



**Asociación Mexicana de Tanatología A.C.**

---

**LA PÉRDIDA DEL PADRE AUSENTE  
TESINA**

**QUE PARA OBTENER EL DIPLOMADO EN  
TANATOLOGÍA**

**PRESENTA:  
LIC. ERIKA SOLÍS GARCÍA**



**Asociación Mexicana de Educación Continua y a Distancia, A.C.**

México, D.F. a 30 de Mayo del 2014

**DR. FELIPE MARTÍNEZ ARRONTE  
PRESIDENTE DE LA ASOCIACIÓN  
MEXICANA DE TANATOLOGÍA, A.C  
PRESENTE.**

Por medio de la presente le informo que revisé y aprobé la Tesina que presentó:

**LIC. ERIKA SOLÍS GARCÍA**  
Integrante de la Generación 2013- 2014

El nombre de la Tesina es:

**LA PÉRDIDA DEL PADRE AUSENTE**

Atentamente

**LIC. OSCAR TOVAR ZAMBRANO**  
Director de Tesina

**Por favor sé gentil conmigo,  
porque estoy haciendo mi duelo.  
El mar en el que nado es solitario  
y las costas parecen estar lejanas.  
Cuando intento enfrentar cada día  
ondas de dolor empañan mi alma.  
Acompáñame y comparte mis lágrimas,  
siéntate manteniendo silencio que me dé calor.  
Respeto en que tramo de mi viaje estoy,  
y no en dónde tú supones que debería estar.  
Necesito tu soporte y tu comprensión,  
no hay modo bueno o malo para hacer el duelo,  
yo tengo que encontrar mi propio camino.  
Por favor: dime que vas a ser capaz de caminar a mi lado.**

**JILL B. ENGLAR**

***A mi PADRE***

***Tú ausencia llena mis ojos de lágrimas  
y aflige mi corazón; en donde albergaré  
tu recuerdo y amor por ti.***

***Descansa en Paz.***

***A mi MADRE***

***Gracias por enseñarme la fe y el coraje,  
por enseñarme a reír después de llorar,  
por enseñarme que en vez de odiar hay que amar  
y a levantarme después de tropezar.***

***Gracias por estar a mi lado,  
cuando más lo he necesitado.***

***Te amo.***

## ÍNDICE

<b>INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>6</b>
<b>JUSTIFICACIÓN.....</b>	<b>6</b>
<b>OBJETIVOS.....</b>	<b>7</b>
<b>CAPÍTULO 1</b>	
<b>1.1 LA FAMILIA.....</b>	<b>8</b>
<b>1.2 ROL DEL PADRE.....</b>	<b>10</b>
<b>1.3 PADRE AUSENTE Y ALCOHOLISMO.....</b>	<b>12</b>
<b>1.4 PERO... ¿QUÉ PASA CON LOS APEGOS.....</b>	<b>14</b>
<b>Y LAS EMOCIONES?</b>	
<b>CAPÍTULO 2</b>	
<b>2.1 CUANDO LA MUERTE LLEGA.....</b>	<b>16</b>
<b>2.2 ASUNTOS INCONCLUSOS.....</b>	<b>18</b>
<b>2.3 EL CAMINO HACIA EL PERDÓN.....</b>	<b>19</b>
<b>CAPÍTULO 3</b>	
<b>3.1 PROCESO DE DUELO.....</b>	<b>21</b>
<b>3.2 DUELO.....</b>	<b>22</b>
<b>CONCLUSIONES.....</b>	<b>25</b>
<b>BIBLIOGRAFÍA.....</b>	<b>26</b>

## **INTRODUCCIÓN**

VIVIMOS NUESTRAS VIDAS COMO HISTORIAS, COMO OBRAS DE TEATRO, EN DONDE ESTÁN INVOLUCRADOS UN SINFÍN DE PERSONAJES, CON DIFERENTES ROLES, EN LOS QUE CADA UNO DE ELLOS TIENEN ARGUMENTOS, PROYECTOS, ASPIRACIONES QUE CUMPLIR.

PERO QUE SUCEDE CUANDO LA MUERTE APARECE EN ESCENA, QUE PASA CON LOS PERSONAJES Y CON LAS FUNCIONES Y/O APORTACIONES DE ESE SER.

