

GUIA ACOMPAÑAMIENTO ESPIRITUAL SECPAL

Capitulo V GLOSARIO

Clara Gomis, Enric Benito, Javier Barbero

5.1 ESPIRITUALIDAD

Por espiritualidad entendemos la aspiración profunda e íntima del ser humano a una visión de la vida y la realidad que integre, conecte, trascienda y de sentido a la existencia. Se asocia también al desarrollo de unas cualidades y valores que fomenten el amor y la paz.

El ser humano es propietario de una dimensión interior, íntima, de la que surge un anhelo inagotable que aspira al sentido y la plenitud, a la coherencia e integridad, a la totalidad y al desarrollo de los valores trascendentales como el bien, la bondad, la justicia, la belleza y la paz.

Esta aspiración a una perspectiva más profunda de la existencia le impulsa a plantearse interrogantes y a vivir experiencias que trascienden los límites habituales de nuestros sentidos, le conectan con la fuente de todo Ser y le acercan al descubrimiento del verdadero potencial de uno mismo.

La espiritualidad, pues, es una aspiración y una actitud profundamente arraigadas en el ser humano, y profundamente íntimas: pertenece al dominio interior, a la conciencia o percepción de uno mismo en el universo y su relación con los demás, así como a su desarrollo en el camino de la existencia.

Como dice Xavier Melloni (1) , *"La espiritualidad es el instinto de lo divino, el dinamismo hacia lo Invisible escondido en el visible. Es el dinamismo interno de las cosas y de las personas que nos empuja a buscar la plenitud y presencia, profundidad y sentido y perdurabilidad en lo que hacemos y vivimos. Es el instinto de retorno a nuestro origen"*. Es la sed de Sentido, Conexión y Trascendencia (cfr. más adelante).

Aunque la espiritualidad es una capacidad evolutiva innata y una parte integral de nuestra existencia, no todos la desarrollamos por igual ni tenemos de ella la misma conciencia.

El despertar de la dimensión espiritual:

- es fruto de la evolución peculiar de cada uno,
- supone la apertura de un nuevo sentido que podríamos llamar Intuición y
- está asociado a una serie de momentos privilegiados, como son:
 - momentos de gran sufrimiento, de duelo o de proximidad de la muerte;
 - momentos de gran felicidad y amor;
 - en contacto con la belleza y el arte;

- en contacto con la naturaleza;
- en la pertenencia a un grupo o comunidad;
- en la oración, en la contemplación.

En tanto universal humano, la espiritualidad, además, es un concepto que se encuentra en todas las sociedades y culturas. A lo largo de los siglos, también, culturas enteras han considerado la transformación interna promovida por la capacidad espiritual como un aspecto deseable y necesario de la vida (2). Por eso, muchas sociedades han desarrollado rituales y prácticas meditativas como formas de acoger y alentar el crecimiento espiritual.

Así pues, el desarrollo espiritual constituye una dimensión intrínseca y universal del ser humano; es una característica propia de sus capacidades y modo de existir. La necesidad de plantearse interrogantes existenciales y de conferir autenticidad y sentido a la propia experiencia son intrínsecas al desarrollo humano. Por eso, el desarrollo de la espiritualidad está reconocido como factor que contribuye a la salud de muchas personas (3) y es especialmente acuciante en la etapa final de la vida.

En situaciones de sufrimiento existencial, el cuestionamiento de la realidad que vive el sufriente, estimula esta búsqueda orientada a trascender la visión estrecha que puede mantenerle instalado en el sufrimiento, y promueve la adquisición de una visión más profunda de sí mismo como parte de una realidad superior.

La espiritualidad es un movimiento de búsqueda personal en tres direcciones:

- **hacia el interior de uno mismo en búsqueda de SENTIDO;**
- **hacia el entorno en búsqueda de CONEXIÓN;**
- **hacia el más allá en búsqueda de TRASCENDENCIA.**

5.1.1. SENTIDO

❖ La espiritualidad comprende una búsqueda personal de sentido, de significado de la vida y de la muerte, del valor de uno mismo: sus actos, su persona, sus circunstancias...

