

PROPUESTA PASTORAL PARA ACOMPAÑAR EL DUELO A PARTIR DE

Lc 24, 13-35

LUIS ALBERTO ZUNIGA CANDENAS, SDB

PONTIFICIA UNIVERSIDAD JAVERIANA
FACULTAD DE TEOLOGÍA
PROGRAMA DE CARRERA EN TEOLOGÍA
BOGOTÁ, 2016

PROPUESTA PASTORAL PARA ACOMPAÑAR EL DUELO A PARTIR DE

LC 24, 13-35

LUIS ALBERTO ZUNIGA CANDENAS, SDB

Trabajo de grado presentado como
Requisito para obtener el título de Carrera en Teología

Director

Edgar Antonio López

PONTIFICIA UNIVERSIDAD JAVERIANA
FACULTAD DE TEOLOGÍA
PROGRAMA DE CARRERA EN TEOLOGÍA
BOGOTÁ, 2016

AGRADECIMIENTOS

En primer lugar a Dios por los dones recibidos y por ser la razón de ser de mi formación en cada paso que doy.

A mis papás Flavio y Angélica, formadores de mi formación salesiana y a mis maestros de la Universidad Javeriana, quienes con mucho cariño y dedicación me dieron una formación integral.

A las personas que me dieron testimonio de la pérdida de sus seres queridos y que ahora están haciendo proceso de duelo.

Nota de aceptación

Firma del presidente del Jurado

Firma del jurado

Firma del jurado

La Universidad no se hace responsable por los conceptos emitidos por los alumnos en sus trabajos de síntesis; sólo velará por que no se publique nada contrario al dogma y la moral católica y porque las tesis no contengan ataques o polémicas puramente personales, antes bien, se vea en ellas el anhelo de buscar la verdad y la justicia (Reglamento General de la Pontificia Universidad Javeriana. Artículo 23 de la Resolución No. 13 del 06 de junio de 1964).

Bogotá, D.C., 2014

CONTENIDO

INTRODUCCIÓN.....	1
1 LA EXPERIENCIA DEL DUELO	3
2 LA EXPERIENCIA DEL DUELO EN Lc 24, 13-35	8
2.1 Interpretación de Lc 24, 13-35	8
2.2 Elementos del duelo en Lc 24, 13-35: palabras y acciones de Jesús	12
3 PROPUESTA PASTORAL.....	16
CONCLUSIONES.....	23
BIBLIOGRAFÍA	24

INTRODUCCIÓN

Este trabajo de grado pretende ofrecer una propuesta pastoral para acompañar a las personas que han tenido la pérdida de algún ser querido. La base de la reflexión teológica es la interpretación de Lc 24, 13-35. Cuando las pérdidas son inesperadas, casos mejor conocidos como muertes súbitas, conllevan muchas veces un proceso de duelo complicado. Esto fue lo que vivieron los familiares y los amigos de Jesús.

El duelo implica una serie de reacciones que deben ser acompañadas por personas debidamente preparadas. El duelo y el acompañamiento van de la mano. En la experiencia del duelo es importante manifestar sentimientos, llorar, abrazar sinceramente, recordar, valorar los ritos y la fe. En el acompañamiento se trata de ayudar a otros en la elaboración del propio dolor escuchando activamente.

Un buen acompañamiento en el duelo tiene, por tanto, un valor terapéutico. Pero no solo eso. Se percibirá si una persona lo esconde, lo privatiza, lo niega; o si por el contrario lo socializa, lo comparte, lo expresa y lo aprovecha en la búsqueda del sentido de vivir. Quizás una sociedad pueda juzgar su grado de humanidad por el modo como las personas afrontan en ella el duelo.

Este trabajo consta de tres capítulos. En el primer capítulo se explica el tema del duelo desde el punto de vista psicológico y social. Muchas personas quedan sin palabras ante alguien que está sufriendo dolor al experimentar la pérdida de un ser querido. La pérdida de un ser querido es una de las experiencias más duras, difíciles y enriquecedoras de nuestra vida, supone la ruptura de un vínculo importante con el consiguiente desgarró. Por eso es necesario hacernos conscientes de que cuando perdemos a un ser querido, algo se nos rompe por dentro y ya nunca volvemos a ser la misma persona. Entonces otra persona tiene que ayudar de manera natural, es decir sin aparentar nada, más bien dando apoyo.

En el segundo capítulo explicaré el duelo de los discípulos de Emaús después de haber perdido al Maestro. Lo que caracteriza este capítulo es la interpretación y apropiación para entender lo que significa el duelo de los discípulos en la perícopa Lc 24, 13-35. Se prestará especial atención a los elementos del duelo presentes en esta narración.

En el tercer capítulo estableceré una relación entre los dos capítulos anteriores como una propuesta pastoral para acompañar el duelo desde el punto de vista humano y de fe. Quienes acompañan el duelo, podrían estar animados por una espiritualidad y poder decir con orgullo lo mismo que Pablo: “De esta manera, amándoos a vosotros, queríamos daros no solo el Evangelio de Dios, sino incluso nuestro propio ser, porque habíais llegado a sernos muy queridos”¹.

¹ 1Ts 2,8

1 LA EXPERIENCIA DEL DUELO

El duelo “es esa experiencia de dolor, lástima, aflicción o resentimiento que se manifiesta de diferentes maneras, con ocasión de la pérdida de algo o alguien con valor significativo”². A partir de esta definición del duelo, puedo decir que es un proceso que acompaña nuestra vida, desde perder un trabajo, tener una ruptura sentimental hasta experimentar la muerte de un ser querido. Un proceso de duelo viene dado por una pérdida, la cual implica un cambio importante en la vida.

Antes de ahondar en lo que implica el duelo, se debe aclarar que “es un indicador de amor, como el modo de vivirlo lo es también de la solidaridad y del reconocimiento de nuestra limitación y disposición al diálogo”³. En algunos casos el duelo se produce por la pérdida de una persona amada, lo cual es extremadamente difícil de asimilar; será mayor tal dificultad que enfrentar otras pérdidas de cualquier objeto o situación como el status social, la estabilidad económica, el matrimonio.

