

Ayudar a superar el luto

Entrevista a Helena Munné, que ha acompañado a su madre en el proceso de envejecimiento y enfermedad

15 mayo, 2019 - ESGLÉSIA

¿Cómo la ha ayudado la fe en este proceso de luto?

Para mí ha estado clave la confianza en Dios; poder rezar cada día por mi madre, encomendándola al Señor, que lo quería en su enfermedad, y buscar yo también en la oración la fuerza y la luz que necesitaba. Al morir ella, la sensación de vacío es muy grande y salen sentimientos contradictorios. La serenidad me viene de ponerlo todo, aciertos y limitaciones, en manos de Dios.

¿Qué le diría a una persona que está viviendo una situación como la suya?

En primer lugar, que procure estar por la persona enferma, comprenderla y amarla. Puede ser que el camino parezca muy largo, pero todo pasa deprisa y al final lo más valioso es el tiempo que se ha perdido con el otro. En segundo lugar, que cuente, si puede, con la ayuda de otras personas, como por ejemplo la familia, los amigos, los profesionales, para orientarse, hablar o descansar de las preocupaciones.

Habéis recibido la ayuda también de los equipos de atención psicosocial

Sí, el apoyo de todo el equipo ha estado extraordinario. Lo pedimos en el hospital y después al ambulatorio. Aparte del aspecto médico, han tratado mi madre con mucha humanidad, haciéndole visitas muy cálidas, escuchándola sin prisas. Y también nos han ayudado mucho a la familia.

Entrevista realizada por Òscar Bardají i Martín para la Hoja Dominical del 19 de mayo