

Resucitar en la **PÉRDIDA**





Misa del grupo
en la parroquia
San Carlos
Borromeo, en
Villanueva
de la Cañada,
Madrid

Resurrección, una propuesta de pastoral del duelo creada hace 30 años por el camilo Mateo Bautista, está presente en 11 países y empieza a abrirse paso en España. Ofrece una sanación integral y en comunidad.

MIGUEL ÁNGEL MALAVIA. FOTOS: JESÚS G. FERIA

En agosto de 2005, con apenas 17 años, murió por una meningitis Irene, la hija de Jorge Megías y Puri Roca. Echando la vista atrás, el matrimonio es muy consciente de que una “gracia” les sostuvo. Así lo recuerda hoy él: “Cuando mi hija murió, no teníamos relación alguna con Dios. Éramos bautizados, pero agnósticos y nada practicantes: ni rezábamos ni íbamos a misa. Estábamos tan alejados que ni siquiera estábamos casados por la Iglesia”.

En ese primer momento optaron por ir a un psiquiatra: “Pero, a la tercera sesión, le dijimos que lo dejábamos y él nos dijo que lo entendía perfectamente, pues veía que buscábamos unas respuestas de tipo trascendente que él, ateo, no nos podía ofrecer. Y es que, sin ser creyentes, al tocarnos así la muerte, nos hicimos las grandes preguntas... Sentíamos que, si no había nada tras la muerte, entonces, ¿dónde quedaban el amor y la belleza? Si nada tiene un sentido, somos muertos vivientes, sin más”.

Hoy Jorge tiene claro que “el Espíritu Santo nos hizo apostar por la vida”. Pero, en esos meses posteriores a la muerte de Irene, “sentimos inflamado el amor por nuestra hija. Desde una gran hiperactividad, creamos una fundación para luchar contra la meningitis en España, yo le escribía cada día poemas de amor... Realmente, nos transformamos y sentíamos

que eso solo podía tener como explicación el hecho de que, de algún modo, ella seguía viva. Nos sabíamos dónde estaba, pero la sentíamos cerca, nos acompañaba”.

La “búsqueda” era total: “Leíamos libros de todo tipo: sobre reencarnación, espiritismo, budismo, experiencias cercanas a la muerte... Pero todo cambió el día en que un amigo me envió por correo el libro *Mero cristianismo*, de C. S. Lewis. Ahí se puede leer que Dios es Padre, que nos dio a su Hijo y que, fruto de su amor hiperactivo y perfecto, el Espíritu Santo actuó y creó a otras personas que a su vez alumbraron a muchas otras. Me deslumbró y me sentí absolutamente identificado”.

Fascinados por ese descubrimiento, “aún sin tener muy clara esa fe que entonces brotaba en nosotros, sí que tuvimos la intuición de dirigirnos a un sacerdote y le dijimos que queríamos casarnos por la Iglesia, pues sentíamos que nuestra hija así lo quería. Así que, tras una confesión de hora y media y la participación en un cursillo de cristiandad que nos ayudó mucho, solo diez meses después de la muerte de nuestra hija, ¡nos casamos con 50 años de edad!”.

Entonces empezó su definitiva implicación en la vida de fe, dirigiendo, entre ambos, grupos de catequesis de adultos en su parroquia. Por motivos laborales, Jorge y Puri pasaron seis años





» en Chile y México. En el último país fue cuando surgió algo que ha marcado su vida: “Tras ver anunciado en una parroquia un grupo de duelo, me gustó mucho la idea y lo propuse en la nuestra. Íbamos a ponerlo en marcha cuando llegó la pandemia y lo paró todo. Después, volvimos a España y me jubilé al poco tiempo”.

Pero Jorge no se rindió y, nada más llegar aquí, en julio de 2021, se dirigió a su parroquia, la de San Carlos Borromeo, en la localidad madrileña de Villanueva de la Cañada, y propuso al párroco poner en marcha el proyecto. Sin dudarlo, apostaron por ello. Y eso que partían de cero: “Busqué en Internet esto: ‘Grupo parroquial duelo’. La primera búsqueda me remitió al sacerdote **Mateo Bautista** y a pastoralduelo.org, su web, que me entusiasmó. Es un misionero español, camilo, que ahora está en Lima y que, desde hace 30 años, ofrece la Pastoral del Duelo Resurrección. Enfoca su vocación en el duelo por la muerte de un ser querido, que es muy diferente del que se siente por una enfermedad propia o un sufrimiento personal de otro tipo, que son otro tipo de duelos”.