Algunos autores coinciden en que los duelos generados por situaciones de guerra o de violencia política no se viven de la misma manera como cuando la pérdida viene por un proceso natural. En estos casos, la víctima puede sufrir en un corto tiempo multitud de pérdidas de forma violenta, las cuales no solo son de personas, sino de casa, de lugar o país de residencia, aun de confianza en sí misma. Por ejemplo, un estudio sobre la memoria de las víctimas de los grupos armados en Colombia⁴ explica cómo las personas y las comunidades deben hacer procesos más complejos de duelo en estos casos.

Puedo acudir a Freud, quien concibió el duelo como el pesar normal que puede surgir de cualquier tipo de pérdida⁵. Para Kübler-Ross el duelo es un proceso de desprendimiento de

² Bermejo, *Estoy en duelo*, 8.

³ *Ibid.*, 8.

⁴ Grupo de Memoria Histórica, *Memorias en tiempo de guerra*.

⁵ Freud, *Duelo y melancolía*, 2091-2100.

algo importante, como la ruptura de un noviazgo, de una relación matrimonial, una pérdida de trabajo, la pérdida de la salud, la pérdida de un miembro del cuerpo o un cambio de casa o de ciudad; pero es más complejo tratándose de la pérdida de un ser querido. Como veremos más adelante el duelo es una experiencia única para cada persona. En este trabajo se considerará únicamente el duelo en relación con la muerte de un ser querido, pues se trata de iluminar esta experiencia dolorosa a la luz de la narración del camino de Emaús.

1.1 Significado del duelo

El duelo implica un proceso que se podría definir como un conjunto de cambios psicológicos y psicosociales, fundamentalmente emocionales, por los que se elabora la pérdida. La elaboración en ese proceso implica un trabajo psicológico activo por parte del doliente, esto supone un cambio de las reacciones emocionales hacia lo perdido, la reorientación de la actividad mental-social y la recomposición del mundo interno y externo⁶.

En cualquier caso, y a mi modo de ver, se plantea el proceso de duelo como una manera de cicatrización y curación mental ante una lesión causada por una pérdida significativa, de la misma manera que el cuerpo cicatriza un corte en la piel. Interpretando la definición del duelo de Kübler-Ross, es tan natural como llorar cuando te lastimas, dormir cuando estás cansado, comer cuando tienes hambre o estornudar cuando te pica la nariz. Es la manera en que la naturaleza sana un corazón roto sin pedir nada a cambio, es decir como una donación gratuita, tal como nos demuestra la experiencia de los amigos y familiares de Jesús ante su crucifixión.

En los casos de desaparición forzada los familiares de la persona ausente no tienen la certeza de que su ser querido esté con vida, pues ignoran su paradero y no hay siquiera un cuerpo al cual darle sepultura. Según Fonnegra, en estos casos es la incógnita sobre el fin de su ser querido la cuestión que quizá más los atormenta⁷. Se refiere la autora a los sentimientos profundos de dolor, culpa y angustia que se viven como manifestaciones del duelo. Estos sentimientos se acentúan y evidencian de una forma muy particular en estos casos. En este tipo de duelo se asume que existe un dolor suspendido, cuya elaboración no depende solo del

⁶ Kübler-Ross, *Sobre la muerte*, 116.

⁷ Fonnegra, *Morir bien*, 159.

reencuentro con el objeto perdido, ni siquiera al localizarse el cadáver, sino de un cambio en la relación del sujeto con el objeto en la cual se instaure psíquicamente este último como radicalmente perdido.

El significado del duelo ha variado mucho históricamente en las sociedades occidentales. Antes, cuando se producía un fallecimiento, el entorno, el vecindario, la familia, tenían un papel mucho más protagónico del que tienen ahora en las sociedades modernas. Hoy en día, la forma de vivir el duelo es más solitaria, menos participativa en la sociedad⁸. Sin embargo, el papel de la sociedad es protector: apoya y acompaña al doliente, puede favorecer la evolución positiva de su proceso si se le proporciona los mensajes adecuados.

Lamentablemente, vivimos en una sociedad que se avergüenza de la tristeza de los individuos que forman parte de ella; se teme a la expresión de emociones, se censura el miedo, el enfado y la tristeza; se promueve la alegría continua, aunque esté injustificada. Esto hace que la sociedad envíe a los dolientes un mensaje subliminal en relación con la tristeza, el enfado, el miedo o la culpa en el duelo.

Si el duelo dura más de lo que está socialmente aceptado se convierte en algo enfermizo, patológico e intolerable. El juicio o la valoración que hace la sociedad sobre la duración del duelo es lo que patologiza. Sin margen ni espacio para las mal llamadas “emociones negativas”, el duelo se encapsula, se prolonga y se bloquea. Paradójicamente, el duelo se complica en el intento de acelerar su superación⁹.

Pero la sociedad no es un ente abstracto ni una entidad sin vida, la sociedad somos todos y cada uno de nosotros. Aunque haya una corriente en el sentido indicado anteriormente, cada vez somos más los que sabemos que las emociones necesitan un espacio, cumplen una función y no se pueden evitar.

La sociedad tiene una tendencia patológica a evitar lo que le asusta, pero podemos invertir tal tendencia si cada uno de nosotros tiene la capacidad para cambiar una pequeña parcela en esta aproximación a un tema que a veces se entiende como tabú.

⁸ Kübler-Ross, *Sobre la muerte*, 113.

⁹ Fonnegra, *Morir bien*, 36-37.

En referencia a la muerte que es “sólo un paso más hacia la forma de vida en otra frecuencia”¹⁰, Kübler-Ross identificó como rasgos del duelo un profundo abatimiento, una carencia de interés por el mundo exterior, una escasa capacidad de amar o de voluntad por los demás y una disminución de la actividad¹¹.