SIN DUDA ALGUNA HAY QUE REELABORAR EL GUIÓN, ACEPTANDO LA PÉRDIDA, SINTIENDO LA PÉRDIDA, ADAPTANDO NUEVOS ARGUMENTOS Y SEGUIR CON LA FUNCIÓN.

## **JUSTIFICACIÓN**

HOY EN DÍA EXISTEN FAMILIAS DISFUNCIONALES, EN LAS CUALES UNO DE LOS DOS PROGENITORES SE ENCUENTRA AL PENDIENTE DE LOS HIJOS, MIENTRAS QUE LA OTRA PARTE, PERMANECE PRESENTE FÍSICAMENTE, PERO AUSENTE EMOCIONALMENTE.

¿PERO, QUE HACER CUANDO LA FIGURA PATERNA (AUSENTE) FALLECE?

SUMADO A ESTA CADENA DE EVENTOS APARECE EN ESCENA EL ALCOHOLISMO. QUIZÁ UNO DE LOS SECRETOS DE FAMILIA QUE A LA VISTA DE PERSONAS AJENAS A ÉSTA, NO IMPLICA MAYOR RIESGO.

AQUÍ ENCONTRARAS LA RESPUESTA QUE MAS ALLÁ DE UNA TESINA ES UNA EXPERIENCIA DE VIDA. Y SI CON TAN SOLO LEERLA TE AYUDA IMAGÍNATE LO QUE HIZO CONMIGO.

EN ESTE VIAJE ME ENFOCARE EN LA RELACIÓN CON MI PADRE, NO POR HACER MENOS A LOS DEMÁS INTEGRANTES DE MI FAMILIA, A QUIENES AMO, PERO GRACIAS A MI PADRE SE LO QUE ES REALMENTE EL PERDÓN.

## **OBJETIVOS**

AYUDAR A LA ELABORACIÓN DEL CIERRE DE CICLOS, ELABORACIÓN DEL PERDÓN Y EL PROCESO DE DUELO A LAS PERSONAS QUE HAN TENIDO UN PADRE ALCOHÓLICO AUSENTE. EN BASE A MI EXPERIENCIA PERSONAL.

# CAPITULO 1

## 1.1 LA FAMILIA

*"Los sentimientos de valor sólo pueden florecer en un ambiente donde las diferencias individuales son apreciados, los errores son tolerados, la comunicación es abierta y las reglas son flexibles – el tipo de atmósfera que se encuentra en una familia que nutre".*

*Virginia Satir*

Desde la antigüedad uno de los pilares importantes en nuestra sociedad es la familia, la cual considero va más allá de una definición; ya que es la cuna del ser humano, de cada uno de nosotros, y la que se ha ido transformando a través de los avatares sociales y culturales implantados en las diferentes atmósferas de la humanidad.

*“La familia puede ser considerada como una célula social cuya membrana protege en el interior a sus individuos y los relaciona al exterior con otros organismos semejantes”. (Estrada Inda Lauro; 1997)*

*“La familia es justamente la sustancia viva que conecta al adolescente con el mundo y transforma al niño en adulto”. (Estrada Inda Lauro; 1997)*

Una definición muy bella y muy cierta, mi familia en particular me ha dado más que eso, me ha dado las herramientas necesarias, para enfrentar este mundo y todas sus adversidades y agradezco día a día ser parte de ella.



Sin embargo partiendo del enfoque de los sistemas ecológicos, propuesto por Urie Ronfenbrenner, citado por Alirio Pérez Lo Presti y Marianela Reinoza Dugarte (2011) *“recordemos que dicha teoría plantea que los ambientes en donde se desarrolla el individuo influyen en el mismo, iniciando desde un microsistema que es la capa más interna del sistema, luego el mesosistema que no es más que las interconexiones entre los escenarios inmediatos como lo son: el hogar, la escuela y grupo de pares, el exosistema es la tercera capa, el cual se compone por contextos de los cuales el individuo no forma parte de manera directa pero si de alguna u otra forma dichos contextos inciden en él, ejemplo: el trabajo de los padres, el macrosistema se refiere al contexto cultural en el cual se encuentra inmerso los anteriores sistemas mencionados y finalmente, el cronosistema que no es más que la acentuación de los cambios tanto del individuo como del contexto a lo largo del tiempo”*.

