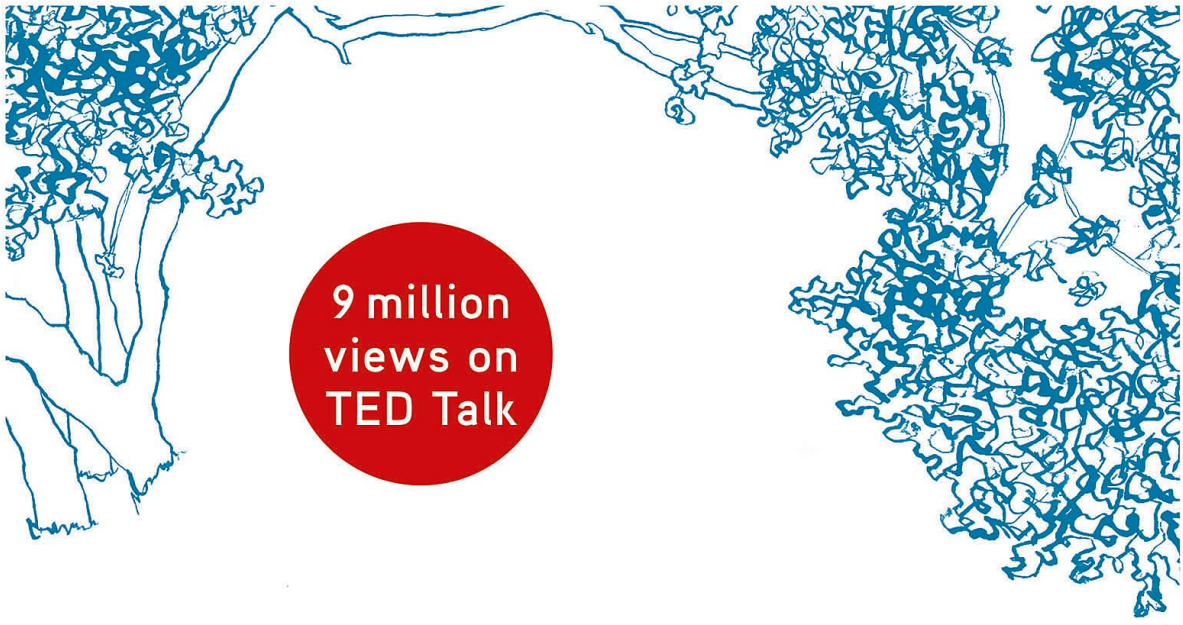
**Categorías:** Reseñas de libros,

**Categorías:** ,,

# Guía para principiantes sobre el final: cómo vivir la vida y afrontar la muerte




# A Beginner's Guide to the End

## How to live life and face death

'I'm happy this book exists because everyone will need it at some point or another'

ELIZABETH GILBERT, author of *Eat, Pray, Love*

BJ Miller, MD and Shoshana Berger
Illustrated by Marina Luz

BJ Miller y Shoshana Berger. 2019. Quercus. 428p

“Si por nosotros fuera, junto con las clases de conducir y la educación sexual, todos recibiríamos un curso de educación para la muerte antes de salir de la escuela”. El tomo de Miller y Berger, también subtitulado Consejos prácticos para vivir la vida y afrontar la muerte, es un manual exhaustivo y de fácil manejo que ofrece una orientación práctica y reflexiva, proporcionando un currículo de educación para la muerte de facto.

En 24 capítulos y 5 secciones (Planificar con antelación, Afrontar la enfermedad, Recibir ayuda en el camino, Cuando la muerte está cerca y Después) explica en un lenguaje claro qué esperar y “cómo” abordarlo y hacerlo. Muchas partes, como los capítulos sobre Síntomas y Trucos de hospital, o una sección sobre cómo interactuar con los médicos, proporcionan conocimientos generales útiles en cualquier etapa de la vida en la que te encuentres. Otras secciones ponen de relieve el cuidado y el cariño que se ha puesto en ella, por ejemplo “13 formas constructivas de afrontar la situación” y “Cómo hablar con los niños”. Además, al final hay una sección de recursos de 30 páginas bien surtida.

Aunque el primer capítulo, No dejes un desastre, señala la realidad del desorden inherente a la vida humana, el libro nos recuerda que sólo una pequeña proporción de nosotros (10-20%) morirá sin previo aviso. Esto significa que “tenemos alguna opción sobre cómo orientarnos hacia lo inevitable. Dónde moriremos, quizá. Alrededor de quién. Y, lo más importante, cómo pasar nuestro tiempo mientras tanto”.

Plenna no asume ninguna responsabilidad por este contenido. No podemos garantizar la exactitud de la información proporcionada por otras entidades, y no somos responsables por el uso que usted haga de la información contenida o enlazada desde cualquier material.

**Date:** 2025-07-02

**Translation disclaimer:** Este contenido fue escrito originalmente en inglés y traducido por DeepL.