Tras la pérdida de nuestro ser querido, todo nuestro mundo se pone en jaque. En este sentido, el proceso de duelo nos ayuda poco a poco a sobrellevar el dolor de esta ausencia readaptándonos a una nueva realidad. Cuando se trata de muerte natural por enfermedad o por una muerte anunciada hay un tiempo para prepararse, pero la muerte violenta trae efectos distintos para los dolientes.

Teniendo claro que el dolor forma parte del duelo, podemos describir las manifestaciones de este proceso, para ello nos vamos a valer del aporte de Kübler-Ross. La persona en duelo tiene a flor de piel los sentimientos de aflicción, tristeza y soledad; estos mismos sentimientos muchas veces son tan complejos que se entrelazan con emociones contradictorias como el enojo, el resentimiento, el auto-reproche, el reclamo, la impotencia o la idealización de la persona fallecida¹².

La autora señala que el dolor por el lazo afectivo roto en la relación confronta de tal manera que lleva a preguntarse cuál de las partes fue la responsable de que ese lazo se rompiera. Si se llega a la conclusión de que el otro fue el responsable, la persona se llenará de enojo; por el contrario, si se concluye que uno mismo fue la persona responsable, uno se sentirá culpable, la culpa se relaciona con hechos cometidos en contra del otro, ya sea por acción u omisión.

1.2 Las funciones y las etapas del duelo

El duelo implica encontrar nuevamente sentido a la vida, fundamentarla en valores alternativos¹³, que es lo básico para indicar qué tipo de duelo se está elaborando. A partir de lo expuesto en el aparte anterior se puede deducir algunas funciones del duelo:

- Aceptar la pérdida como una realidad que no tiene vuelta atrás.

¹⁰ Kübler-Ross, *La muerte*, 12.

¹¹ Kübler-Ross, *Sobre la muerte*, 112.

¹² Kübler-Ross, *La muerte: un amanecer*, 114.

¹³ Gea, *Acompañamiento desde liturgia*, 194.

- Expresar los sentimientos de tristeza y el llanto de una manera natural.
- Tomar conciencia del vínculo que tenemos con la persona que partió y dejarla ir poco a poco
- Vivir la pérdida y regresar para continuar la vida cuando el proceso se ha cumplido.

Cuando se trata de la muerte de personas mayores los duelos suelen ser menos difíciles, porque si bien cuesta la despedida, también se agradece por su larga permanencia entre nosotros, cuesta olvidar los momentos compartidos.

Es oportuno ahora destacar las diferentes fases del duelo de acuerdo con Kübler-Ross¹⁴, quien puntualiza que en todo duelo se presentan cinco etapas: negación, ira, negociación, depresión y aceptación. No necesariamente se manifiestan en este orden lineal, tampoco se pasa de una a otra etapa, como si la anterior ya estuviese concluida. En el mismo proceso se puede volver a etapas previas según la necesidad del doliente para lograr el cierre del duelo.

La negación es una forma normal de enfrentarse a una noticia catastrófica y permite a la persona darse un tiempo para enfrentar la realidad y dosificar el dolor. La ira permite evitar sentimientos de profundo dolor mientras se está preparado para afrontarlos. El doliente intenta hacer algún tipo de trato o acuerdo, incluso está dispuesto a dar su vida con tal recuperar al ser querido, tal negociación permite encontrar un alivio temporal y permite la adaptación. La depresión es una reacción que puede bloquear el sistema nervioso ante sentimientos sobrecogedores. Con la aceptación comienza la adaptación a las nuevas condiciones de ausencia del ser amado¹⁵.

Según Rosalía Delgado¹⁶, el duelo ha sido elaborado cuando se puede recordar a la persona fallecida sin sentimientos de tristeza, dolor o rabia. Se puede entonces vivir con la ausencia de la persona amada estableciendo con ella otro tipo de relaciones para vivir el presente y proyectar el futuro.

¹⁴ Fonnegra, *De la cara a la muerte*, 133-135.

¹⁵ Delgado, *"Elaboración del duelo"*, 231-232.

¹⁶ *Ebid.*, 232.

2 LA EXPERIENCIA DEL DUELO EN Lc 24, 13-35

2.1 Interpretación de Lc 24, 13-35

La aparición de Jesús a los discípulos en el camino hacia Emaús es de las escenas características consideradas por Lucas. La aparición a Simón se da en forma indirecta¹⁷, pero a los discípulos de Emaús el Resucitado se les presenta de forma más clara y evidente¹⁸.

El contexto en el cual ocurre este hecho es el camino hacia una aldea llamada Emaús, cerca de Jerusalén. Esto nos abre un horizonte amplio para interpretar lo que significa la experiencia de los discípulos desde el punto de vista teológico y psicológico.

Los temas que se tendrán en cuenta de manera general aquí para interpretar el relato son la pasión, la sepultura, las señales en el momento de la muerte y el testimonio de las mujeres que habían visto a los ángeles, pero la interpretación se hará en cinco partes.

2.1.1 Primera parte: vv 13-16

Los discípulos que caminan representan a los doce apóstoles y, en ellos, a todos los creyentes. Los pensamientos, las discusiones y las palabras giran en torno a Jesús. La frase: “Camina con ellos” es entendida desde el punto de vista eclesial¹⁹.

La aparición de Jesús que sale al encuentro de los dos discípulos, cuando hacían memoria de lo sucedido en esos días, es un hecho extraordinario. Al principio no lo reconocieron, ni

¹⁷ Lc 24, 34.

¹⁸ Lc 24, 13-35.

¹⁹ Fitzmyer, *Evangelio según Lucas IV*, 571.

siquiera se preguntaron quién era, a pesar que les hablaba con naturalidad y confianza; incluso les explicaba todo lo escrito referente a Él en el Antiguo Testamento.

La mayor tristeza de los discípulos fue perder al Maestro, quien además era la esperanza futura como rey que les iba a salvar, más allá de ser un amigo con el que tenían mucha cercanía.

Este hecho de caminar y no darse cuenta quién es el que se suma en el camino, verlo solo como una “persona extraña”, es signo de que estaban muy entristecidos. No fueron capaces de preguntar el nombre del peregrino, debido a que la conversación era tan importante y significativa.

