

Educación para la Familia y los Cuidadores

DUELO

Sin Olvidar

Me es difícil confesar lo que sentía de los padres que perdían a sus hijos antes de que nosotros perdiéramos a Lee. Sentía lástima por ellos, por supuesto, y cada vez que sucedía, la tierra parecía moverse un poco debajo de mis pies. No podía imaginar cómo sobreviviríamos la pérdida de cualquiera de nuestras tres hijas.

Sin embargo, cuando visitábamos la casa de mi cuñado, mucho antes de que yo conociera a mi esposa, la fotografía de Larry, el hijo que perdieron por poliomielitis durante la Segunda Guerra Mundial, estaba sobre la chimenea. Estaba seguro que fue una pérdida terrible, pero parecía que ellos habían levantado un altar en su memoria y que sus hermanos más pequeños, uno de ellos nacido mucho después del fallecimiento de Larry, tenían que competir con este hermano, que no podía hacer nada malo. Parecía que nunca superaron la muerte de Larry, a pesar de que vivieron más años después de su muerte. Espero que yo nunca hubiese sentido que deberían superar la pérdida, pero me temo que lo hice.

Y ahora tengo fotografías de Lee en nuestra sala. Esperamos no haber santificado su memoria y hacer que sea imposible que nuestras otras dos hijas compitan con su hermana, quién ya no podía cometer errores, fallar, ser mala o desconsiderada o rencorosa. Espero que hubiésemos hecho eso, pero no superamos la pérdida de Lee.

Me pregunto si pudiéramos y si deberíamos. Nadie nos dijo que la superaríamos, pero temía que nuestro duelo se volviera aburrido para nuestros amigos. ¿Deberíamos cerrar ese capítulo horrible y seguir viviendo? Cuando mencioné nuestra pérdida en una columna, recibimos correo de otros que compartieron este duelo especial, y la mayoría se preguntaban si ellos alguna vez superarían su pérdida.

Al responderles yo imaginaba que mis recuerdos de Lee se iban desvaneciendo. Sus lentes, su rostro, la manera en que caía el cabello sobre sus hombros, cómo caminaba. Su sonrisa. La intensidad con que practicaba el oboe. Su consideración, su temperamento, sus lágrimas. Todo se ha ido. Borrado. Olvidado.

No recordada, Lee no aparecería más en mis sueños, nunca entraría silenciosa a mi oficina y se sentaría mientras yo escribía. Nunca me la imaginaría caminando en el plantel escolar, ni notaría que manejaba en un automóvil que ya no tenemos, ni la oiría practicando en la otra habitación.

Servicios de Duelo

(602) 530-6970

Nunca sentiría la culpa por no permanecer junto a su cama en el hospital, nunca reviviría los días borrosos después de su muerte cuando sentía que caminaba en un océano de melaza, nunca sentiría lo siempre inesperado, el siempre doloroso sentido de vacío cuando falleció hace tantos años atrás.

Para aquellos que escribieron pidiendo ayuda para superar la pérdida, di este consejo: Imagínesse que pudiera olvidar. Piense qué terrible sería no soñar, no recordar, no extrañar, no estar triste, no vivir con esta sombra vibrante que nadie más puede ver a su lado, siempre viva en la memoria, riendo, bromeando, preocupándose, sufriendo, compartiendo la vida que usted sigue viviendo.

Recordar puede ser una celebración o puede ser una daga en el corazón, pero es mejor, mucho mejor, que olvidar.

—Donald M. Murray, *The Lively Shadow: Living with the Death of a Child*, Ballantine Books, 2003 (*La Sombra Vibrante: Viviendo con la Muerte de un Hijo*)