Fascinado por su figura (“ha escrito más de 70 libros sobre la cuestión e impulsa una red

A FONDO ACOMPAÑAR EL DUELO

presente en 11 países en América Latina”), Jorge no lo dudó y, tras comprobar que en España solo había cuatro grupos de duelo, contactó con el padre Mateo para ofrecerse a impulsar el proyecto aquí: “Tras contar con su aprobación y con la de mi párroco, en nuestra comunidad local lo movimos y muy pronto tuvimos una respuesta impresionante: en solo dos meses se apuntaron 23 personas. No solo salía un grupo, sino que lo tuvimos que dividir en dos, coordinando uno entre mi mujer y yo, llevando el otro nuestra querida **Eva Ruiz de Aldereguía**, viuda. Empezamos aquel septiembre y todo ha funcionado tan bien que ya hay cuatro diócesis que cuentan con grupos propios: Asidonia-Jerez, Cuenca, Getafe y Madrid”.

Todas las parroquias

Una noticia a celebrar, aunque Jorge, entusiasta, tiene claro el objetivo: “Estar presentes en todas las parroquias de España, pues en todas hay personas que nos necesitan”. Y es que la clave es ir al fondo del problema, con decisión: “Cuando experimentamos el dolor por la muerte del ser querido, tenemos dos opciones: dejar pasar el tiempo con pasividad hasta que ese sufrimiento se enquistase o trabajarlo dentro de ti, en un proceso hasta conseguir la sanación interior”. Otra esencia del itinerario es que no es genérico, sino que tiene muy en cuenta “si sufrimos a causa de la muerte del hijo, del padre, del hermano, de la mujer o de un amigo... Cada uno de esos procesos tiene sus propias características. Lo mismo que son diferentes sufrimientos según el momento vital en el que nos toque hacerles frente”.

En este sentido, se retrotrae a san **Agustín**, que, “en las *Confesiones*, cuenta que pasó por tres duelos importantes en su

vida: por la muerte de un amigo, por la de su hijo y por la de su madre. Y explica que el más doloroso fue el de su amigo, que lo era desde la infancia y que le sobrevino cuando era tan joven que apenas tenía recursos personales propios con los que encontrar consuelo”.

Por ello, “aquí detectamos tres tipos de recursos: los **personales** (que surgen de nuestra propia identidad y del recorrido vital que nos configura), los **comunitarios** (todo lo que nos rodea y que es ajeno a nosotros) y la **gracia de Dios**. Esta última es esencial, pues Él está ahí, en nuestro sufrimiento, y se desvive por nosotros. A veces, presa del dolor, nos encerramos en nosotros mismos y el enemigo se ceba en ese sufrimiento, haciendo que surjan la duda y hasta el enfado con Dios. Algunos pierden la alegría de vivir... Nunca hemos de perder de vista la perspectiva de que, en el



duelo, se da una lucha íntima entre el Señor y el enemigo que siempre nos acecha”.

Además de trabajar estos tres recursos, los itinerarios ideados por Mateo Bautista abundan en “la existencia de seis dimensiones humanas, cada una con sus propias heridas en un proceso de duelo. La primera es la **física**; en esos trances, no dormimos, comemos mal o no lo hacemos. Incluso podemos llegar a contraer una enfermedad grave... O morir de pena. La segunda es la **emocional**, sabiendo que atravesamos una montaña rusa con sentimientos incontrolables. La tercera es la **intelectual**, pudiendo ser nuestros pensamientos insanos al cuestionarnos si alguna vez podremos volver a ser felices o si merece la pena vivir”.

Más allá de nosotros mismos, nos encontramos con “la cuarta dimensión, que son los **vínculos**. Nos duele ver cómo

El matrimonio conformado por Puri Roca y Jorge Mejías, junto a Eva Ruiz de Aldereguía (derecha), coordinan los dos grupos de Duelo Resurrección que la parroquia de San Carlos Borromeo ofrece desde 2021 a más de una veintena de personas que han sufrido una pérdida

los demás siguen con su vida mientras nosotros estamos hundidos. Cuando te ven, muchos no saben cómo tratarte y te sabes incómodo para ellos. Y todo porque la muerte es hoy un gran tabú y hay un fuerte desconocimiento sobre la misma. Se ha perdido el rito que antes nos podía consolar, como el velatorio, y ahora todo queda en manos de los profesionales de las funerarias. Eso hace que nos aislemos y que ni siquiera queramos hablar de la muerte”.

La quinta dimensión es la que entronca con los **valores**, que “son los que gobiernan nuestra vida y nos dan fuerza interior. Son nuestras creencias, lo que va más allá de nuestro hedonismo. Así, cuando perdemos esos valores positivos, como el esfuerzo, se diluye el sentido de todo y sentimos que ni vale la pena levantarse de la cama”. Por último, “nos encontramos con la dimensión **espiritual**, con nuestra conexión con Dios. Esta nos ayuda, pero, cuando nos golpea el sufrimiento, la fe se puede derrumbar y la relación con el Señor entra en un estado de desconfianza, enfado o abandono, perdiendo la creencia”.