2.1.2 Segunda parte: vv 17-24

Cuando Jesús entra a la conversación de los discípulos lo hace con el fin de prepararse para revelarse a ellos. Sin embargo, ante la pregunta que les hace se “detuvieron entristecidos por su significado y sorprendidos de que uno que venía de Jerusalén pudiera ignorar lo que había ocurrido”²⁰. Por eso cobra sentido el hecho de detenerse para resignificar y continuar con la conversación, aun sin saber exactamente quién es el que les habla con una autoridad tal que le entienden y se sienten consolados en el camino.

Hasta antes que se sumara el desconocido, la conversación solo era una discusión desesperanzada. Es decir, ambos discípulos estaban confundidos, sin comprender lo que había ocurrido en esos días; pero con Jesús el sentido del recorrido va cambiando paulatinamente y van comprendiendo cada vez más.

2.1.3 Tercera parte: vv 25-27

Jesús, sin ser reconocido todavía por los discípulos, no remite aún a las predicciones de la pasión hechas en Galilea²¹, sino a las profecías del Antiguo Testamento. Aquí se infiere que los discípulos no logran entender todo lo que los profetas anunciaron acerca del Mesías, no

²⁰ Harrington, *El Evangelio según Lucas*, 333.

²¹ Lc 26, 6s.

solo la liberación de Israel y su gloria, sino también su pasión²². La pasión y la muerte de Jesús se habían convertido para ellos en un escándalo y habían quebrantado su fe en él.

Sin embargo, el dolor como camino escogido para entrar en su gloria²³ significa que esta entrada ya ha tenido lugar, de manera que los discípulos reconocen la conformidad con la Escritura, esto es con la pasión de Jesús. Su muerte ya no les parece un escándalo y renace así la fe en su mesianidad. El peregrino les ofrece esta prueba de la Escritura que es Cristo mismo, explicándoles a partir de Moisés todas las profecías del Antiguo Testamento que se referían a Él.

La clave de la Sagrada Escritura es Cristo resucitado, de Él dan testimonio las Escrituras²⁴. Ya los profetas testificaban los padecimientos referentes a Cristo y la gloria que seguiría a estos²⁵. Para quien no conoce a Cristo, “será difícil conocer la Escritura”²⁶, pero quien comprende con fe que Jesús de Nazaret es el Mesías anunciado por Dios, que ha resucitado y ha sido glorificado, entiende el sentido y el mensaje de la Escritura. Solo ahora los discípulos comprenden lo que significa la muerte del Maestro.

2.1.4 Cuarta parte: vv 28-32

Parece que ya no se puede continuar caminando porque la tarde va de caída, si los discípulos no hubieran rogado a Jesús quedarse con ellos, hubiera pasado de largo. Sin Él habrían seguido bajo el poder de las tinieblas, es decir sin reconocerlo.

Por la insistencia de los discípulos, el caminante acepta amablemente la invitación²⁷. El mismo que les explica las Escrituras y les descubre el misterio del Mesías doliente y glorificado, es recibido ahora como huésped.

²² Lc 18, 31.

²³ Lc 22, 69.

²⁴ Jn 5, 39-47.

²⁵ 1Pe 1, 11.

²⁶ Stöger, *El Evangelio según Lucas*, 323.

²⁷ Lc 14, 23.

Jesús se sienta a la mesa con los dos discípulos y asume la función que le corresponde como invitado²⁸, la fracción del pan, gesto propio de la religiosidad popular que hoy en día existe en muchas culturas ancestrales, en las cuales es natural compartir la comida después de la muerte del ser querido.

En el partir del pan reconocen la presencia gloriosa de Jesús. Esto significa solidaridad, pues al compartir la comida se reconoce que el Señor vive y está presente en la comunidad, La muerte y la resurrección de Jesús están unidas inseparablemente a la celebración eucarística, que hace presente la resurrección de aquel que vive, como memorial de la resurrección simboliza que Jesús resucitó verdaderamente. Nos hace reconocer la importancia del comer juntos alrededor de la memoria de quien se ha ido.

Reconocer a Jesús, el caminante, en el momento del partir el pan es auto-reconocerse como hijos de Dios, abrirse a la misericordia de Dios y sentirse amados. Aquí recobra sentido la explicación de las Escrituras. Se puede afirmar que la Escritura inflama el corazón tardo; pero la práctica de la solidaridad abre los ojos²⁹. La expresión “... ardía nuestro corazón...”³⁰ resume la reacción de los discípulos cuando se dan cuenta del alcance de la catequesis y las acciones de Jesús, pero solo en la fracción del pan reconocen al Maestro.

Al final de esta cuarta parte se narra cómo “se les abrieron los ojos y lo reconocieron, pero Él desapareció”³¹. Jesucristo actúa con intención para que los discípulos se den cuenta por sí solos. Por otra parte, el desaparecer de Jesús hace que los discípulos vuelvan a la comunidad donde están los apóstoles y otras personas cercanas a Jesús.

2.1.5 Quinta parte: vv 33-35

Al estar seguros de haber reconocido a Jesús mismo, no dudaron en emprender el viaje de regreso a Jerusalén. El regreso significa la intención de comunicar la Buena Nueva de Jesús a los demás. Por eso no tardan en avisar a los once y a los demás de la ciudad.

²⁸ Fitzmyer, *El Evangelio según Lucas IV*, 593.

²⁹ Lc 24, 25.

³⁰ Lc 24, 32.

³¹ Lc 24, 31.

Al contar lo que les había pasado en el camino y cómo reconocieron al Maestro al partir el pan dan testimonio de lo que vivieron, la experiencia con Jesús en persona. Aquí se cumple la revelación en la vida de la comunidad.

En efecto, la experiencia del camino de los discípulos con Jesús hacia Emaús es la acción de Dios en la resurrección de Cristo, una real vivencia de la eucaristía como el culmen de la vida cristiana.

2.2 Elementos del duelo en Lc 24, 13-35: palabras y acciones de Jesús

2.1.1 La negación

Los discípulos no niegan la pérdida del Maestro. El hecho de negar se da cuando la persona no acepta la pérdida del ser querido³². Explícitamente aquí no existe negación, pero hay dificultad para reconocer la nueva manera en que Jesús está presente.

