

Matutina para Adolescentes, Miércoles 21 de Abril de 2021

## Descripción



## El dolor de la pérdida • parte 2

• Jacob rasgó su ropa y se vistió de luto, y por mucho tiempo lloró la muerte de su hijo. (Gén. 37:34).

De todas las tonterías que he escuchado, la peor es: "¿Ahora podrán superar la pérdida?". La última vez que escuché algo tan desacertado por parte de un presentador de noticias, aún estaban identificando los cuerpos de una tragedia que había dejado docenas de muertos. ¿Superarlo? Los familiares de aquellas personas estaban aún tan conmocionados que ni siquiera habían tenido chance de digerir el dolor inicial.

Imagina que acabas de perder la pierna en un accidente. Entonces, un periodista aparece de repente y te pregunta: "¿Cómo va el proceso de superar lo que te pasó?". ¿Qué le responderías? Has perdido tanta sangre que no tienes fuerza para quitarle el micrófono y golpearlo hasta dejarlo lelo (claro que ya es lo suficientemente lelo sin necesidad de golpearlo). Por supuesto que lo vas a superar, pero tu pierna no te va a volver a crecer.

Los medios hoy tienen un guion para todo. El patito feo se convierte en modelo; la víctima de abuso triunfa sobre la adversidad y funda un imperio; lamentablemente, la vida real no funciona con fórmulas mágicas.

En su libro *Una pena en observación*, C. S. Lewis reflexiona sobre cómo superó la muerte de su esposa: "Nadie me había dicho nunca que la pena se vive como miedo. No es que esté asustado, pero la sensación es la misma. El mismo mariposeo en el estómago, la misma inquietud. Aguanto y trago saliva. [¿?] Aunque tal vez fuera más exacto decir que estoy como en suspenso. Es como estar colgado a la espera de algo que va a pasar. Esto confiere a la vida una sensación permanente de provisionalidad. Parece como si no valiera la pena empezar nada. No soy capaz de encontrar asiento, ando nervioso. Antes nunca llegaba a tiempo a nada; ahora no hay nada más que tiempo. Tiempo en estado puro, una vacía continuidad".

Los seres humanos derramamos lágrimas. Hay tres tipos de lágrimas: las basales, que mantienen nuestros ojos húmedos; las reflejas, que sirven para expulsar objetos irritantes; y las emocionales, que segregamos cuando sentimos frustración, tristeza, risa o dolor. Aunque nadie sabe exactamente por qué, las lágrimas emocionales contienen más hormonas que las otras. Algunos científicos creen que esto ayuda a aliviar la depresión.

***El duelo toma tiempo. El duelo requiere atención. Pero Dios no se va a ninguna parte; siempre está con nosotros.***