❖ Se trata de la necesidad de **integrar** los diversos aspectos de nuestra vida y de nuestro ser: de reconocer, abrazar, aceptar nuestros éxitos y fracasos, aciertos y errores; se trata de conseguir integrar todos los fragmentos de nosotros y nuestras vidas que quedaron escindidos por miedo o por ignorancia, y trascender el sufrimiento que todo ello nos generaba; se trata de reconciliarse con uno mismo y con los demás, desde una visión sabia y compasiva de la propia historia, calmando las dudas, iluminando las sombras, sanando las heridas.

❖ Se trata, al mismo tiempo, de **dar valor** a todo aquello que hemos sido, hecho, vivido desde la honradez y generosidad, desde el amor; a todo aquello que ha contribuido a nuestra felicidad y a la de los demás; a todo aquello que nos ha

hecho crecer y madurar. Se trata de “regar las semillas de felicidad” que todos llevamos dentro, según expresión de Tich Nhat Hanh (4).

❖ El sentido también se asocia al **propósito** de nuestra vida y éste puede relacionarse, según cada persona, con la adhesión a ideales políticos o sociales, la creación artística o económica, la relación con otras personas o con Dios: sentirse conectado con Dios puede dar sentido y propósito a la vida.

❖ Elaborar este proceso permite afrontar la muerte con un sentimiento de reconciliación y unidad, de realización y cumplimiento, de asentimiento y de paz. Como dice Victor Frankl (5) : El hombre no se destruye por sufrir, sino por sufrir sin sentido.

5.1.2. CONEXIÓN

❖ La espiritualidad, como dimensión humana, tiene también una faceta de abertura. Invita al individuo a abrirse hacia fuera: a percibir el entorno con una mirada nueva, y a reconocerse a si mismo como parte integrante de él, y como miembro importante de la sociedad.

❖ El sujeto toma conciencia de la **íntima relación de todo con todo**; de la interconexión entre los seres, las acciones y las omisiones, los elementos, la naturaleza, la sociedad. El mundo personal se amplía, se expande; ya nada es ajeno; todo me incumbe.

❖ El sentimiento que se deriva es de conexión, de pertenencia (formar parte) y de responsabilidad con el entorno y los demás que se ven ahora más íntimos, más próximos.

❖ Se trata de una **conciencia relacional**, la de sentirse formar una unidad con los demás, participar de una comunicación, ser conscientes de la fraternidad de todos los seres, y de formar parte de un todo que nos acoge.

5.1.3. TRASCENDENCIA

❖ La trascendencia es integral a la lucha por expandir el ser más allá de los confines comunes de las experiencias vitales y alcanzar nuevas perspectivas en la existencia humana, y esto asume una mayor importancia subjetiva a medida que uno se aproxima al final de la vida (6). **La trascendencia es, pues, la capacidad de expandir el ser, traspasando la percepción limitada de la realidad que nos ofrecen nuestros sentidos y teniendo una perspectiva más profunda y amplia de nuestro yo y nuestras circunstancias presentes, incluidas el sufrimiento y la muerte, capacidad que se deriva del sentimiento de la presencia del Ser Superior o de pertenencia a un Todo que nos supera y abarca.**

❖ Por lo tanto, hay en la espiritualidad una dimensión de trascendencia: de salida, de apertura a otro nivel de conciencia no racional, más intuitivo, que nos abre a nuevas realidades en y más allá de nosotros mismos.

❖ Más allá, por ejemplo, del aislamiento y de las fronteras que nos encierran en el yo, en un movimiento de perdón, generosidad, entrega; de desprendimiento y amor. Más allá de mi mismo hacia el otro presente: mi familia, mis amigos, mi comunidad.

❖ Más allá, quizás de todo límite: de mi espacio físico y mi tiempo, de mis esfuerzos y mis preocupaciones, de mi pequeñez y mi grandeza, en un movimiento de liberación y esperanza, de eternidad, confianza y gratitud. Más allá del yo hacia el Otro presente: Dios, aún por conocer o reencontrar.