No es fácil aceptar la pérdida del ser querido. Los problemas ahogan, oscurecen el panorama y no dejan ver, “no podían reconocerlo”. La solución está al alcance de la mano, pero la ceguera impide verla³³. Solo después que el Señor ha desaparecido, los discípulos se preguntan: ¿No ardía nuestro corazón en nuestro interior cuando nos hablaba en el camino y nos iba explicando las Escrituras?³⁴

2.1.2 La ira

Ellos pararon con aire entristecido³⁵ ¿Eres tú el único residente en Jerusalén que no se ha enterado de lo que ha pasado allí estos días?³⁶ Esta es una expresión propia de un momento de cólera. Hay ira con Jesús porque parece no saber lo que pasó, por eso se sienten enfadados

³² Kübler-Ross, *La muerte*, 16.

³³ Fitzmyer, *El Evangelio según Lucas IV*, 584.

³⁴ Lc 24, 32b.

³⁵ Lc 24, 17b.

³⁶ Lc 24, 18b.

como testigos de lo sucedido. Esta ira, se puede decir, es incluso irracional, angustiada y agobiante.

Esta etapa se manifiesta en la expresión de sentimientos reprimidos. En la persona se nota el entristecimiento por la actitud que manifiesta al relacionarse con los demás³⁷. Los discípulos de Emaús, al preguntar al desconocido, están manifestando su tristeza, porque perdieron a su Maestro.

Jesucristo se presenta como ignorante, necesitado de información. Es evidente su capacidad de callar lo que sabe para poder entrar en diálogo y acoger la “novedad” del otro³⁸. Cuántas veces parece que desperdiciamos el tiempo escuchando la versión de alguien sobre sucesos que ya conocemos y lo escuchamos sin atender. Las personas que sienten rabia en el proceso de duelo merecen ser escuchadas.

2.1.3 El pacto

Se vive diferente antes y después de la pérdida. “Quédate con nosotros, porque atardece y el día ya ha declinado”³⁹. La generosa invitación de los discípulos al desconocido puede ser una oportunidad para informarse sobre la razón de la pérdida del Maestro. El peregrino desconocido que por un buen rato pasó desapercibido en su silencio y que luego resultó molesto al no estar al tanto de los acontecimientos, es ahora el centro de interés de los dos discípulos.

Sus decisiones, sus maneras de pensar y ver, sus opiniones sobre lo sucedido han quedado atrás, lo que ahora importa es retener al Peregrino que les ha comunicado una nueva manera de vivir y comprender los acontecimientos y la situación de ellos mismos⁴⁰. Es un “cómo” que se enraíza en el designio del Padre y acontece en Jesucristo por la fuerza del Espíritu; es una novedad que les abre a la esperanza en lugar de la amarga desilusión que traían⁴¹.

2.1.4 La depresión

³⁷ Kübler-Ross, *La muerte*, 23.

³⁸ Harrington, *El Evangelio según Lucas*, 333.

³⁹ Lc 24, 29b.

⁴⁰ Fitzmyer, *El Evangelio según Lucas IV*, 579.

⁴¹ Harrington, *El Evangelio según Lucas*, 334.

La depresión estaba desde comienzo de la narración, pues cuando, conversaban entre sí sobre todo lo que había pasado⁴², estaban entristecidos. La depresión es una de las manifestaciones de una lucha interna por aceptar la realidad de la pérdida, encontrar una nueva identidad y reconstruir la vida.

En este contexto, la depresión se define, como enojo dirigido hacia adentro, incluye sentimientos de desamparo, falta de esperanza e impotencia; es una perturbación del ánimo⁴³. También intervienen en ella sentimientos de tristeza, decepción y soledad. Cuando una persona está deprimida, suele alejarse de la gente y las actividades, pierde la capacidad para sentir placer o gozo y evita las situaciones agradables que antes experimentaba en la vida. Esta depresión debe ser temporal, con el tiempo los días buenos serán más que los malos.

Los discípulos de Emaús habían tomado la decisión de dejar la comunidad, la cual, sin Jesús, ya no tiene sentido para ellos. Viven una situación de tristeza, desesperanza, decepción, frustración y sin sentido⁴⁴.

2.1.5 La aceptación

La aceptación se da cuando la persona está preparada para asumir la pérdida del ser querido, saber que nunca más volverá a verlo físicamente, entonces el doliente comienza a vivir nuevamente su vida aceptando el hecho. "...se les abrieron los ojos y lo reconocieron..."⁴⁵
"¡Es verdad! ¡El Señor ha resucitado y se ha aparecido a Simón!"⁴⁶

Jesucristo sabe "desaparecer" para hacer que vuelvan a la comunidad, pero lo que importa es que los discípulos vuelvan desde la experiencia de la fe⁴⁷. Es allí, en la Iglesia, donde acontece la verificación de la experiencia, continúa el encuentro y el diálogo. Al final son enviados a la comunidad.

⁴² Lc 24, 14.

⁴³ Kübler-Ross, *La muerte: un amanecer*, 28.

⁴⁴ Fitzmyer, *El Evangelio según Lucas IV*, 577.

⁴⁵ Lc 24, 31.

⁴⁶ Lc 24, 34.

⁴⁷ Harrington, *El Evangelio según Lucas*, 334.

Jesucristo quiere suscitar la experiencia de fe, la adhesión de corazón a su persona, busca entrar en el corazón lentamente para quedar allí arraigado, por eso no se impone por las evidencias que desde el inicio habrían bastado⁴⁸.

⁴⁸ Fitzmyer, *El Evangelio según Lucas IV*, 580.

3 PROPUESTA PASTORAL

A partir de lo visto en los dos capítulos anteriores, aquí se hace una propuesta pastoral para lo cual vamos a reflexionar sobre el tema del acompañamiento desde la perspectiva de Jesús, quien acompaña a las dos personas que experimentan el duelo por la pérdida del ser querido.