Conocedores de esta compleja estructura humana, en los grupos trabajan “para sanar las heridas en cada una de esas seis dimensiones”. ¿Cómo? “Con encuentros semanales, de unas dos horas de duración, en los que nos reunimos unas 12 personas, a las que llamamos dolientes, y en las que nos centramos en un tema concreto, siendo muy importantes el diálogo y el compartir los procesos los unos con los otros”.

Los coordinadores del grupo emplean unos cinco minutos en una breve exposición sobre el tema concreto del que hablarán esa semana (por ejemplo, la culpa) y, en cada encuentro, “hay tres dinámicas interactivas entre todos los participantes. La

primera ronda es más bien un desahogo. Les preguntamos a los dolientes qué tal ha ido la semana y si han podido darse lo que llamamos una caricia positiva; una especie de regalo, como ir a dar un paseo, ver una película o ir a la peluquería. Son pequeños gestos que pueden ser importantes, pues se los suelen negar a sí mismos para evitar todo disfrute. Ellos cuentan lo que quieren, dando rienda a sus sentimientos de un modo muy personal”.

Escucha

Esta primera fase del **encuentro** es muy importante, “pues todos comparten sus experiencias y escuchan las de los otros, lo que les hace salir de su ensimismamiento”. Algo que Jorge ilustra con un ejemplo: “El otro día, una mujer contó que, durante los últimos 15 años, había cuidado de su marido enfermo. Al morir este, se encontraba ‘vacía y llena de rabia’. Otra compañera le hizo ver que había tenido ‘la inmensa fortuna de haber compartido 70 años con el amor de su vida’, mientras que, ella, por ejemplo, había enviudado muchísimo antes. Ella se quedó en silencio... Estas palabras la alcanzaron en plena línea de flotación. No es lo mismo que te lo diga alguien de fuera que quien está pasando por lo mismo. Por eso, esos diálogos generan un gran efecto sanador”.

En la segunda ronda, la **temática**, ya se aborda como tal aquello de lo que se reflexionará esa semana: “Les hacemos varias preguntas y los dolientes las responden por escrito. Sobre el papel, es más fácil poner nombre y apellidos a aquello que nos causa dolor. Luego, todos leen en alto lo escrito, compartiéndolo con todo el grupo. Se genera un efecto espejo al verse cada doliente reflejado en los demás”.



» En la tercera ronda se produce una **cadena de apoyo**: “Cada uno elige a otro y le manda un mensaje verbal en positivo. Si le ve bajo de moral, le anima. Y, si siente que está evolucionando bien, se lo hace ver delante de todos. El receptor del mensaje queda muy reforzado al ser visible su mejoría. Además, a la persona que envía un mensaje positivo, este también le genera la misma energía, pues ha salido de sí misma y de su dolor para apoyar a otra. Al final, todos se benefician de ese poder sanador”.

Hacia el final de cada encuentro, se lee un pasaje de la Biblia relacionado con el tema de la semana, se comenta brevemente y se reza una oración. Porque, como destaca Jorge, “al fin y al cabo este es un grupo parroquial. Estamos abiertos a no creyentes y a cristianos de otras confesiones, pero todos tienen claro que somos católicos y que, aunque haya distintos niveles de fe entre unos y otros, esta es nuestra identidad”.

Echando la vista atrás, a lo que ha sido su vida desde la muerte de su hija Irene, Jorge se siente feliz por el hecho de poder ayudar a muchas personas que están pasando por la amarga prueba que su mujer y él tuvieron que afrontar y de la que salieron a flote sin todas estas herramientas, “más

que nada, por la Providencia”. Ahora, el objetivo es asentar los grupos de Bautista, “si los dolientes perseveran, el método funciona y las personas sanan y recuperan la alegría de vivir”.

Para ello, tratan de contactar con todos los obispos de España para animarlos a conocer sus dinámicas y a que quieran implementarlas en sus parroquias. Ellos dan todas las facilidades: “Incluso proponemos a la gente que nos contacta de fuera y que no cuenta con un grupo de duelo en su zona que se conecte *online* a nuestros encuentros semanales. Actualmente, tenemos a dolientes que se conectan desde Barcelona, Alicante, Cádiz o Málaga. El año pasado los había de Cuenca y de El Puerto de Santamaría. Y, ahora, no solo es que hayan sanado ellos, sino que son coordinadores de grupo en sus propias realidades locales”.