❖ La espiritualidad también conecta con la dimensión profunda de uno mismo, aumentando la capacidad de conocimiento interior. La trascendencia intrapersonal se centra en la potencialidad del yo (Self) y descubre la existencia de una fuente de fuerza interior siempre presente.

❖ Finalmente, muchos autores (Frankl, Casell, Shaver, Dowling, Grof, Wilberg) (ver cap VIII) al igual que la mayoría de tradiciones de sabiduría, coinciden en que la trascendencia del sufrimiento puede promover la sanación emocional y conducir hacia un sentido íntimo de ser, más profundo y conectado. De esta forma, la trascendencia al final de la vida puede ser entendida como una forma de reencontrar la conexión profunda con la propia naturaleza esencial.

❖ De igual manera que la enfermedad y la muerte son tiempos de búsqueda espiritual, Graf Durkheim (7) distingue cuatro lugares privilegiados de apertura a lo trascendente: la naturaleza, el arte, el encuentro y el culto (religión).

Finalmente, cabe destacar que la **auténtica espiritualidad produce en el ser humano una transformación interior**, tanto en sus capacidades y nivel de conciencia, como en sus comportamientos y actitudes.

Dyson afirma que a través de la espiritualidad se incrementan los recursos internos de la persona y se refuerza el Yo (Self). Además, el sentido de pertenencia a un Todo superior y la conexión con esta fuente de Vida nos da consistencia interna, nos motiva, nos capacita, nos da energía y nos genera confianza y esperanza y, con ello, mayor capacidad de afrontar dificultades y problemas. Todo lo cual repercute en un mayor bienestar psicológico y buena salud mental.

Además, la vivencia de la trascendencia y de dar sentido a la vida orienta la conducta de las personas hacia ciertas actitudes y formas de comportamiento, entre las que cabe citar:

- Solidaridad y responsabilidad social: sentirse con ganas de ayudar a aliviar el sufrimiento, mejorar las condiciones de vida de los demás, etc.
- Menos interés en los aspectos materiales.

- Interés en el mantenimiento de una práctica que favorezca y desarrolle la dimensión espiritual: como meditación, prácticas contemplativas, oración, pertenencia a una comunidad, práctica de determinados rituales, etc.

5.2 ESPIRITUALIDAD VERSUS RELIGIÓN.

Espiritualidad y religión son términos afines y complementarios, pero no sinónimos.

La religión se refiere a un sistema de creencias estructuradas que tratan aspectos espirituales a menudo con un código de comportamiento ético y una filosofía. Como aspecto central a la mayoría de las religiones se encuentra la creencia en -y la vinculación con- un dios o ser supremo, así como la esperanza en una salvación. Religión, dice X. Melloni (1), es todo lo que nos religa, todo lo que nos posibilita percibir que estamos en relación, es más, en comunión, que no estamos en ningún momento solos ni vivimos aislados. *"Las religiones son los marcos interpretativos de la experiencia de trascendencia que aunque pueden aportar bases que den sentido a la existencia y, a través de rituales, credos, comunidades participativas y ceremonias aportar mecanismos para expresar la espiritualidad. Por desgracia, las ideologías religiosas también pueden provocar angustia y miedo espiritual, en particular cuando doctrinas pías prometen la condena eterna ante comportamientos y creencias explícitas"* (8).

Mientras que la religión supone la pertenencia a una comunidad concreta -con su núcleo de creencias, textos sagrados de referencia, ritos y oraciones -, la espiritualidad se refiere a la capacidad íntima del ser humano de buscar el propósito y sentido de su existencia, y es parte de la esencia humana que lucha por alcanzar valores trascendentales. Son elementos representativos de la dimensión espiritual las preguntas sobre el porqué de la existencia y del sufrimiento, la capacidad de amar, perdonar y adorar, así como la capacidad de ver más allá de las circunstancias presentes que permite a la persona orientar su vida y sobreponerse a las dificultades.