3.1 El acompañamiento

En este tercer capítulo se hará una propuesta pastoral en el marco del acompañamiento a partir del texto bíblico Lc 24, 13-35.

Las siguientes palabras ilustran cuáles eran los sentimientos de los discípulos "Nosotros esperábamos que él iba a ser el que había de liberar a Israel"⁴⁹. Habían investido a Jesús de omnipotencia, para reforzar su propio imaginario, pero los hechos habían dado al traste con toda aquella estupenda construcción psico-teológica. Las dos personas vivían en el plano especular. Solo después la Palabra de Cristo penetra en los discípulos.

El acompañamiento, en este contexto en que la gente es cada vez más sensible a la pérdida del ser querido, es urgente y necesario, por eso necesitamos de un acompañante, que debe dejar que la persona elija entre las diversas alternativas que se le pueden presentar durante este tiempo⁵⁰. Esta es la perspectiva del acompañamiento, que tiene sentido en la medida que haya apertura entre el acompañante y el acompañado.

Por eso el acompañamiento requiere una mirada de acogida que nace del corazón, de manera que se esté preparado para entender el rol de acompañar. Asimismo, el acompañante tiene que ser una persona capaz de sumergirse en los acontecimientos de la historia personal y

⁴⁹ Lc 24, 21.

⁵⁰ Raguin, *Maestro y discípulo*, 21.

colectiva para discernir, a partir de los signos de los tiempos, las voces de Dios. Esto supone acoger la realidad, no porque estemos de acuerdo con ella, sino porque es allí donde viene encarnada la Palabra de Dios para nosotros hoy.

Una de las riquezas del acompañamiento está “en lo más profundo del ser humano, en lo que se llama conciencia”⁵¹, ya que entrar en contacto con otra persona es irradiar confianza manteniendo la postura natural o normal. Además es necesario hacer acompañamiento desde la libertad y el amor, teniendo en cuenta que “Jesús no vino a abolir la ley ni los profetas, sino a darles plenitud”⁵². Se da una reciprocidad del uno por el otro (acompañante y acompañado) se empieza a crecer en el conocimiento de la propia realidad, es cuestión de humildad.

En la práctica, hacer acompañamiento “es la capacidad de observar los movimientos sin prejuicios y cuidadosamente”⁵³. Es ir con alguien, hacer compañía, estar con alguien, tomar parte, participar en un sentimiento de otro. El acompañamiento es el arte de compartir lo aprendido de la acción diaria.

Acompañar, por lo tanto, exige estar capacitados y dispuestos a formarse, asesorarse y trabajar en equipo; tener visión del alcance e importancia de la tarea de acompañamiento; clarificar hasta dónde estamos dispuestos a llegar en la tarea de acompañar y tener decisión para intervenir, implicarse y “complicarse”.

En esta mirada se pueden plantear algunas características del acompañamiento:

- ✓ Descubrir a la persona.
- ✓ Asumir la diversidad.
- ✓ Encontrar el tesoro particular.
- ✓ Acompañar la integralidad de la persona.
- ✓ Aprender a escuchar; aprender a mirar y dejarse transformar por el otro⁵⁴.

Todo esto implica aprender a escuchar; aprender a mirar y dejarse transformar por el otro. Esto es lo que sucedió entre los discípulos y el caminante de Emaús

Acompañar es “ponerse en camino para encontrar a Dios”⁵⁵ y mirar la vida con fe, es decir, convencidos de que Dios trabaja en la historia y puede intervenir en la medida en que nosotros

⁵¹ Breemen, *Acompañamiento espiritual hoy*, 365.

⁵² Mt 5, 17.

⁵³ Breemen, *Acompañamiento espiritual hoy*, 366.

⁵⁴ Riveros, *El acompañamiento y la educación popular*, 14-16.

⁵⁵ Raguin, *Maestro y discípulo*, 36.

se lo permitimos. “Estaban cegados y no podían reconocerlo”⁵⁶, no se trata de ver todo color de rosa, cuando se ve claro que las cosas están mal; pero sí se trata de ver otras caras de la realidad. Muy seguramente vendrá una salida, una llamada, una pregunta, una esperanza. Estos elementos hacen ver la mera realidad que uno afronta, muchas veces uno no es consciente de ello como los discípulos de Emaús que no fueron capaces de reconocer al Maestro.

El acompañamiento es una mirada de discernimiento, ya que la vida es como una gran pesca, en la que tenemos que separar lo que nos sirve, lo bueno de lo malo; lo que vemos como voluntad de Dios, de lo que no es voluntad de Dios.

3.2 Jesús como acompañante

Al acompañante espiritual también se le conoce como maestro espiritual, ya que su principal papel es en cierta manera dar una garantía de tranquilidad y respuestas razonables. Para eso el acompañante debe tener ciertas características⁵⁷:

- Conocimiento de la “geografía” del mundo espiritual del doliente para entender mejor la necesidad y la prioridad que tiene al manifestar sus sentimientos, que a veces en el momento le es difícil de expresar.
- Conocer con un particular cuidado el itinerario espiritual del doliente y el lugar al que ya ha llegado, pues sabiendo esto, el acompañante puede discernir qué itinerario debe seguir.
- Ser persona creyente, transformado por la fe y por el amor, esto da garantía personal de la acción de Dios, de manera que el acompañante se mantenga firme en lo que dice y hace.
- El acompañante tiene que ser equilibrado, una persona sin un fondo psicológico frágil.
- Debe contar con una fe profunda.

⁵⁶ Lc 24, 16.

⁵⁷ Raguin, *Maestro y discípulo*, 50-51.

En la pérdida del ser querido la vida pone especiales dificultades a aquellas personas cuya reacción inmediata ante cualquier situación está cargada de angustia.

El acompañamiento requiere mirar la vida: el Señor se acerca y se une al camino que llevan los discípulos de Emaús sin que ellos lo reconozcan. Hablan de la primera dimensión; están mirando sus vidas y lo que ha pasado entre ellos; Jesús se interesa por su conversación y les va escuchando. En esto consiste la acción de un acompañante a una persona en duelo.