Desde la distancia

Un claro ejemplo de cómo cala esta revolución de la esperanza está en el testimonio de **Irene Renart**. Residente en Barcelona, siente que, “ante las pruebas que se te presentan en la vida, el Señor te tiende la mano a través de las formas más insospechadas. Esto siempre es así, solo que, cuando le negamos, cuando vivimos sin Él, es muy probable que no nos enteremos

de nada”. Su prueba llegó con la muerte de **Mikel Azurmendi**, su marido, que fue uno de los fundadores de la plataforma Basta Ya, comprometida en la lucha frente a ETA. Tiempo después, tras ser conocida, gracias a su amigo **Javier Amate**, de la existencia del Grupo de Duelo Resurrección de Villanueva de la Cañada, contactó con Jorge y Puri: “Después de una videoconferencia de unas dos horas, intuí que ahí podía haber un bien para mí y, aunque me daba miedo el compromiso de un encuentro semanal, dije sí”.

Desde la distancia, a través de sus conexiones *online*, Irene se fascinó con la pastoral de Bautista: “Está claro que les asiste la gracia del Señor. Ayudar a las personas en los duelos me parece una caridad de las más preciosas que existen”. De ahí que anime a quienes pasen por este sufrimiento a conocer los cursos. Con “perseverancia”, irán viendo que “todo va sucediendo solo, pues la gracia se va derramando. En mi caso, Mikel fue alguien extraordinario y su muerte fue inesperada y con cierta violencia, un ataque al corazón delante de mí y de su hijo **Nahiko**... Nuestro vínculo era fortísimo. No veía cómo podía volver a ser feliz”.

Su mujer destaca que “él era filósofo y escritor. Su mejor libro es *El abrazo. Hacia una cultura del encuentro*, donde narra las maravillas que vimos en Comunión y Liberación (CL) a raíz de encontrarles providencialmente en las jornadas anuales de *Encuentro Madrid* en 2016. Vimos cómo se amaban y nos resultó tan atractivo que Mikel decidió escribir sobre ello, apuntando cosas como esta: ‘En las noticias solo te cuentan miserias que te dejan con el corazón encogido, pero nadie habla de esta gente, que acoge a niños enfermos, que se aman



Participantes de grupos de Duelo Resurrección de toda España, en una reunión en la parroquia madrileña de Villanueva de la Cañada para cerrar el pasado curso con una misa, un encuentro y una posterior celebración en un clima familiar





unos a otros como ya es raro ver'. Más tarde, al conocerlos mejor, quisimos vivir como ellos. El Señor nos fue llevando de la mano hacia la vida buena verdadera. Todo esto fortaleció nuestro amor por la vida, por la gente y entre nosotros".

En pleno curso, falleció también la madre de Irene, **Rosa María Montalat**: "También era una mujer extraordinaria, el pilar de la familia y con quien tenía un vínculo muy especial. Lo he podido vivir de otra manera, más serena, y consciente de todos los regalos que el Señor me ofrecía para mi consuelo".

Ahora siente que "Mikel y mi madre están vivos, más vivos que nunca, en un cuerpo espiritual, en el cielo. Su amor hacia mí es más intenso y puro

que nunca, y el mío hacia ellos, también. Les sigo echando de menos, pero es un amor de ida y vuelta. He aprendido a despertar los lenguajes interiores del amor. Y, como dice el padre Mateo, ahora tengo un botiquín, con herramientas de emergencia para cuando te asalten momentos de tristeza o ideas insanas".

Eso sí, no fue fácil: "Aceptar la muerte de Mikel es lo que más me costó. Lo aceptaba en teoría, pero no en la práctica. El grupo me ha ayudado mucho a ello. Teniendo fe y estando rodeada por los amigos de CL, fraternidad a la cual pertenezco, podía parecer innecesario hacer este curso, pues ellos ya suponían una compañía y ayuda de valor inestimable. Pero ha sido necesario, y bueno".

Poco a poco, la luz se ha ido imponiendo sobre las sombras: "Acabas por encontrarle sentido a la muerte, a la vida, a tu vida. Se materializa la posibilidad de volver a ser feliz. Yo nunca perdí la esperanza; no en vano, había reencontrado la fe de la mano de Mikel, y el tener esperanza ante cualquier circunstancia había sido un hallazgo clave. Pero no veía cómo volver a ser feliz. Me sentía en una barca en medio de una inmensa tempestad. Sabía que **Jesús** estaba en la barca, y también sus testigos en la tierra, pero me faltaba aliento. El Grupo de Duelo Resurrección ha contribuido de una manera especial a que amainaran los vientos". Concretamente, Irene valora que "el método del padre Mateo tiene mucho sentido, y en él eres llevado de la mano del Señor, con mucha suavidad y paciencia, a ser feliz de nuevo. Que es justo lo que Dios quiere para nosotros".