Sin lugar a duda la Familia es el puente hacia el exterior.

Por otro lado según Hunt citado por Alirio Pérez Lo Presti y Marianela Reinoza Dugarte en el artículo, El educador y la Familia disfuncional; mi Familia sería disfuncional:

*“Una familia disfuncional es en donde sus miembros están enfermos emocional, psicológica y espiritualmente. Partiendo del concepto de que salud involucra todos los aspectos en los que se desenvuelve el ser humano, para que una familia sea funcional todos sus miembros deben ser saludables.*

*Además, se habla de familia disfuncional cuando el rol de uno de los padres es asumido por otra persona, por ejemplo, los abuelos, los tíos, un trabajador social, entre otros”*.

Entiendo el termino de disfuncionalidad como algo que “no funciona “, y no es por defender a mi Familia o a las familias con características similares a la mía, pero creo que aunque este tipo de familia no se encuentra equilibrada; está

funcionando, cada uno de los integrantes se desenvuelven con las herramientas que tienen y con las que van adquiriendo con el paso del tiempo.

Contamos con un ideal, pero se queda ahí, en solo un ideal, siendo sincera considero que no existe la Familia perfecta, en todas pueden existir problemas de comunicación, rivalidad entre hermanos, etc.; sin llegar a ser patológico.

Aunado a lo escrito anteriormente creo que la familia provee un ambiente de protección, amor, respeto, tolerancia y firmeza, es por ello su importancia, es en donde se le permite a la suerte su actuar en cada acierto y desacierto, en donde forjamos quienes seremos o el quienes somos, donde solo yo decido mi actuar en base a las enseñanzas positivas/ negativas de mi familia.

Es por ello que cada uno de los integrantes de la familia cubre un rol específico, que provee de ciertas características indispensables para cada uno de nosotros, en mi caso retomare a mi Padre, ese gran maestro que me enseñó con su muerte.

## **1.2 ROL PATERNO**

*"No puedo pensar en ninguna necesidad en la infancia tan fuerte como la necesidad de la protección de un padre".*

*Sigmund Freud.*

Realmente ¿qué significa ser un Padre?, será que implica un matiz del “deber ser”, es decir, lo que se espera que se haga si eres un hombre o mujer.

Finalmente construido por las expectativas de la sociedad y que está a su vez nos impregna, por lo que el género es vital importancia.

Sin embargo dentro de las reflexiones y/o conceptos que encontré acerca del rol paterno me quedare con la siguiente:

Como diría Margarita Blanco Rugerio (2012); *“El padre es un arquetipo, cuida, protege, contiene, es el guerrero protector; es la energía masculina”*.

*“El padre establece el vínculo con el mundo externo, con la sociedad y sus constantes cambios. En principio es quien da sentido y la pauta del “otro”, sirve de conexión con el mundo social y con los otros seres”. (Estrada Inda Lauro; 1997)*

Todo esto suena fenomenal, pero que sucede cuando las cosas son diferentes, cuando tienes y no tienes a la vez. Cuando descubres que tú Padre esta pero no está, que se supone que pasará con esa supuesta protección; ¿se reemplaza?, no...

En mi experiencia jamás podre sustituir a mi Padre, él era único, otro como él no hay, aprendí de lo poco o mucho que me pudo dar; ¿que sí fue un guerrero protector?; tal vez a su manera, quizá negando lo que ocurría, no lo sé, hubiera estado interesante saber el concepto que él tenía del Ser Padre y así probablemente pudiera haberlo entendido un poco mejor.

Si antes me hubieran preguntado, ¿Qué es un Padre o qué función tiene tú Padre en tu familia?, no hubiera sabido que responder, porque no sabía lo que realmente tenía; lo que descubrí con su muerte es que mi Padre me aportó fortaleza y protección para los otros, ¿me tarde en saberlo?... no; creo que todo llega en el momento indicado.

