones sobre el más allá o para probar algunas de tus teorías sobre el tema. La persona tuvo una experiencia intensa y necesita a alguien abierto a escuchar la historia del episodio tal como sucedió.
- (2) "Consolarlos diciéndoles que no están solos". Díga-lhes que experiencias como essas são muito comuns. Dígales que experiencias como estas son muy comunes. Dígales también que no entendemos completamente por qué suceden, pero que muchas de las otras personas que los han padecido han crecido a partir de la experiencia.
- (3) "Cuéntales en qué consiste la experiencia". Aunque millones de personas los han experimentado, pocos saben siquiera cómo se llaman. Dígales que han tenido una experiencia cercana a la muerte. Al conocer el nombre clínico de este episodio, la persona tendrá apoyo para comprender este evento confuso e inesperado.
- (4) "Involucrar a la familia en el asunto". Los cambios que una ECM trae consigo para la persona suelen ser difíciles para la familia. Un padre que es del tipo impulsivo antes de una ECM puede transformarse repentinamente en un tipo amoroso. Un cambio así puede resultar difícil

para una familia acostumbrada a tener un jefe de familia exigente. Es importante fomentar el diálogo dentro de la familia para garantizar que se conozcan y se aborden los sentimientos de todos sobre el cambio antes de que cause una alteración en la estructura familiar.

(5) "Conozca a otras personas que hayan tenido ECM". A menudo resulta interesante para estas personas conocerse. A lo largo de los años, los involucré en varias terapias grupales motivadas por alguna indicación médica. Idealmente, el grupo debería estar formado por unas cuatro personas que simplemente hablen de sus ECM.

(6) "Haga que estas personas lean sobre el tema". De esta manera, ellos mismos tienen la oportunidad de revisar la variedad de experiencias y pensamientos sobre el tema cuando puedan. El propósito de esto es integrar esta experiencia a su vida y asegurarse de que se produzca un cierto cambio que viene junto con una muerte cercana. La experiencia es positiva y enriquecedora.



No necesitamos pasar por una ECM para beneficiarnos de sus enseñanzas

La gran mayoría de las personas que experimentan una ECM pasan por una transformación interior importante. Y aquellos que escuchan sus historias y están interesados en las ECM, generalmente sienten envidia de quienes pasaron por esta experiencia. A pesar del privilegio de la información y de lo que vieron al otro lado de esta vida, estas personas pagaron un alto precio por todo ello.

El Dr. Kenneth Ring, profesor emérito de psicología de la Universidad de Connecticut, autor de varios libros sobre ECM, incluido "*Lições da Luz*", relata un caso muy interesante:

"Recuerdo un caso vívido pero instructivo de esta envidia inútil que ocurrió en una de mis clases hace muchos años. Fue alrededor de 1978, poco después de involucrarme en la investigación de las ECM, cuando le pedí a una de estas personas que viniera a mi clase. y contar su historia a mis alumnos. Virginia, hoy ya esta fallecida, era una mujer pequeña, regordeta, de mediana edad, de ascendencia italiana, que, como descubrí más tarde, invariablemente se describía a sí misma como "simplemente una ama de casa". Al contar su historia, y en aquellos días eran mucho más exóticos que ahora, se transformó en una oradora elocuente, con una personalidad innegablemente magnética. Al describir los cambios provocados por la ECM en sus vidas, muchos de mis alumnos parecían más emocionados. Finalmente, llegó el momento de las preguntas y uno de mis alunos preguntó: "¿Me encantaría tener una experiencia como esta! ¿Pero cómo es esto posible?". Sin apenas detenerse, Virginia respondió: "¿Amar a los demás!" "

"¿Qué respuesta tan perfecta! Naturalmente, Virginia nos estaba diciendo que su experiencia habría sido desperdiciada para nosotros si los oyentes no entendían el mensaje. No es necesario experimentar una ECM para vivir de acuerdo con las enseñanzas o para comenzar su propia experiencia espiritual". búsqueda sus frutos están en sus efectos y son contagiosos a un corazón abierto."



Estas personas necesitaban una ECM para creer en una vida futura y que necesitaban amar a los demás. Tuvieron un despertar espiritual y salieron más sensibles de esta experiencia. Fue necesario sufrir un infarto, sufrir un accidente, estar en medio de una cirugía, ahogarse.

