

Perder a un ser querido en tiempos de COVID-19 nos sitúa en la misma onda que los inmigrantes que pierden a un ser querido en su país. Siempre ha sido así para ellos, en particular para quienes han sabido de la pérdida y no han podido hacerse presentes.

Falta de evidencia, al no ver los restos; pensamientos de que «otros han enterrado a mi ser querido sin saber lo que había dentro»; falta de ritos que honran, socializan, dignifican y permiten la celebración de la fe, falta de asamblea reunida en torno a los dolientes... Estos son factores de riesgo que pueden aumentar la vulnerabilidad al duelo complicado y que no se agotan con la muerte, sino que pervivirán con nosotros.



*José Carlos Bermejo**

Es la hora

En este valle de vulnerabilidad es la hora de la esperanza. Es la hora, mirando hacia adelante, de confiar en quienes han cuidado a nuestros seres queridos, en quienes han tratado sus restos. Confiar.

En este valle de incertidumbre, es la hora de la reparación simbólica del trauma generado no por un agresor, sino por la pasión de la humanidad por la salud y la vida.

En este valle de indignación, es la hora de construir dignidades. Será apropiado darnos cita en ritos, recuperar las asambleas, honrar a nuestros muertos, visitar las tumbas o columbarios, orar en comunidad, reunirnos en grupos de mutua ayuda, recuperando las oportunidades de humanizar las relaciones en el dolor.

El sufrimiento del duelo no debería ser alimentado por pensamientos

catastróficos y por una narrativa que aumente la dimensión dramática de las circunstancias. Sin negar, sin impedir el desahogo, sin juzgar a quien se libera de pensamientos y sentimientos, se hace preciso acompañar a vestirse de esperanza en este valle de dolor.

En la desolación en la que nos ha dejado la pérdida de nuestros seres queridos, la luz de la fe puede iluminar anclas en las que apoyarnos, consuelos que permitan significar nuestra vida, dar sentido a nuestras historias de amor y vinculación.

Será tiempo de celebrar la esperanza juntos.

***Director del Centro de Humanización de la Salud**