*Dentro de cincuenta años no importará:*

*El tipo de coche que condujiste.*

*El tipo de casa donde viviste.*

*La cantidad de dinero que tuviste en el banco*

*Ni la calidad de la ropa que usaste.*

*Pero el mundo tal vez sea un poco mejor*

*Porque fuiste importante en la vida de un niño.*

*Anónimo*

### **1.3 PADRE AUSENTE Y ALCOHOLISMO**

Tuve un Padre ausente, tengo muy pocos recuerdos agradables de él en mi infancia, solo recuerdo cuando íbamos en bicicleta al Deportivo y que de regreso a casa nos deteníamos en una tiendita a comprar unas chaparritas para refrescarnos... por más que he intentado traer a mi mente momentos bellos no puedo, se que deben de existir pero no logro evocarlos...

*“El padre Ausente, puede estar ausente física o emocionalmente, por cualquier razón: puede estar viendo la televisión, o leyendo el periódico, y estar allí físicamente pero no está disponible para el niño” (Blanco Rugerio Margarita; 2012).*

Saben...se dice que el alcohol es la drogas más aceptable en nuestra sociedad, muchas personas llevan a cabo sus reuniones teniéndola como invitada principal, hay hasta quien se molesta cuando no hay y sale en su búsqueda.

En pocas palabras el alcohol es aquel acompañante placentero de las relaciones y encuentros sociales.

Dada esta situación el alcohol a ganado terreno, su consumo se hace con mayor frecuencia no solo en adultos, desgraciadamente adolescentes y niños han sido sus víctimas; pero se preguntarán ¿porqué hablo de esto?...

Pues porque esta era la razón de mi Padre para no estar... su Alcoholismo. Tengo muchos recuerdos de mi Padre y el alcohol, esos eventos son los que abundan en el baúl de mis memorias, donde cada uno de ellos está cargado de un sinfín de emociones; las cuales en su momento no lograron salir adecuadamente. Tuvo que pasar mucho tiempo para que pudiera darles salida.

Pero no solo me afecto a mí, sino que a mis hermanos y a mi Madre principalmente, lo que tuvo que pasar y hasta diría, lo que aguento por nosotros... Te Amo Mamá.

*Rosa Díaz y Lourdes Serrano mencionan; las familias que tienen un problema de alcoholismo en casa advierten, de una manera u otra, que algo está sucediendo. El alcoholismo altera su organización, sus costumbres, sus actividades cotidianas y sus relaciones afectivas, dando lugar a una serie de síntomas típicos: Desconcierto y confusión ante el problema, gran tensión y estrés en todos los miembros de la familia, incumplimiento de las promesas. Reacciones de enfado y resentimiento, no se puede hablar del "secreto de la familia" ni pedir ayuda, ni dentro ni fuera de casa, por miedo y vergüenza.*

Efectivamente fue un secreto que como familia teníamos, porque solo nosotros, mi Madre, mis hermanos y yo sabíamos lo que realmente ocurría con la enfermedad de mi Padre.

En ocasiones era el vivir con la incertidumbre, con el miedo, la tristeza, la impotencia, el enojo, todo un manojito de emociones.

Recuerdo que mi Madre hizo lo que estuvo en sus manos para ayudarlo; internados, grupos de AA, anexos, desintoxicaciones; pero fue imposible, la enfermedad pudo más que el amor de ella y de nosotros sus hijos. Finalmente él tomó una decisión y no fuimos nosotros.

*"En la actualidad se trata el Alcoholismo desde el punto de vista de enfermedad, con lo que se ha liberado su connotación de secreto oculto" (Bradshaw John; 2008).*

Así es, tiempo después dejó de ser el secreto y salió a la luz. Afortunadamente contamos con el apoyo de nuestros familiares, principalmente con mis Abuelitos Maternos, ellos fueron unos grandes guías, no solo para mí, sino para toda mi familia.

Lo que viví con mi Padre me afectó, no es una herida al rojo vivo, será una cicatriz con la que tendré que vivir; ¿Porqué lo hizo?, ¿Cuáles eran sus sentimientos?, ¿Quién fue el culpable?, solamente él lo supo, no hay culpables ni él mismo, ni nosotros, no seré yo quien lo juzgue, porque ese no es mi papel, como familia hicimos lo que estuvo a nuestro alcance, tampoco me convertiré en su verdugo, yo solo era su hija, su “kikis” como él me decía, quizá era lo que tenía que vivir, porque hasta de estos eventos se aprende.

