

<<La fe en la resurrección es el fundamento de nuestra esperanza. Tener fe en la resurrección es esta certeza activa, militante, exultante, de que todo es posible y que, más allá de la tempestad..., el ser humano proseguirá creándose más humano>>.

**R. Garody y E. Balducci, <<El cristianismo es liberación>>**



“Así pues, ponme por sello sobre tu corazón, ponme por marca sobre tu brazo: porque el amor es fuerte como la muerte, sus brasas, brasas ardientes” **Cantar de los Cantares 8, 6**

**PARA LEER...**

BERMEJO J.C., “Estoy en Duelo”, PPC, Madrid, 2005.

**Servicio de Atención Espiritual**  
–Centro San Camilo - Tres Cantos, Madrid  
xabier@sancamilo.org



**CLAVES DE AYUDA EN EL DUELO**

1. **Soluciones:** Ante el sufrimiento del otro por la pérdida de un ser querido siempre procuramos minimizar las consecuencias de esa muerte, con frases como: “era lo mejor”; “ha dejado de sufrir”, “el tiempo todo lo cura”, etc. En el fondo con este comportamiento lo que intentamos es neutralizar nuestra propia angustia. Incluso se llegan a hacer ofrecimientos generales (“cuando quieras puedes venir a mi casa”; “llámame si te encuentras mal”).

En estas circunstancias lo que hay que hacer es dar soluciones concretas, no ofrecimientos ambiguos. Un ejemplo recogido en el funeral de la madre de una persona: “Padre he dispuesto todo para que durante este mes se venga a vivir con nosotros” le dijo el hijo con voz firme y serena.

2. **Gestos:** El contacto físico es muy importante (un abrazo, un beso, un apretón de manos) más que sesudas reflexiones para explicar lo inexplicable: la muerte

3. **Ayuda competente:** El duelo es un proceso normal que a veces se encona y se convierte en una pesadilla. Entonces hablamos de “duelo complicado o patológico” donde la angustia es intensa, existe un alto riesgo de suicidio o el superviviente comienza a realizar alguna conducta de adicción. En estos casos la ayuda competente es imprescindible. **El Centro de Escucha San Camilo** es un lugar adecuado al cual acercarse a pedir ayuda.

4. **Duración.** Cada persona tiene su “tiempo” para aceptar la pérdida. No existe una fecha estándar para decir que la persona ha superado la muerte de un ser querido. Yo creo no acaba nunca, nunca cicatriza del todo la pérdida de alguien amado, aunque se puede aprender a vivir con ello.

Revista Humanizar, nº71. Año 2003. Página 27

“Olfato, gusto y tacto quedan para alejar la muerte y para hundirse en la mujer, en esa hola que es tiempo y lengua, brazos y latido, esa mujer descanso, mujer césped, que es llanto y rostro y siembra y apetito, esa mujer cosecha, mujer signo, que es paz y aliento y cábala y jadeo.

**Mario Benedetti**

Me dicen cosas...

Unas me ayudan, otras no.

### EVANGELIO (Lc 24, 13-35)

#### Lectura del santo Evangelio según San Lucas

Dos discípulos de Jesús iban andando aquel mismo día, el primero de la semana, a una aldea llamada Emaús, distante unas dos leguas de Jerusalén; iban comentando todo lo que había sucedido. Mientras conversaban y discutían, Jesús en persona se acercó y se puso a caminar con ellos. Pero sus ojos no eran capaces de reconocerlo. El les dijo: ¿Qué conversación es esa que traéis mientras vais de camino?

Ellos se detuvieron preocupados. Y uno de ellos, que se llamaba Cleofás, le replicó: ¿Eres tú el único forastero en Jerusalén que no sabes lo que ha pasado allí estos días?

El les preguntó: ¿Qué? Ellos le contestaron: Lo de Jesús el Nazareno, que fue un profeta poderoso en obras y palabras ante Dios y todo el pueblo; cómo lo entregaron los sumos sacerdotes y nuestros jefes para que lo condenaran a muerte, y lo crucificaron. Nosotros esperábamos que él fuera el futuro libertador de Israel. Y ya ves, hace dos días que sucedió esto. Es verdad que algunas mujeres de nuestro grupo nos han sobresaltado, pues fueron muy de mañana al sepulcro, no encontraron su cuerpo, e incluso vinieron diciendo que habían visto una aparición de ángeles, que les habían dicho que estaba vivo. Algunos de los nuestros fueron también al sepulcro y lo encontraron como habían dicho las mujeres; pero a él no le vieron.

Entonces Jesús les dijo: ¡Qué necios y torpes sois para creer lo que anunciaron los profetas! ¿No era necesario que el Mesías padeciera esto para entrar en su gloria? Y comenzando por Moisés y siguiendo por los profetas les explicó lo que se refería a él en toda la Escritura.

Ya cerca de la aldea donde iban, él hizo ademán de seguir adelante, pero ellos le apremiaron diciendo: Quédate con nosotros porque atardece y el día va de caída. Y entró para quedarse con ellos. Sentado a la mesa con ellos tomó el pan, pronunció la bendición, lo partió y se lo dio. A ellos se les abrieron los ojos y lo reconocieron. Pero él desapareció. Ellos comentaron: ¿No ardía nuestro corazón mientras nos hablaba por el camino y nos explicaba las Escrituras?

Y levantándose al momento, se volvieron a Jerusalén, donde encontraron reunidos a los once con sus compañeros, que estaban diciendo: Era verdad, ha resucitado el Señor y se ha aparecido a Simón. Y ellos contaron lo que les había pasado por el camino y cómo lo habían reconocido al partir el pan.

### COMENTARIO

A menudo nos acercamos al que sufre cuando se nos llama a escena, cuando algo ha acontecido: una enfermedad, un fallecimiento...

Los escaparates, las luces de neón, las bocinas de los automóviles... son los que nos hacen despertar y salir a ver lo que ocurre, y cuando salimos vamos tan deprisa que no reparamos en quién se nos cruza en el camino, en quien busca nuestra mirada, nuestra mano... ¿Cuánto ruido necesitamos para despertar? ¿Cuántas personas hemos de cruzarnos para fijarnos en una solamente?

Paremos, dejemos que sea el silencio quien nos permita escuchar lo que a nuestro alrededor acontece. Jesús resucita en cada una de aquellas personas que no se les oye. Sólo tenemos que mirar para verle, extender nuestra mano a aquel que no se le ve.

No esperemos un destello para estar con quien nos necesita, busquemos la luz necesaria para acompañar a quien habitualmente no vemos, y el silencio para escuchar a quien no oímos. Dios resucita en cada uno de ellos.

**Mónica Jiménez García**