Dice el Dalai Lama (9): *"Considero que la espiritualidad está relacionada con aquellas cualidades del espíritu humano- tales como el amor y la compasión, la paciencia y la tolerancia, la capacidad de perdonar, la alegría, las nociones de responsabilidad y armonía - que proporcionan felicidad tanto a la propia persona como a los demás. Ritos y oración así como nirvana y salvación, guardan una relación directa con la fe religiosa; pero aquellas cualidades interiores no tienen por qué guardar tal relación. No hay ninguna razón por la que un individuo no pueda desarrollarlas, sin recurrir a sistemas religioso o metafísico alguno"*.

Así pues, aunque tradicionalmente las religiones han ofrecido y ofrecen rituales a través de los cuales acceder y expresar la espiritualidad, ésta no tiene porque expresarse, obligatoriamente, a través de una religión. La espiritualidad pertenece a un aspecto universal del ser humano que se desarrolla y evoluciona en lo íntimo del vivir de cada uno y afecta a su modo de ser en el mundo.

Las religiones son dedos que señalan la luna (X. Melloni); la espiritualidad es la sed de trascendencia misma que arraiga la luna en nuestro interior.

5.4. COMPASIÓN

La palabra compasión no está de moda. En el pasado reciente y aún actualmente presenta unas connotaciones caritativo-asistenciales. En nuestro contexto se trata de algo muy distinto. Se refiere a la actitud que nos mueve – desde la conmoción interna ante la necesidad o el sufrimiento del prójimo- hacia la acción eficiente para acompañar al paciente y ayudarlo a salir de su situación.

Es el movimiento que nos lleva a acercarnos con ternura y sensibilidad al sufrimiento del otro y a ayudarlo actuando desde nuestro núcleo interno de confianza, serenidad y coraje.

Es actuar con la cabeza movida por el corazón que busca el beneficio del prójimo herido, frágil, dependiente o necesitado. La auténtica compasión, entonces, no es sólo una respuesta emocional, sino un compromiso firme basado en la razón (10), una implicación efectiva de mi mismo a favor del otro.

Surge de la comprensión del profundo vínculo entre todos los humanos que compartimos la misma naturaleza esencial.

Según Ekman existe una “empatía compasiva” y sería el grado más alto de empatía, denominado por Goleman “preocupación empática” (11). Con este tipo de empatía no sólo acogemos y entendemos el problema de la otra persona, sino que además nos sentimos espontáneamente movidos a ayudarlo. Es lo mismo que llamamos compasión.

Precisa de la **empatía**, que nos permite percibir y entender la necesidad en el otro, requiere además el **deseo** de ayudar y aliviar el sufrimiento del otro, a veces **el coraje** de acercarse al mundo interior tempestuoso del que sufre y siempre **la acción** orientada a mejorar la situación del que es visto como alguien cercano (12).

El fruto de la compasión es la actuación eficiente –con medios materiales o espirituales- dirigida a paliar, resolver, disolver o trascender el sufrimiento.

Requiere no tener miedo de entrar en profundidad en el sufrimiento del otro, así como la capacidad y la lucidez de no quedarse atrapado en él, cogido o identificado con la emoción, perdiendo así la capacidad de escucha y de respuesta.

Se diferencia de la lástima, actitud distante y paternalista que obra desde el miedo al contagio, protegiéndose y tomando distancia del prójimo.

Está en la raíz de la decisión de cualquier sanitario al definir su vocación. Es la actitud básica que nutre y vitaliza los cuidados paliativos.

Es la actitud que permite al profesional sanitario generar el espacio de seguridad y confianza para el enfermo y que facilita la intervención terapéutica.

5.5. ESPERANZA:

La capacidad de proyectarnos hacia el futuro con ilusión y confianza es uno de los rasgos más característicos de la humanidad. A menudo afirmamos que mientras hay vida hay esperanza, aunque también hay esperanza en la muerte. En el transcurso de la enfermedad, es frecuente asistir a una transformación gradual en el contenido de la esperanza y, en algunos casos, a una transformación en la calidad de la misma.