## 1.4 PERO... ¿QUE PASA CON LOS APEGOS Y LAS EMOCIONES?

*“Aunque la muerte acabó con mi Padre, jamás acabó con mi relación con él- un secreto que jamás antes había comprendido tan claramente”*

*Frederick Buechner, Telling Secrets*

Cuando el final, en el plano físico de mi Padre se acercaba, en mí sucedía algo que no podía explicar, era una lucha interna de sentimientos y pensamientos, algo dentro de mí- crecía; las preguntas no faltaban; ¿Por qué me preocupo por él, cuando él no lo hizo por mí?, ¿Por qué estoy sintiendo miedo y tristeza de perderlo?... pensaba si realmente había apego en la relación que tuve con él...

*“Por conducta de apego se entiende cualquier forma de comportamiento que hace que una persona alcance o conserve proximidad con respecto a otro individuo diferenciado y preferido. En tanto la figura de apego permanezca accesible y responda, la conducta puede consistir en una mera verificación visual o auditiva del lugar en que se halla y en el intercambio ocasional de miradas y saludos” (Bowlby John; 1993).*

Con esta definición se empezaba a armar mi rompecabezas, ¿cómo no sentir afecto hacia una de las personas que me dio la vida?, llevo su sangre y físicamente me parezco a él. Estaba enojada con él y lo acepto, me costó mucho trabajo identificarlo y reconocerlo.

*“Muchas de las emociones más intensas surgen mientras las relaciones de apego se forman, se mantienen, se desorganizan y se renuevan. Puesto que la meta de la conducta de apego es mantener un vínculo afectivo, cualquier situación que parezca ponerlo en peligro provoca una acción destinada a preservarlo, y cuanto mayor es el peligro de sufrir una pérdida, más intensas y variadas son las acciones destinadas a impedirla.*

*En tales circunstancias, se activan las formas más eficaces de conducta de apego: aferramiento, llanto y a veces un enfado coactivo. Cuando dichas acciones resultan eficaces, se restablece el vínculo, las actividades cesan y se alivian los estados de estrés y malestar” (Bowlby John; 1993).*

Con esto me doy cuenta que me aferraba a nuestro vínculo, me aferraba como no tenía idea, gracias a ello, pude restablecer la relación con mi Padre y permitirme sentir y crecer a nivel personal.

*“El proceso orgánico tiene una función esencial tanto para el crecimiento personal como para la supervivencia del ser humano, las emociones tienen como finalidad el revelar la necesidad por la que emergen, para guiarnos hacia lo que nos hace falta” (Muñoz Polit Myriam; 2012).*

Qué me hizo falta... ¿amar a mi Padre?... no; fue el haberle profesado el amor que le tenía, independientemente de lo que haya o dejado de hacer.

Fue el resentimiento que no me dejó ver más allá, que no me permitió el acercarme a él emocionalmente; que dura lección tuve que aprender.

## CAPITULO 2

*“Señor, dame serenidad para aceptar las cosas que no puedo cambiar, valor para cambiar las cosas que puedo y sabiduría para poder diferenciarlas”.*

*Reinhold Niebuhr*

### 2.1 CUANDO LA MUERTE LLEGA

Dadas las circunstancias antes descritas, no vivíamos con mi Padre, decidimos separarnos de él para resguardar nuestra propia integridad, fue una decisión muy fuerte y muy sabia que mi Madre tomó y que le agradezco que lo haya hecho.

No obstante mantuvimos contacto, ya sea que él fuera a nuestro hogar ó nosotros fuéramos a su casa esporádicamente. Desgraciadamente cuando yo llegaba a ir de visita era cuando estaba enfermo.

Recuerdo cuando lo llevaba al Área de Urgencias de la Clínica, no sé de dónde sacaba las fuerzas para poderlo transportar... pero lo hacía, en la penúltima visita al nosocomio, le hice saber que sería la última, porque de alguna manera estaba cansada de ello, porque por más que los Doctores le decían que tenía que dejar de consumir alcohol, él no entendía y me invadía la impotencia porque no podía pasar todo el día pegada a él cuidándolo para que no lo hiciera; pero la verdad es que no quería hacerlo, porque era demasiado el dolor que sentía al ver como él solito se acababa.