Las actitudes de Jesús en el Camino de Emaús demuestran una preocupación por la persona:

- “Jesús se acercó y se puso a caminar con ellos”⁵⁸ Jesucristo se hace presente, nadie lo llama o lo invita. Llega en silencio y sin llamar la atención, sabe que lo necesitan y entonces acompaña. Jesucristo toma la iniciativa con la humildad necesaria sin sentir que está perdiendo el tiempo, sin presionar, sin urgir el regreso a Jerusalén. Toma la iniciativa y acompaña, camina al mismo paso de ellos y hace sentir su presencia.
- “Estaban cegados y no podían reconocerlo”⁵⁹. Los problemas ahogan, oscurecen el panorama y no dejan ver, “no podían reconocerlo”. La solución está al alcance de la mano, pero la ceguera impide verla. Jesucristo sabe callar y escuchar para que los discípulos puedan discernir si la ceguera es producto de la misma preocupación que embota la mente.
- “Entonces Jesús les dijo...”⁶⁰. Jesús llama fuertemente la atención y habla. Su actitud, hasta este momento de acompañamiento y escucha receptiva, pasa a desarrollarse como un diálogo propositivo, cuyo contenido es el anuncio de “todo el designio de Dios”⁶¹.

El “acompañamiento” ha sido la puerta de entrada, la “escucha” ha sido necesaria, pero no lo es todo. Han sido pasos previos para llegar a un diálogo propositivo en que los discípulos escuchen a aquel que ha sabido acompañarles y escucharles. Aquí Jesucristo busca llegar para desplegar la novedad de su Evangelio.

⁵⁸ Lc 24, 15.

⁵⁹ Lc 24, 16.

⁶⁰ Lc 24, 25.

⁶¹ Hch 20, 27.

Estas actitudes de Jesús son las que tiene que acoger el acompañante de un proceso de duelo, teniendo claro que acompañar al doliente es escuchar, con voluntad y disponibilidad.

Las respuestas para vivir se pueden dar desde la fe, entendida aquí de forma general, más allá de lo religioso⁶². Toda persona cree originalmente en algo, negaría su propia idiosincrasia si, desde el orgullo intelectual, se erigiera a sí misma en el principio supremo. Sin embargo, las experiencias límite y el duelo disipan pronto ese orgullo.

3.3 Propuesta de acompañamiento

La propuesta de acompañamiento del duelo desde la perícopa de Lc 24, 13-35 se deriva de reconocer a Jesús, Hijo de Dios, que vivió como una persona igual a nosotros experimentando los sufrimientos físicos, emocionales y psicológicos que trae la pérdida de un ser querido. Se trata de “conocer al único verdadero Dios y a su enviado Jesucristo”⁶³ para encontrar alivio frente a la ausencia del ser querido.

Es sabido que el acompañamiento espiritual siempre parte de la iniciativa de uno cuando se acoge a Dios desde la fe, para eso es necesario valerse de algunos instrumentos de ayuda:

- **La confianza** es expresar los sentimientos positivos o negativos que uno guarda dentro de sí, producto de algún tipo de dolor. Entonces se puede hacer a través de una oración que es un diálogo con Dios o contando a una persona de confianza. Esta comunicación nace de “Jesús, activo en la noche oscura de abandono de sus discípulos y activo en lo alto de la cruz hablando con el Padre acerca de la hondura de su hora”⁶⁴, es decir hablar con Dios es entrega definitiva en la confianza.
- **El perdón** permite avanzar a elaborar el proceso de duelo y significa poner la mirada más allá, hacia el futuro. Perdonando y perdonándonos crecemos en el amor y en la aceptación, pero es normal escuchar frases como esta: “me gustaría perdonar, pero no

⁶² Aguirre, *El Nuevo Testamento*, 99.

⁶³ Jn 17, 3.

⁶⁴ Madera, *Por el Camino de Emaús*, 49.

puedo”. De acuerdo al carácter de cada uno, es difícil que salga el perdón por iniciativa propia, desde el corazón. Por eso “no queda más posibilidad que perdonarse y perdonar, hacer la paz dentro de sí, con frecuencia verbalizando lo que se experimenta ante alguien”⁶⁵.

- **La escucha** es hacer compañía de distintos modos: escuchando, dialogando, tratándose de poner en el lugar del otro. Es el momento de ponerse el zapato de doliente, pero es necesario que el que acompaña no se quede con el zapato del doliente. Por tanto acompañar de cualquier forma implica “recoger los significados de estas “palabras”, escucharlos y la mayoría de veces responder con el silencio en lugar de hacer grandes discursos sobre ellos”⁶⁶.
- **La humildad**, que con el miedo, la falta de esperanza y la tristeza, no deja ver al desconocido que camina con los discípulos para comprender su inquietud. La situación de la pareja en el camino a Emaús nos recuerda que ser humilde es dejarse acompañar en el duelo ante la pérdida de su ser querido.
- **El contexto** es conocer la realidad. Aprender a escuchar profundamente la realidad de aquellos que trabajan en la elaboración del duelo para hacerlo ver como parte importante de uno mismo⁶⁷.

3.4 Consejos prácticos para acompañar⁶⁸

Ante la pérdida del ser querido resulta conveniente tener en cuenta los siguientes aspectos:

- Dominio del temperamento, significa autocontrol. Comprender sobre qué tengo control y lo que no controlo.

⁶⁵ Bermejo, *Estoy en duelo*, 114-115.

⁶⁶ Bermejo, *Estoy en duelo*, 43-44.

⁶⁷ Madera, *Por el Camino de Emaús*, 63.

⁶⁸ Bermejo, *Estoy en duelo*, 114-115.

