

Circular 2242-Bis-2022

Transcribimos a ustedes un artículo muy interesante escrito por la Doctora Carla Roel.

Elisabeth Kübler-Ross, en su libro Una luz que se apaga, afirmó que “la muerte de un niño es a menudo una gran lección de amor incondicional y el amor incondicional no tiene exigencias ni expectativas; ni siquiera necesita de una presencia física.”

En este mundo de redes sociales nos hemos acostumbrado a tratar públicamente los temas más íntimos. Curiosamente, la única realidad que tenemos asegurada, la muerte, es evitada a toda costa, tanto en nuestra vida real como en la virtual.

En mi trabajo voluntario para de The MISS Foundation, he tenido la oportunidad de acompañar a cientos de padres cuyos hijos han muerto. Junto con los hermanos, los padres varones, son los grandes olvidados en el duelo parental, sobre todo cuando se trata de una muerte durante el embarazo o al poco tiempo del parto. Corriendo el riesgo de generalizar, he descubierto que a pesar de las diferencias en las edades de los hijos y de las causas de la muerte, las similitudes son mayores a las diferencias que viven los dolientes.

Según Richard Obershaw, el duelo es “el proceso en el cual trabajamos para identificar lo que hemos perdido, los sentimientos asociados con nuestra pérdida y quiénes somos a partir de que hemos experimentado la pérdida.”

Los dos demonios del duelo parental son la ira y la culpa. Y la culpa no es otra cosa más que ira dirigida a uno mismo.

Los padres han compartido conmigo que experimentan un fuerte sentimiento de culpa y de impotencia. Han asumido el rol social de protectores y sienten que han fallado en salvar la vida de su hijo, en evitar el profundo dolor que siente su compañera y el vacío que la muerte causa en su familia.

Lo que no somos capaces de nombrar, no somos capaces de reconocer y, por tanto, no podemos procesar. El desconocimiento social del duelo de los padres provoca que no hablen de sus sentimientos, que los descalifiquen y no sean trabajados. Muchos se encierran en el trabajo como forma de evadirse, mientras que otros se refugian en el consumo de drogas o alcohol.

El duelo es muy egoísta y cada persona enfrenta su dolor de manera tan personal como sus huellas digitales. Si no estamos concientes de esta realidad, cada miembro de la pareja esperará que el otro se duela de manera muy similar. El padre podrá sentirse impotente frente al profundo dolor de la mujer y ella le recriminará el que no se sienta igual.

A pesar de la leyenda urbana que asegura que las parejas que pierden un hijo a la muerte terminan separadas, la realidad es que menos del 9% de los matrimonios acaban tras la tragedia. Los que han estudiado este fenómeno, se preguntan si la muerte es la causa o si solo hizo más evidentes los problemas de pareja que los llevan a separarse.

Los grupos de apoyo ayudan a vencer el sentimiento de aislamiento, a que alguien sea testigo de la tragedia que se ha vivido, a compartir a ese hijo que cambió la vida de sus padres con su presencia y con su ausencia, a reconocerse tras la muerte y a sentirse acompañado en ese proceso largo del duelo parental.

Si perteneces a la subcultura de los padres dolientes, te deseo de todo corazón un Día del Padre lleno de paz. Recuerda que no estás solo en tu dolor, que somos muchos los que hemos experimentado una situación similar y que estamos dispuestos a acompañarte en tu camino del duelo. Ten la certeza de que te tengo en mis oraciones. Para mayor información visita <https://www.missfoundation.org>

“Unámonos más que nunca en un Gran Acuerdo Por México”