Al principio, "en los primeros encuentros, se pone todo el desgarramiento interior sobre la mesa. Ese desahogo, guiado por los

coordinadores, ya comienza a sanarte, porque ocurre en un espacio santo, de libertad, de respeto mutuo, de comprensión. Y te hace salir de ti mismo, de tu medida; ves el sufrimiento de los demás y te conmueve. El tuyo deja de ser el único, y eso hace bien. Sacas a la luz todo lo que te duele, se genera una actitud de apertura, muy cristiana". Luego, durante el curso, "se profundiza en distintos aspectos, algunos más psicológicos y otros más relacionados con la fe. Todos ellos, necesarios para la sanación".

Una vez *resucitada*, dio un paso para devolver parte de lo recibido. Al principio, pensó en hacerse coordinadora para otros grupos: "El corazón me lo pedía, pero, siendo realista, no podría dedicarle el tiempo y entrega necesarios". Pronto encontró otra fórmula: "Tras abandonar el encierro en que te mete tu propio dolor, para salir y volcarte en ayudar a otros, me he lanzado a acoger en casa a **María**, una chica joven que ha sufrido mucho. También participo en actividades de entrega de tiempo y esfuerzo para ayudar al necesitado, siempre poniendo a Jesús en el centro".

Como concluye Irene, "lo más increíble es que, al hacerlo, recibes mucho más de lo que das. Cada día me enamoro más de Cristo. La verdad, no se cómo pude vivir sin Él en el pasado". Un caminar en el que le ha ayudado mucho el Grupo de Duelo Resurrección: "Es un milagro. El Señor, por medio de las vasijas de barro que somos, logra que florezca el amor verdadero, que florezca la vida. Lo cual corresponde a nuestra naturaleza y a la del Padre. Nuestro corazón está marcado por unas exigencias de verdad, bondad y belleza que son don de Dios. Estamos hechos para amar. Lo demás... es todo lo demás".

“Hasta Dios tuvo que hacer el duelo por la muerte de su Hijo”

MIGUEL ÁNGEL MALAVIA

Desde hace más de 30 años, el misionero camilo español **Mateo Bautista** impulsa a nivel comunitario la Pastoral del Duelo, acompañando a personas golpeadas por la muerte de alguien cercano. Su método ya está presente en 11 países de América Latina. En España, esta labor pastoral se ejerce de manera presencial en cuatro diócesis, atendiendo de manera virtual a personas de otras.

Doctor en Pastoral de la Salud, con su tesis doctoral sobre el acompañamiento por muerte de hijos, encarna su vocación en el Grupo Parroquial de Mutua Ayuda ‘Resurrección’ y en la divulgación, a través de conferencias o en hasta 70 libros, de los que una veintena giran sobre la sanación del sufrimiento por muerte de seres queridos. El último es *El duelo cristiano* (San Pablo, 2023).

La muerte forma parte de la esencia humana y anida en toda religión. Pese a ello, en la sociedad parece un tema tabú. ¿También en la Iglesia?

Asumir el hecho de morir y hacerse protagonista de él no es fácil; conlleva madurez personal y tener muy clara la cosmovisión de la vida: de dónde venimos, para qué estamos en este mundo y cuál es nuestro destino después de la muerte. Tabuizar la realidad del morir es signo de infantilismo personal y de una visión materialista de la vida. Es la gran tentación,

también en la Iglesia. Baste oír los eufemismos que se usan en nuestras homilias y conversaciones: se destierra hasta la palabra muerte. Hablar del morir parece de mal agüero y, claro, nadie se psicoeduca para esta realidad inevitable. Con esa actitud, cuando llega la hora de la verdad, nos pilla desprevenidos para asumirla y con una discapacidad manifiesta para ayudar a otros con buenos procesos de duelo.

Espacio propio

Teniendo en cuenta que esta realidad está presente en toda comunidad, ¿cómo es posible que no se le conceda un espacio pastoral propio?

En la Iglesia existe una Pastoral del Duelo poco desarrollada, predominando el carácter sacramental, con intervención muy puntual en velatorios o entierros, sin acompañamiento continuado *postmortem*, apenas predicada, catequizada y pastoralizada, sin una reflexión teológica adecuada (no se forma en ella a los seminaristas) y sin aplicar las técnicas de la más elemental relación de ayuda. Además, es muy clerical, sin crear un auténtico cuerpo de agentes laicos.

La Pastoral del Duelo, tan humana, evangelizadora y esperanzadora, no es un ministerio coyuntural, ni de un carisma particular, o de unos feligreses sensibilizados, sino una necesidad pastoral de toda la Iglesia,

ubicada en el corazón mismo del anuncio y praxis del Señor. ¡Hasta Dios Padre tuvo que hacer el duelo por la muerte de su Hijo! La Pastoral del Duelo debe estar a mano en cada parroquia o centro pastoral.

¿Se ‘despacha’ este momento de encuentro con la trascendencia demasiado rápido, simplemente con la homilía del sacerdote en el entierro, sin haber luego un acompañamiento real y duradero a los seres cercanos del fallecido?