- Reconstruir la identidad valiéndose de los especialistas y respondiendo a interrogantes tales como: ¿qué hice? ¿qué soy ahora? ¿qué es mi familia ahora? ¿qué roles he ganado y he perdido?
- Revisar el apego que hubo, consciente o inconsciente, tratando de aceptar primero las experiencias positivas.
- Buscar apoyo pertinente en el entorno social hasta obtener un equilibrio emocional frente a la pérdida del ser querido.
- Tratar de normalizar los sentimientos negativos, como la culpa, manteniendo la mente ocupada en diversas actividades.
- Expresar los sentimientos de forma libre. Esto ayudará a recobrar la estabilidad emocional paulatinamente.
- Conocer los aspectos implicados con la pérdida y el proceso del duelo, de tal forma que la persona sepa que se trata de algo normal y momentáneo.

El dolor y la desazón que se experimentan no se resuelven saliendo de viaje o dejando la casa en la cual se vivía con la persona que se ha ido, mucho menos desapareciendo todo lo que tuvo que ver con el objeto perdido. Más importante que los cambios en el mundo exterior resultan los procesos mentales (internos) que llevan a culminar el proceso del duelo. Luego de este momento resultaría conveniente emprender remodelaciones en la casa, viajes y demás actividades que no lleven ya la intención de borrar fallidamente recuerdos que sin duda alguna traerán dolor.

Para conservar el recuerdo del que se ha ido es recomendable guardar algunas pertenencias que se consideren valiosas. El resto podrá ser desechado cuando el doliente así lo considere. Guardar todo tal y como quedó botar compulsivamente hasta el último detalle relacionado con la persona perdida son igualmente inconvenientes. Cada una de estas decisiones debe tomarse según los criterios y deseos particulares del doliente.

El acompañamiento en el proceso del duelo para resaltar lo que se puede hacer para mejorar las condiciones de las familias y de las personas que lo sufren y revisar las novedades recientes que favorecen su comprensión y tratamiento⁶⁹.

Así pues el acompañamiento humano se entiende como la sensibilidad con el otro, ya que el hacer la experiencia en la vida diría es la que ayuda a comprender el verdadero significado del duelo.

⁶⁹ Deza, *Reflejos al alba venciendo la depresión*.

CONCLUSIONES

El duelo es un tiempo de adaptación a los cambios que ha traído la pérdida de un ser querido. Ya nada es igual y nosotros ya no seremos nunca los mismos tras una pérdida significativa.

Para quien acompaña el proceso del duelo, lo que marca la diferencia no son las respuestas ni consejos que da sino la disponibilidad para compartir los pensamientos, sentimientos y vivencias más profundas del otro.

En el relato de los discípulos de Emaús y su encuentro con el Peregrino, la persona encuentra ayuda para hacer el proceso de duelo después de la pérdida del ser querido.

Los discípulos de Emaús toman la decisión de dejar la comunidad, la cual, sin Jesús, ya no tiene sentido para ellos. Además viven una situación de tristeza, desesperanza, decepción, frustración, sin sentido. Jesucristo se hace presente, nadie lo llama o invita, llega en silencio y sin llamar la atención, sabe que lo necesitan y los acompaña.

La autocomunicación de Dios al hombre es un acontecimiento real en la vida. Dios es quien viene al encuentro de manera voluntaria, sin ninguna presión o interés. Se dona a sí mismo para la salvación de la persona.

La mejor clínica para el duelo es tener una conciencia tranquila, amar y expresarlo a nuestros seres queridos mientras los tengamos vivos. En este año de la misericordia una de las invitaciones del Papa Francisco es reconciliarnos con nuestros semejantes y no dejarlo para la última hora. Aquí cabe mencionar la frase: “El perdón cura las heridas”

De la sana elaboración de un duelo depende la calidad de la relación futura con nosotros mismos, con los demás y con la vida.

BIBLIOGRAFÍA

1. Aguirre, Rafael. El Nuevo Testamento en su contexto. España: Verbo Divino, 2013
2. Bermejo, José Carlos. Estoy en duelo. Madrid: PPC, 2007
3. Biblia de Jerusalén. España: Desclee de Brouwer: 1998
4. Breemen, Piet Van. Acompañamiento espiritual hoy. Manresa: Espiritualidad Ignaciana Vol. 68, No. 269 (oct.-dic. 1996), p. 361-377
5. Daza, Kris. Reflejos al alba venciendo la depresión. <http://reflejosalalbadepresion.blogspot.com.co/> (Consultado el 6 de julio de 2016)
6. Delgado, Rosalía. “Elaboración del duelo de una madre cuyo hijo trabaja como sicario en Ciudad Juárez, Chihuahua”. En Noésis. Revista de Ciencias Sociales y Humanidades. No. 46. 2014, pp. 226-244.
7. Fitzmyer, Joseph. El Evangelio según Lucas IV. Madrid: Cristiandad, 2006
8. Fonnegra, Isa. De cara a la muerte. Bogotá: Intermedio, 2009.
9. Fonnegra, Isa. Morir bien. Bogotá: Planeta, 2006.
10. Freud, Sigmund. Obras completas Tomo II. España: Biblioteca Nueva, 2007.
11. Gea, Alfonso. Acompañamiento en el duelo desde la liturgia. Phase: Revista de pastoral litúrgica Vol. 45, No.266-267 (2005), p.189-204
12. Grupo de Memoria histórica, ¡Basta ya! Colombia Memorias de guerra y dignidad. Colombia, 2013
13. Harrington, Wilfrid. El Evangelio según Lucas. Madrid: Stvdivm, 1972
14. Kubler-Ross, La muerte: un amanecer. Barcelona: Luciérnaga, 1994
15. Kübler-Ross, Sobre la muerte y los moribundos. Barcelona: Grijalbo, 1994.
16. Madera Vargas, I. Por el Camino de Emaús, Indo-American Press Service, Bogotá: 2001
17. Memorias en tiempo de guerra, Colombia: Punto aparte, 2009
18. Raguin, Yves. Maestro y discípulo. Madrid: Desclee de Brouwer, 1986
19. Riveros, Elizabeth, El acompañamiento y la educación popular. http://www.feyalegria.org/images/acrobat/ElAcompanamientoEducacionPopular_ElizabethRiveros_2011.pdf (Consultado el 6 de julio de 2016)
20. Stöger, Alois. El Evangelio según Lucas. Barcelona: Herder, 1979