

Acompañar el duelo y la pérdida

«Le seguía una gran multitud del pueblo y mujeres que se dolían y se lamentaban por él. Jesús, volviéndose a ellas, dijo: "Hijas de Jerusalén, no lloréis por mí; llorad más bien por vosotras y por vuestros hijos"»
(Lc 23,27).

"En general, el duelo por los difuntos puede llevar bastante tiempo, y cuando un pastor quiere acompañar ese proceso, tiene que adaptarse a las necesidades de cada una de sus etapas"
(Francisco, *Amoris laetitia* 255).

Vivimos en una cultura en que se nos dice a todas horas que tenemos que ser muy felices, o por lo menos parecerlo y presumir de ello. Dos intelectuales franceses, Gilles Lipovetsky (*La felicidad paradójica*, 2007) y Pascal Bruckner (*La euforia perpetua. Sobre el deber de ser feliz*, 2001), han descrito con brillantez este hecho. Bruckner, por ejemplo, afirma que "se ha difundido una suerte de compulsión casi enfermiza por la felicidad a cualquier precio, hasta el punto de que empieza a surgir una nueva clase de marginación: la de los que sufren [...]. Probablemente somos las primeras sociedades de la historia que han hecho a la gente infeliz por no ser feliz".

Pero en la vida real hay muchas situaciones de dolor y de pérdida: fallecimiento de familiares y amigos, divorcios y separación de familias (con el sufrimiento consiguiente de niños y adolescentes), rupturas dolorosas y traumáticas de noviazgos o relaciones de pareja, enfermedades graves... Nos cuesta hoy encajar el dolor y el sufrimiento, saber integrarlos en nuestra vida, o sea, *elaborar el duelo*, por usar la expresión popularizada por la psicología actual... Hay que saber acompañar este proceso sin ignorar ni negar la situación real de dolor.

¿Se puede educar a niños y jóvenes para esto? ¿Cómo acompañar esas situaciones de dolor, de pérdida y de duelo? ¿Cómo aportar luz y esperanza en estas situaciones?

Sabiduría cristiana sobre el duelo

Bastantes agentes de pastoral juvenil se sienten (nos sentimos) descolocados cuando surgen las situaciones de duelo y pérdida en la infancia y la juventud, y a veces nos quedamos sin palabras que decir. Sin embargo, la fe cristiana cuenta con un importante capital simbólico para afrontar con serenidad y esperanza estas situaciones. Por ejemplo, el genio de Miguel Ángel supo expresar en el gran icono que es *La Piedad* esa mezcla de dolor sincero, serenidad y esperanza que expresa María con el cuerpo inerte de Jesús en sus brazos.

El papa Francisco nos ofrece ideas interesantes al respecto en los números 253-258 de la exhortación *Amoris laetitia*: “A veces la vida familiar se ve desafiada por la muerte de un ser querido. No podemos dejar de ofrecer la luz de la fe para acompañar a las familias que sufren en esos momentos... Comprendo la angustia de quien ha perdido una persona muy amada, un cónyuge con quien ha compartido tantas cosas. Jesús mismo se conmovió y se echó a llorar en el velatorio de un amigo (cf. *Jn* 11,33.35). ¿Y cómo no comprender el lamento de quien ha perdido un hijo? Porque es como si se detuviese el tiempo: se abre un abismo que traga el pasado y también el futuro. Y a veces se llega incluso a culpar a Dios. Cuánta gente — los comprendo— se enfada con Dios... Todo el proceso del duelo está surcado por preguntas, sobre las causas de la muerte, sobre lo que se podría haber hecho, sobre lo que vive una persona en el momento previo a la muerte... En algún momento del duelo hay que ayudar a descubrir que quienes hemos perdido un ser querido todavía tenemos una misión que cumplir, y que no nos hace bien querer prolongar el sufrimiento, como si eso fuera un homenaje. La persona amada no necesita nuestro sufrimiento ni le resulta halagador que arruinemos nuestras vidas... El camino es crecer en el amor hacia los que caminan con nosotros, hasta el día en que «ya no habrá muerte, ni duelo, ni llanto ni dolor» (*Ap* 21,4)”.

Estudios de este número

- **Jesús García Herrero**, capellán del tanatorio de la M-30 de Madrid, presenta un resumen del libro que publica próximamente en PPC, *Acompañamiento pastoral del duelo desde la parroquia*. Nos cuenta su experiencia y su modo de acompañar en el duelo a enfermos graves y a familiares de personas difuntas, y ofrece varios ejemplos de celebraciones religiosas e intervenciones pastorales en dichas circunstancias.
- **Miguel Ángel Olivares Ullán**, salesiano que trabaja en Parla (Madrid), que es además psicólogo, nos habla de cómo ayudar y acompañar a niños y adolescentes cuando sufren la pérdida de algún familiar o la separación o divorcio de sus padres, y trata sobre el modo de elaborar el duelo a esas edades.
- Por su parte, **M^a Dolores López Guzmán**, profesora de teología en la Universidad Pontificia de Comillas (Madrid), narra cómo el sufrimiento y el dolor forman parte de la vida humana real, también la de las grandes figuras bíblicas. Dios es nuestro mayor consuelo cuando sufrimos, y de él aprendemos a ofrecer consuelo y acompañamiento a las personas que sufren. También nos ofrece un decálogo de buenas prácticas para consolar y acompañar.