La clave es dar acompañamiento capacitado, afectuoso y vincular a las personas dolientes (el aislamiento y soledad son fatales), así como dar continuidad en un proceso evangelizador sanador. En ‘Resurrección’ lo sintetizamos con tres palabras: comunidad, comunicación y comunión.

Aspira a que personas que han sido acompañadas en los grupos, una vez ‘resucitadas’, coordinen nuevos grupos en otras parroquias...

El itinerario y la modalidad de la Pastoral del Duelo, que evangeliza consolando y sanando, lo tenemos perfectamente descrito en el relato evangélico de los dos discípulos sufrientes, decepcionados y confundidos, sin esperanza de resurrección, en un mal camino de duelo, con actitud de fuga. Debidamente acompañados por el Resucitado, vuelven a su comunidad como “resucitados” evangelizadores (Lc 24,13-35).



En nuestras homilias se destierra la palabra muerte, lo que dificulta que ayudemos a otros en su proceso





Mateo

BAUTISTA

CAMILO, IMPULSOR DE LA PASTORAL DEL DUELO

¿Cómo nació su vocación?

Por mi experiencia de vida. Me marcó mucho, en mi pre-adolescencia, la muerte violenta de un primo (y el ver la repercusión en su familia), la muerte de mi mamá (soy el más pequeño de nueve hermanos) y la muerte ahogado de un compañero. Y, precisamente, para rellenar esa grave laguna existente en la pastoral de la Iglesia; para no decepcionar a los fieles dolientes en los momentos más sufrientes de su vida; para dar continuidad a procesos de acompañamiento con heridas intensas ocasionadas por muerte por homicidio, suicidio, etc. Y, por supuesto, para concienciar dentro de la misma Iglesia.

Incomprensión

¿Cuál es la actitud de obispos y párrocos cuando se dirige a ellos a para plantearles el apoyo a este itinerario?

Me duele mucho cuando los fieles me comentan que acuden a su párroco buscando consuelo y oyen: “¿Qué quieres que te diga?” o “vete al psicólogo”. Desgraciadamente, todavía nuestros pastores creen que esta pastoral es un carisma particular o una vocación especial. También es considerada un apéndice de la Pastoral de la Salud.

Después de 30 años, conseguimos más sensibilidad pastoral. Ya tenemos diócesis con un delegado de Pastoral del Duelo. Hemos pedido a algunas conferencias episcopales, empezando por la argentina, el nombramiento de un secretario nacional de la Pastoral del Duelo. Y ya hay seminarios que imparten esta materia. Hay que seguir insistiendo.

¿Qué referencias le alimentan, dentro y fuera del Evangelio?

El bien siempre hay que hacerlo bien y con continuidad. La Pastoral del Duelo aprovecha

todas las herramientas que nos aportan las diversas ciencias, sin perder la identidad propia. Tenemos muy en cuenta los aportes del maravilloso cuerpo de consolación del mundo greco-romano, de otros escritos célebres, como el antiquísimo poema de **Gilgamesh** por la muerte de su amigo **Enkidu**, de la cultura mesopotámica.

Obviamente, nuestro modelo primordial es **Jesús**, varón de dolores y duelos, con su docencia, praxis y experiencia personal de sufrir y *duelar*. Sin olvidar el duelo de **María**, firme junto a la cruz, que no vive para un hijo muerto, sino resucitado. Y la rica tradición bíblica y de la Iglesia, con la vida y escritos de los mismos cristianos y Padres de la Iglesia.

¿Cómo ha crecido su propio carisma este tiempo?

Nunca dejaré de dar gracias a Dios por el don de ejercer esta Pastoral del Duelo. En ella, he entrado más profundamente en el misterio de nuestra fe y he conocido grandes testimonios de coraje por la vida y de fe, ejemplo de amor samaritano al acompañar gratuitamente, semana tras semana, año tras año, a otros dolientes.

Misionero en Perú, estuvo en Bolivia y, antes, en Buenos Aires, donde conoció a Bergoglio. ¿Cómo insufla el Papa consuelo y alegría de vivir a quienes se dirigen a él tras la muerte de alguien cercano?

Mi obispo *gaucho* siempre ha sido muy sensible a esta pastoral. Baste citar su propia praxis consolatoria practicada en tantas ocasiones, y algunas trágicas, como le tocó vivir, sin olvidar esa maravillosa catequesis sobre la pastoral del duelo pronunciada en la plaza de san Pedro. En un encuentro con él en 2019, en Roma, se interesó por esto y nos alentó: “¡Ché, no aflojen, tienen mi oración y bendición!”.