*“Independientemente de lo que ocurra, la mayoría de los hijos de alcohólicos quieren a sus padres y les preocupa que les pueda ocurrir algo malo. Los niños que viven con un progenitor alcohólico suelen probar todo tipo de cosas para impedir que*



*beba. Pero, del mismo modo que los miembros de una familia no pueden provocar la adicción al alcohol, tampoco la pueden frenar.” (kidshealth.org)*

En esta penúltima visita que hice con él, los Doctores le informaron que sus riñones empezaban a fallar por lo que era necesario dializarlo, aunado a los problemas de azúcar (Diabetes Mellitus tipo 2) que presentaba... ¿se cuidó?- No. Siempre obtuve negatividad de su parte al cuestionarle sobre su salud, su respuesta siempre fue: “¡yo estoy bien!”.

*Bien dice Elisabeth Kübler- Ross (1972) esta negación inicial era común en los pacientes a los que se les revelaba directamente desde el principio su enfermedad. La negación, por lo menos la negación parcial, es habitual en casi todos los pacientes, no solo durante las primeras fases de la enfermedad o al enterarse del diagnóstico, sino también más adelante, de vez en cuando.*

Pasaba el tiempo y su salud se deterioraba, no se quería atender como debía, hasta que ocurrió... un día uno de mis tíos nos informó que mi Padre se encontraba muy grave, por lo que acudimos para ver qué es lo que ocurría- cuál fue nuestra sorpresa... ver a un hombre postrado en su cama, a la que parecía que estaba encadenado, porque... porque ya no podía caminar, al menor intento se desvanecía, al verlo mi mundo se derrumbó, la tristeza me invadió y el llanto salió, no aguante más... intente reponerme por fuera, pero por dentro estaba deshecha...

En algún momento en el que mi Padre no veía Ángeles, niños que quisieran jugar con él ó que no observara a una señora que según palabras de mi Padre; le pedía que se marchara con ella;- me reconoció, dijo mi nombre y me quebré, no sabía que sería la última vez que lo escucharía decirlo...

*“Los niños y los adultos nos hablan de la presencia de seres que les rodean, les guían y les ayudan en el momento de su salida del cuerpo. Cada ser humano, desde el primer soplo hasta la transición que pone fin a su existencia terrestre, está rodeado de guías espirituales y de ángeles de la guarda que le esperan y le ayudan en el momento del paso al más- allá” (Kübler- Ross, Elisabeth; 1989).*

Al día siguiente ya estaba internado en la Clínica, la espera en la sala de urgencias se me hizo eterna. Esa noche en la que me quede fue una tortura, porque tuve que decidir si lo intubaban o no... finalmente accedí; aposte en contra del pronóstico de los Doctores... su mejoría, quise creer que sería como en las otras ocasiones, en las que regresábamos juntos, pero no fue así...

## **2.2 ASUNTOS INCONCLUSOS**

Transcurría el tiempo, los minutos parecían horas y las horas parecían días, todo era tan lento y el estado de mi Padre era el mismo... grave. No mejoraba, pero tampoco empeoraba y los reportes médicos decían... ¡hay que esperar!... ¡esperar a que!... como si fuera tan sencillo.

Finalmente, como dice la jerga hospitalaria, lo subieron a piso, nunca se me va a borrar esa imagen, ese impacto de ver a mi Padre postrado en esa cama, rodeado de un sinfín de tubos, con esa máquina tan escandalosa a su lado y que gracias a ella respiraba; ya no volví a escuchar su voz quejándose de todo y por todo, su risa, con la que mis sobrinos se entretenían y lo peor de todo fue que ya no pude verme reflejada en su mirada... cuanto lo extraño.

No creo en las casualidades, ¿porqué lo digo?- porque antes de que todo ocurriera tomé la decisión de estudiar el Diplomado en Tanatología, fue una de las mejores decisiones que he tomado. Recordé una de las clases en las que hablábamos de los asuntos pendientes, del porque los enfermos terminales se aferran a la vida a pesar del sufrimiento que están sintiendo.

Fue cuando comprendí que había asuntos pendientes con mi Padre, cosas que nunca le dije, sentimientos que nunca le expresé... palabras que di por hecho que lo debería de saber...

