

El dol en les nostres vides, li fem un lloc?

Dll, 23/03/2015 per Catalunya Religió



(MPCB) La mort és un tabú en una societat contemporània que, fonamentada en el consum, no encaixa bé les pèrdues, i menys quan són sobtades, doloroses, com quan ens enfrontem al decés d'una persona propera i significativa per a les nostres vides. Així ho explicava la mestra i psicopedagoga **Anna Maria Agustí i Farreny** en el sopar-tertúlia que organitza el Moviment de Professionals Catòlics de Barcelona (MPCB) i que aquest [divendres](#) va tractar del dol i els processos d'acceptació de la mort. Anna Maria Agustí, des de la pròpia experiència d'haver quedat vídua en edat jove, ha engegat l'associació Grups d'Acompanyament al Dol de Lleida i treballa [acompanyant](#) les persones en el dol a la diòcesis de Lleida.

Tot procés de dol s'encara amb dues coses, d'una banda com afrontar la mort de la persona estimada, i d'una altra, com reconduir la pròpia vida. En el dol són les cinc dimensions de la persona les que es veuen afectades: física, mental, emocional, social i espiritual. Totes cinc dimensions entren en desequilibri davant la pèrdua i requeriran un reajustament que segons cada cas trigarà un temps diferent.

Anna Maria Agustí va explicar que l'important del procés -inevitable i necessari- és que les etapes vagin avançant i no es produeixi una parada indefinida, perquè el dol com a tal és un procés i no pas un estat. Avançar en les etapes del dol (xoc/ negació/ pacte/ depressió/ acceptació) mostra que el procés d'adaptació a la nova situació està en marxa. Amb les seves etapes el procés de dol requereix de tres elements: temps, rituals i procés psicològic. Tot i que cada persona té el seu ritme és al voltant de l'any quan, si el procés ha anat transcorrent per les seves etapes, s'arriba a l'etapa final d'acceptació. La baixada depressiva deguda a la pèrdua hauria d'acompanyar-se finalment d'un començament nou -resurrecció- que ve marcat pel "tot anirà bé, encara que res no serà com abans".

Les preguntes que varen formular els assistents, un cop acabada la ponència i de la pausa pel sopar, incidiren en la qüestió espiritual en el dol i la necessitat dels rituals en desaparició en el món contemporani. També es va tractar de com fer [partícips els nens](#) en els processos de malaltia i mort d'un familiar, com acompanyar processos de dol llargs i la importància de la implicació de tota la família en el moment del comiat. Sobre la dificultat per trobar les paraules ajustades d'acompanyament, Agustí va apuntar que sempre és millor el silenci davant el misteri que no admet paraules; com va fer Maria en silenci de Maria al peu de la creu en el dol de la crucifixió del fill estimat, un moment del que l'Evangeli no recull cap paraula de la Mare de Déu.