En el itinerario de acompañamiento, según las diversas modalidades, los dolientes han de convertirse en responsables *duelientes* (*duelar* es el trabajo de sanación), hasta llegar a cicatrizar su herida. Los que se animan y reúnen el perfil del coordinador de ‘Resurrección’ se capacitan al menos durante un año, supervisados por su coordinador y asistiendo a la formación permanente. Que los coordinadores tengan experiencia personal de sufrimiento y sanación es un icono viviente de que se puede y debe sanar toda herida con un buen trabajo de duelo multidimensional. No lo dudemos nunca, por favor: ¡Siempre somos más grandes que el mayor de los sufrimientos!

De la desesperanza a la esperanza

EVA RUIZ DE ALDEREGUÍA

Soy la menor de ocho hermanos, madre de tres hijos excepcionales y abuela de una bebé preciosa que pronto tendrá una hermanita. Me casé con el hombre con el que me tenía que casar, **Ignacio**, porque estábamos hechos el uno para el otro. Sé que Dios escribió nuestra historia de amor, así que solo a Él puedo darle gracias por los 27 años que hemos estado juntos. Hace cinco, él falleció en un trágico accidente laboral. Una muerte violenta, sin despedida. En solo cuatro años, con 45, ya era huérfana de padre y madre y viuda. Hacía años, uno de mis hermanos murió, dejando mujer y dos niños pequeños, y un sobrino también falleció en un accidente de moto, con 19 años. Pero nunca me enfadé con Dios.

Mi tabla de salvación fue hacer un retiro espiritual a los dos meses de la muerte de Ignacio. Emaús, organizado por laicas y para laicas, fue clave. Tuve un encuentro cara a cara con Dios que transformó mi vida por completo. En solo 48 horas, pasé de la más absoluta desolación a la total consolación. Durante esos dos meses previos al retiro, la psicóloga me pedía finalizar cada sesión con una palabra. Yo decía: “Miedo, vacío, desesperanza, desamparo, soledad, abandono”. Pero, cuando volví tras Emaús, me dijo: “Eva, estabas muerta y has resucitado”. Salía rebo-sante del amor de Dios y con la más absoluta certeza de que Ignacio estaba vivo. Ese día, mi palabra fue “esperanza”.

Pero la herida seguía abierta y me dolía física-

mente el alma. Procuraba estar activa 16 horas al día, pero, cuando paraba, me encontraba de nuevo con mi realidad. A los dos años, a la vuelta de un viaje a Tierra Santa, llamé al párroco de San Carlos Borromeo, en Villanueva de la Cañada. Pedí ayuda al padre **Gonzalo Pérez-Bocherini** porque me di cuenta de que, por muchas cosas que hiciese para fortalecer mi fe y colaborar en todo lo que pudiese con mi parroquia, realmente no estaba haciendo el duelo.

Yo “estaba” de duelo, de una manera pasiva, pero sin “hacer” el duelo. Eso conlleva estar delante de tu dolor y confrontarlo. El duelo que no sana es el que no se trabaja. Cada uno tiene su proceso. Estaba tan arropada que, aunque desgarrada de dolor, no empecé el mío hasta el segundo año, cuando algunos me fueron soltan-

do de la mano para que caminase sola. Aun así, para mí era una sorpresa saberme bendecida con el don de la fortaleza, pues, antes de la muerte de Ignacio,

sentía que “no soportaría la vida sin él”. Esta fuerza, desde el primer momento, sé que me venía del cielo.

Ignacio y yo nos queríamos mucho. Después de pasar algunas desavenencias, como pasan los matrimonios, sentía que el nuestro era perfecto, aun con sus imperfecciones. Antes de su fallecimiento estábamos pasando una etapa muy buena en todos los sentidos. Esa estabilidad se la transmitíamos a los niños. En casa había amor, paz y armonía, y yo daba gracias a Dios cada día. Rezaba y no entendía por qué tenía esa necesidad tan grande. Más tarde entendí que Dios nos estaba preparando para la debacle.

Sentimiento de culpa

A veces sentimos culpa con nuestros seres queridos (es una fase más del proceso de duelo), y el perdón es de las cosas más sanadoras que hay. Podemos sentir culpa por lo que dijimos o por lo que no hicimos, pero los muertos no nos pasan factura. Somos nosotros la fuente de nuestros reproches y hay que distinguir entre ser culpable con sentirse así. Perdonarse a uno mismo es un avance en el proceso de duelo. Surgen muchas preguntas, como “¿por qué?”. Pero es mejor preguntarse: “¿Para qué?”.