"La esperanza es una poderosa constelación de emociones humanas, creencias e ideas, pero es un campo de juego (playground) doloroso" (13). En situaciones difíciles, la necesidad de aferrarse a una esperanza es equiparable al miedo a sentirse defraudado. Ante el pronóstico de enfermedad terminal, esperanza significa, en la mayoría de los casos, el deseo de que podamos curarnos y continuar con nuestra vida. Pero la esperanza se vuelve confusa y ambigua a medida que los tratamientos fallan y la enfermedad avanza, y nos sentimos divididos entre la necesidad de aferrarnos a ella y luchar con todos los medios posibles por nuestra supervivencia, y el miedo –igualmente poderoso y profundo– de que la realidad nos vuelva a defraudar.

La esperanza nos tambalea en una agotadora tormenta de emociones y preguntas: *"¿Debería simplemente aceptar que me estoy muriendo? ¿Debería dejar de luchar? Acaso la gente que me quiere no espera que luche? ¿Qué decir de mí si abandono? ¿Qué ocurrirá si no me agarro a la esperanza? ¿Cómo puedo tener esperanza si la realidad la desmiente? ¿Soy un cobarde? ¿Debería esperar más? ¿Cuál debería ser mi esperanza?"* (13). Finalmente, puede resultar más sencillo terminar por desesperar: *"Puedo resistir el desespero; es la esperanza lo que no puedo soportar"*

Gradualmente, la esperanza deja de significar el deseo de algo distinto a lo que hay y se adapta a las posibilidades reales. Entonces, tener esperanza puede significar confiar en que algo bueno va a ocurrir en el futuro, aunque no haya ya expectativa alguna de curación. La pregunta es si podemos esperar algo bueno en el futuro cuando no hay posibilidades de curación. La respuesta es SI. Hay esperanza y la hay a distintos niveles.

En primer lugar, podemos esperar ser adecuadamente atendidos en el periodo final de nuestra vida, para que pueda ser un tiempo de paz y seguridad. Podemos esperar ser atendidos en un servicio o programa capaz de *"aliviar, con destreza y humanidad, el dolor físico, emocional, social y espiritual que podamos experimentar al morir"* (14). Podemos esperar ser tenidos en cuenta como personas que podemos realizar nuestras propias elecciones y que seremos

consultados sobre las elecciones de tratamiento que vayamos a necesitar. Y si esto no es posible, podemos tener la esperanza de ser respetados y tratados con cariño, independientemente de lo deteriorado que esté nuestro cuerpo o nuestras funciones cognitivas. También podemos tener la esperanza de que no seremos abandonados ni se nos dejará sufrir innecesariamente. Y sabemos que podemos ofrecer todos estos objetivos de esperanza ya que muy probablemente podremos conseguirlos.

Podemos esperar que el tiempo que nos quede pueda estar lleno de sentido y de afecto, que sea un tiempo en que nos podamos sentir acompañados, amados y respetados, y en que podamos también expresar amor, gratitud, amabilidad. Esperamos saber perdonar y sentirnos perdonados. Esperamos poder significar algo para los demás. Esperamos que nuestra vida haya contribuido en algo a los demás y que tenga un sentido. Que incluso a pesar del sufrimiento, o a través de él, podamos seguir creciendo personal y espiritualmente. *"Podemos cambiar la esperanza de vivir más por la esperanza de vivir de una forma más valiosa"* (14).

También podemos tener esperanza de sanación (Ver Sanación), de acabar bien, enteros, completos, íntegros, con coherencia interna, habiendo hecho lo que hemos venido a hacer, habiendo completado el ciclo que la vida nos ha ofrecido. *"Podemos tener la esperanza de sanar nuestras vidas y purificar y expiar nuestras acciones pasadas. Incluso si nos damos cuenta de que hemos vivido de forma inconsciente o egoísta, siempre podemos cambiar y empezar a agrandar nuestra compasión y nuestro aprecio y amor por los demás"* (14).

