



## El carácter desde la tanatología

\* Por José de Jesús Elizarrarás Quiroz

# Las etapas de duelo que viví

A mi Hija

*Gracias Hija por hacerme papá. Al reconocer que ya habías trascendido inició otra etapa en mi vida*



Me indicaron que tenía una llamada urgente del hospital, así que la administración del Instituto ya sabía la noticia, pero se limitaron a concederme el permiso de ausentarme. ¿Es usted José? Sí, respondí. Su hija tuvo complicaciones y queremos que se presente en el hospital. Mi mente se detuvo. El tiempo se fue lento. Solicité ayuda para que un estudiante me llevara, al llegar al hospital le agradecí y él se fue. Me dirigí al cunero, mi hija ya no estaba ahí. Y le pregunté a la enfermera ¿qué le sucedió a mi hija? Su respuesta fue: Vaya a Trabajo

social. ¡Qué! ¿Por qué a trabajo social? ¿A dónde la van a transferir? Sabía que a sus pulmones aún les faltaba desarrollo. Enseguida, ya en la oficina, me preguntaron si era el papá y asentí. Luego pregunté ¿qué le pasó a mi hija? La pronta respuesta fue: "Queremos que identifique a su hija... me llevaron al anfiteatro y abrieron ... era ella. Hoy te comparto una reflexión sobre tres etapas del duelo que viví tras la trascendencia de mi hija Sarahí con la finalidad que las identifiques y puedas tomar lo que te sirva para tu adaptación y transformación de tu propia vida.

Considera dos principios importantes: Primero, el duelo es personal, único e intransferible. Segundo, no puedes hacer un juicio sobre un pasado con los nuevos elementos de tu presente. El pasado y el presente tienen cada uno lo suyo. Etapa impacto. ¿Qué sucedió? El Instituto ya sabía la noticia... Mi mente se detuvo. El tiempo se fue lento... Me dirigí hacia el cunero, mi hija ya no estaba ahí... Queremos que identifique a su hija... me llevaron al anfiteatro y abrieron... era ella. La queja contra todos y contra nadie. Contra el hospital, contra uno mismo. En esta estación de mi vida quería despotricar contra las enfermeras, a los doctores y al mismo hospital. Mi hija estuvo cinco días en la

incubadora. Se hizo todo lo posible para que sus pulmones terminaran de desarrollarse; no obstante, ella no estaba ahí. Su muerte, como una bomba, paralizó el cuerpo y cada uno de mis pensamientos. ¿Cómo le iba a decir a su mamá esta noticia si ella aún estaba convaleciente? Ella lo entendió con sólo mirarme. El impacto fue evidente. Las lágrimas lo decían todo. Ya no había palabras, eran por demás. Sólo estar y escuchar. Ocuparme de las actividades de la casa. Así fueron unos meses. Etapa esperanza vs desesperanza. En el momento que reconocí que mi hija había trascendido inició otra etapa en mi vida. Solicité ayuda. Era cierto que sólo iba ser difícil. Solicitar ayuda es importante. Porque se reconoce que