Siento que esta vida es un paso y que la verdadera vida es donde están los que nos han dejado. Ahora también lo experimento con el método del padre **Mateo Bautista**. Aparecieron en mi vida, de una manera totalmente providencial, **Jorge y Puri** (ver páginas 8-13) y, al poco tiempo, me propusieron como coordinadora del Grupo Duelo Resurrección, donde mi mayor reto es que los dolientes descubran que Dios es real y que comprendan que nuestro ser querido es parte de su plan perfecto, que nosotros aquí no entendemos. Una vez que abren su corazón, entra Dios a chorro y van pasando de la desesperanza a la esperanza.





Y el círculo se cerró

FELIPE ELIZAGÁRATE

Tengo 62 años, estoy viudo y disfruto del amor de dos maravillosas hijas, un pequeño nieto y dos grandes hombres: mis yernos. Mi mujer y amor de mi vida, **Isabel**, murió a los 56 años, el 8 de noviembre de 2021, tras 14 meses de valiente lucha contra el cáncer. Su manera de enfrentar la enfermedad y la muerte fue mi mejor lección de vida y el comienzo de mi crecimiento en la fe. Diez años antes, me había regalado una Biblia, pues yo, bautizado, pero no practicante, admiraba al **Jesús** histórico, pero no al hijo de Dios. La abrí, leí cuatro páginas del Génesis, no entendí nada y la dejé durmiendo en sueño de los justos.

Cuando ella enfermó, volví al libro sagrado y, entonces, no solo entendía el mensaje, sino que me hablaba. Ese texto respondía mis inquietudes y preguntas. Era increíble, pero así era. El 3 de diciembre de 2021, el día del cumpleaños de Isabel, y apenas tres semanas después de su muerte, acababa la primera lectura completa de la

Palabra. Después, descubrí la Eucaristía y la conciencia de que, si mi mujer estaba con Jesús, yo podía encontrarme con ambos en cada comunión. Y empecé a comulgar a diario.

Bien es cierto que a la par yo estaba en pugna con Dios Padre. Hago más las palabras de **Lewis**: “No es que yo corra demasiado peligro de dejar de creer en Dios. El verdadero peligro está en empezar a pensar tan horribilmente mal de Él. La conclusión a que temo llegar no es la de: ‘Así que no hay Dios, a fin de cuentas’, sino la de: ‘De manera que así es como era Dios en realidad. No te sigas engañando’. Pero Dios, el padre del hijo pródigo, me llamó a capítulo, me confesé y le pedí perdón. Me abrazó y la paz se hizo en mi corazón. El círculo se iba cerrando.

Unos meses antes, estando ingresada mi mujer, encontré una conferencia sobre la resurrección de Cristo. Nunca me había planteado qué había sucedido en Jerusalén cuando encontraron el sepulcro vacío. Lo estudié a fondo desde distintas perspectivas y, para mi sorpresa, mi razón, que no mi

EN PRIMERA PERSONA

fe, llegó a la conclusión de que Cristo había resucitado. Solo eso explicaba de forma sencilla lo que había ocurrido aquel domingo. Solo me quedaba decir, como **Tomás**: “Señor mío y Dios mío”.

Después, aparecieron en mi vida los *Ejercicios Espirituales* de **Ignacio de Loyola**, la Síndone de Turín y mi deseo de viajar a Jerusalén. Estudio, reflexión, mis primeros ejercicios espirituales y un viaje relámpago a Salamanca a encontrarme con *The Mystery Man, el hombre de la Sabana Santa*. Allí, un beso furtivo a un amigo y una promesa: esta vez no te me escaparas, no pararé hasta encontrarte, nos vemos en Jerusalén. Ah, y recuerda: me debes un beso.

Amor a primera vista

Entonces me encontré con el Grupo Duelo Resurrección en la parroquia donde me había casado con Isabel. Mi párroco y director de ejercicios me lo dijo. Fue amor a primera vista. En el grupo he encontrado una nueva familia, unas personas maravillosas que ya forman parte de mi vida y he descubierto la acción de Jesús en todos y cada uno. Como la semilla va creciendo, la herida va sanando, la luz se abre paso en las tinieblas y, como el corazón, no pertenece a quien lo rompe, sino a quien lo sana. Y lo más importante: descubrí que no hay mejor manera de ayudarte que ayudando a los demás.

Y sí, viajé a Jerusalén, y una madrugada de Martes Santo, en la Capilla del Hallazgo de la Cruz, en el corazón del Santo Sepulcro, el sitio donde encontraron los restos de la cruz donde Jesús de Nazaret había muerto por mis pecados y para darme la vida eterna, me encontré con Él, impuso sus manos sobre mi frente y me bendijo.

Y el círculo se cerró, porque las manos del Rey son manos que curan y el legítimo Rey será así reconocido. Dichoso el que lo entiende y se pone a su servicio. Caminará a la luz de su rostro y Dios lo reconocerá. Los que caminan a tu luz se regocijan en tu nombre cada día y “tu justicia es su orgullo” (Sal 88,17). Pero esa es otra historia. ●