Incluso podemos basar nuestra esperanza en la confianza de que la vida no se acaba con la muerte, de que la muerte es un parto a otra dimensión que no se puede atisbar desde la racionalidad y que sin embargo se puede aceptar desde la sabiduría que da el haber tenido experiencias profundas que te han permitido saborear la trascendencia, que no se puede captar con el razonamiento sino con el ojo de la intuición.

Finalmente, la muerte captura nuestra atención y la devuelve al presente, al más puro aquí y ahora, al contacto con nuestro interior. Llega el momento en que la esperanza es sustituida por la evidencia. Es el momento en que el enfermo inicia el periodo de deatexis, de desconexión con nuestra realidad común y sus parámetros, para adentrarse en otro espacio de conciencia; comienza a ver otra dimensión. Entonces no necesita esperanza ni confianza, ve y sabe. Algunos de ellos nos agradecen nuestros servicios enseñándonos a ver un poco a través de lo que ven sus ojos en este momento, y se convierten en nuestros maestros.

Desafortunadamente, los detractores de la esperanza pueden exacerbar el miedo y la inquietud en relación a la muerte e impedir que ésta sea tranquila.

Se han descrito tres obstáculos para la esperanza:

- 1.- El abandono y aislamiento.
- 2.- El dolor incontrolado.

3.- La alteración de la personalidad.

Mientras que las fuentes de esperanza serían:

- 1.- La familia.
- 2.- Los amigos.
- 3.- La asistencia de los profesionales de la salud.
- 4.- La creencia en Dios o en un Ser espiritual superior.

Si aceptamos que la asistencia médica es una fuente de esperanza, los médicos deben recordar que estrategias específicas promueven y mantienen en sus pacientes la esperanza de incidir en el propio futuro.

En definitiva, la esperanza es definida como la posibilidad de tener buenas expectativas en el futuro. Esto juega un papel importante en relación con los enfermos y al tratar de mejorar la calidad de vida de las personas. En el contexto de una enfermedad terminal, la esperanza puede existir a pesar de tener un tiempo limitado. Esta esperanza es reforzada apreciando los valores de nuestros pacientes, reconciliando las relaciones con la familia y amigos, ayudándoles a explorar creencias espirituales y controlando sus síntomas. Aunque muchos puedan pensar que es difícil de comprender, cuando todo parece perdido, la esperanza puede ser más fuerte que nunca.

5.6. SANACIÓN

La palabra sanación es claramente polisémica, tiene un recorrido muy amplio y profundo en determinadas tradiciones espirituales con una importante raigambre cultural, sin embargo en otros contextos como en el de la New Age aparece de una manera a nuestro entender enormemente reduccionista al olvidarse de la condición sufriente de la persona, inherente a su propia condición humana.

A nuestro entender la sanación no es lo mismo que la curación ya que la sanación de la dimensión espiritual hace referencia a la reconciliación, es decir a tener resueltos diferentes conflictos internos y externos que pudieran quedar pendientes. En este contexto, la sanación puede ser una experiencia subjetiva de plenitud recuperada, de coherencia e integridad.

La sanación se asocia con temas de totalidad y plenitud. También está relacionada con subtemas de pérdida, separación y sufrimiento.

La sanación entraña un trabajo personal de transformación de los sentimientos asociados a la pérdida, la separación y el sufrimiento y da lugar a un crecimiento espiritual.

El sanar puede ser definido operativamente como la experiencia personal de haber trascendido el sufrimiento (15), experiencia a la que se llega cuando el enfermo es capaz de otorgarle un significado o sentido a su situación o, cuando menos, confiar en que lo tiene. En efecto, el descubrimiento

del significado de la experiencia de la enfermedad ayuda a los pacientes a acomodar su distrés y los conduce hacia la trascendencia del sufrimiento. Saunders describe este proceso como "poner las cosas en su sitio" y añade que los pacientes moribundos que han experimentado la sanación tenían "una aceptación sosegada, de corazón". *"No puedo ver el próximo recodo, - dice citando a una paciente que se lo contó- pero sé que todo estará correcto"*

Inui describe que la sanación ocurre en contextos de "personas reales en conexión con otras personas reales", y Cassell mantiene que "estar íntegro es siempre estar íntegro en presencia de otros". Hammerschlag resalta: *"Un sanador es alguien que va a ayudarle a uno a hacer esas conexiones entre ella y las cosas alrededor tuyo"*.