Estuvieron involucrados en algo bastante traumático.

Y cuando regresaron al cuerpo físico, y relataron lo que vieron y oyeron, aun así, para la gran mayoría, fueron tachados de locos, que todo era imaginación o efectos de los anestésicos.

No necesitamos esta experiencia para practicar las enseñanzas que estas personas aprendieron de la ECM.

Los Espíritus de Luz buscan encontrar los más diversos mecanismos para despertarnos al hecho de que existe un más allá. No importa si tenemos religión o no, si experimentamos una ECM.

La espiritualidad nos sigue advirtiéndolo que tengamos autoestima, que nos amemos a nosotros mismos para poder amar a los demás, que estudiemos y tengamos más conocimientos para evolucionar.

Los Benefactores Espirituales ya habían informado a Allan Kardec ya en 1857 sobre el contenido de los diversos informes de personas que habían experimentado ECM, y él recopiló esta información en "*El Libro de los Espíritus*".

Y las ECM comenzaron a ser tomadas en serio por la ciencia recién en 1975, con la publicación del libro "*Vida Después De La Vida*" del Dr. Raymond Moody Jr. A partir de esta publicación, varios neurocientíficos comenzaron sus investigaciones sobre la vida después de la muerte y probar la veracidad de los informes de ECM.

El Plano Espiritual no tiene religión. ¡Lo que quieren es que tengamos Espiritualidad! ¡Que respetemos y amemos a nosotros mismos y a nuestro prójimo!



Fuentes bibliográficas

- (1) "O Livro dos Espíritos" - Allan Kardec
- (2) "O que é o Espiritismo" - Allan Kardec
- (3) "Perispírito" - Zalmino Zimmermann
- (4) "Vida depois da Vida" - Dr. Raymond Moody Jr.
- (5) "A Luz que vem do Além" - Dr. Raymond Moody Jr.
- (6) "Sobre a morte e o morrer" - Dra. Elisabeth Kübler-Ross
- (7) "A Morte: Um Amanhecer" - Dra. Elisabeth Kübler-Ross
- (8) "Voltar do amanhã" - Dr. George G. Ritchie e Elisabeth Sherrill
- (9) "Lições da Luz" - Dr. Kenneth Ring e Evelyn Elsaesser Valarino
- (10) "A Morte à Luz da Psicologia" - Aniela Jaffé, Liliane Frey-Rohn e Marie-Louise von Franz
- (11) "Memórias, Sonhos e Reflexões" - C. G. Jung
- (12) "Uma Prova do Céu" - Dr. Eben Alexander
- (13) "A vida além do véu" - George Vale Owen
- (14) "Reencontro com a Alma" - Dr. Larry Dossey
- (15) "A Religião do Cérebro" - Dr. Raul Marino J
- (16) "Experiências de Quase Morte (EQMs):Ciência, mente e cérebro"-Dr. Edson Amâncio
- (17) "Closer to the Light: Learning from the Near-Death Experiences of Children" - Dr. Melvin Morse
- (18) "Consciousness Beyond Life: The Science of the Near-Death Experience"-Dr.Pim van Lommel
- (19) "O Livro Tibetano dos Mortos" - W. Y. Evans-Wentz (org.)



Rubens Santini (rubens.santini@gmail.com)

**Distribución gratuita. No está permitida su venta.
Se permite la copia para distribución gratuita.**

São Paulo, Noviembre/2024.

Sobre el Autor



Tengo formación profesional en "Licenciatura en Ciencias de la Computación" en la Universidad Federal de São Carlos (UFSCar), y trabajé durante 40 años en el área de Desarrollo de Software.

Como escritor, comencé en el año 1994, donde en todas mis publicaciones intenté abordar temas relacionados con la espiritualidad, el respeto mutuo y la evolución espiritual.

Mis obras se centran en reflexiones profundas sobre la vida, el sufrimiento, en la búsqueda de la armonía, en la aceptación de las diferencias y en el ser solidario en el dolor, buscando evolucionar juntos como seres humanos.

Actualmente comparto mis libros electrónicos con varios sitios web, grupos de estudio, asociaciones y centros espíritas de 29 países en portugués, español e inglés.

Los principales materiales de estudio, publicados a lo largo de estos 30 años, están disponibles para su consulta en <https://www.calameo.com>

¡Mucha paz para todos!

Rubens Santini de Oliveira