Al hablar de sanación, Hammerschlag enfatiza la necesidad de armonía entre mente, cuerpo y espíritu, siendo el espíritu la *"inefable calidad que tenemos y que nos impulsa hacia delante"*. Para Hammerschlag la armonía sucede *"cuando lo que se sabe, lo que se dice, y lo que se siente están equilibrados"*. Con la armonía viene la salud; por eso la espiritualidad es un aspecto importante de la sanación.

En resumen, la sanación es definida en términos de desarrollo de un sentido personal de plenitud que implica los estados físico, mental, emocional y social de la experiencia humana. La enfermedad amenaza la plenitud de la personalidad, aislando al paciente y engendrando sufrimiento. El sufrimiento es aliviado mediante la retirada de la amenaza, y es trascendido cuando se le confiere un significado congruente con un sentido nuevo de plenitud personal. La plenitud de la personalidad se facilita a través de las relaciones personales que están marcadas por la continuidad del cuidado. Si se entiende así, el nexo central de la historia de esta cohorte de respuestas adquiere una definición operativa de la sanación: *la sanación es la experiencia personal de transcender a través del sufrimiento*.

- BIBLIOGRAFIA

- 1.-Xavier Melloni delcaraciones en entrevista accesible en http://mariapallares.org/entrevistes/entrevista_xavier_meloni.asp
- 2.- Grof, C. y Grof, S. La tormentosa búsqueda del Ser: una guía para el crecimiento personal a través de la emergencia espiritual. La liebre de Marzo. Barcelona: 1995.
- 3.- Association of American Medical Colleges. MSOP Report III: Spirituality, Cultural Sigues and End of Life Care. 1999
- 4.- thich Nhat Hanh. La muerte es una ilusión. La superación definitiva al miedo a morir. Oniro. Barcelona: 2004.
- 5.- Frankl, V.E. *El hombre en busca del sentido último. El análisis existencial y la conciencia espiritual del ser humano*. Barcelona 1999. Paidós

6.- Rousseau, Paul. La espiritualidad y el paciente moribundo. Classic Papers, Suppl. To Journal of Clinical Oncology. 21, 54-56, 2003

7.- Dürckheim, K.G.. *Experimentar la trascendencia*. Barcelona 1992: Ed. Luciérnaga.

8.- Rousseau P. Spirituality and dying patient. Journal of Clinical Oncology 2000; 18: 2000-2002.

9.- Dalai Lama (2000) Una ètica per el nou mileni Barcelona: Ed. Empúries

10.- Dalai Lama. La compasión y el individuo. Accedido el 17/8/2007 en http://www.dalailama.cl/index.php?option=com_content&task=view&id=26&Itemid=83

11.- Goleman D. y Ekman P. *Three Kinds of Empathy: Cognitive, Emotional, Compassionate*. Accedido el 17 de agosto 2007 en <http://www.danielgoleman.info/blog/2007/06/12/empathy-without-detachment-equals-compassion/>

12.- Sogyal Rimpoché (1994). El libro tibetano de la vida y de la muerte. Urano, Barcelona.

13. - Singh K.D. (1998). The Grace in Dying. How we are transformed spiritually as we die. Harper San Francisco

14.- Longaker, C. (1997). Afrontar la muerte y encontrar esperanza. Guía para la atención psicológica y espiritual de los moribundos. México: Grijalbo Mondadori

15.- Egnew, Th. R. The meaning of healing: transcending the suffering. *Annals of Family Medicine*, 3:255-262., 2005