Le tome la mano, la cual sentí tan fría como un témpano de hielo; me agache hasta que mi cabeza estuvo al nivel de la suya y empecé...- sin darme cuenta las palabras de afecto salían de mi boca de una manera tan natural, le expresaba una y

otra vez que lo quería, que no se preocupara por sus nietos, que ellos iban a estar bien, le dije tantas cosas...

*“Es necesario que sepáis que si os acercáis al lecho de vuestro Padre o Madre moribundos, aunque estén en coma profundo, os oyen todo lo que decís, y en ningún caso es tarde decir “lo siento”, “te amo”, o alguna otra cosa que queráis decirles. Nunca es demasiado tarde para expresar estas palabras, aunque sea después de la muerte, ya que las personas fallecidas siguen oyendo. Incluso en ese mismo momento podéis arreglar “asuntos pendientes”, aunque estos se remonten a diez o veinte años atrás” (Kübler- Ross, Elisabeth; 1989).*

## **2.3 CAMINO DEL PERDÓN**

Todavía recuerdo ese momento en el que repasaba mi vida a su lado, sabía perfectamente que no me iba a contestar, pero estaba convencida de que me escuchaba, hasta pude ver rodar por su mejilla una lágrima...

Fue en ese momento cuando pude comprender tantas cosas, cuando vi al ser humano. Bien dice Martha Alicia Chávez (2005), *conocer los motivos por los que alguien es como es, no tienes el propósito de justificar su conducta, pero sí de comprender sin juicios, sus porqués. Quizá ahora el desprecio lo sientas hacia el padre alcohólico y abusador, pero créeme, si conocieras su historia también modificarías tus juicios y sentimientos. Eso es ponerse en los zapatos del otro: ver, sentir, percibir desde su situación para comprenderlo con compasión y respeto.*

Aprendí que el odio no tiene porqué cancelar el amor, que podía amarlo como siempre lo hice e, incluso así, odiando y perdonando a la vez. Nadie le dijo como ser un buen Padre, tuvo una infancia difícil, me dio lo que pudo, para lo que le alcanzo.

O como dice Yohana García (2002) en su libro Francesco, una vida entre el cielo y la tierra; *ellos (padres) se equivocan, pero siempre pensando que, en el*

*momento en que actúan, están haciendo lo mejor de lo mejor; la actitud es positiva, aunque su comportamiento termine siendo negativo.*

Lo último que le dije fue; que se fuera tranquilo... que lo perdonaba y que me perdonara por no habérselo dicho antes...

Falleció al día siguiente, un 04 de julio del 2013 a las 06:20 horas, causa de muerte:

- *Síndrome urémico*: *Es un trastorno que ocurre generalmente cuando una infección en el aparato digestivo produce sustancias tóxicas que destruyen los glóbulos rojos, causando lesión a los riñones (www.medlineplus.com)*
- *Enfermedad renal crónica terminal*: *significa que sus riñones están afectados y no pueden filtrar la sangre como deberían. Este daño puede ocasionar que los desechos se acumulen en su cuerpo y causen otros problemas que podrían perjudicar su salud. La diabetes y la hipertensión arterial son las causas más comunes de ERC (www.wikipedia.com).*
- *Diabetes Mellitus tipo 2*: *es una enfermedad metabólica caracterizada por altos niveles de glucosa en la sangre, debido a una resistencia celular a las acciones de la insulina, combinada con una deficiente secreción de insulina por el páncreas (www.wikipedia.com).*

*“Todos aprendemos en momentos difíciles, para esto sirven estos momentos, sirven para cambiar” (García Yohana; 2005)*

## CAPITULO 3

### 3.1 PROCESO DE DUELO

Tenemos entendido que en algún momento debemos enterrar a nuestros Padres, si es que no nos adelantamos primero; pero es muy diferente el saber con el sentir, son dos cosas muy disímiles. El simple hecho de darte cuenta que no somos eternos, que todos tenemos un final, me hace ver a la vida como una porcelana, la cual hay que cuidar y disfrutar lo más que se pueda.

Esa noche se había quedado un tío paterno con mi Padre, siendo él quien estuvo con mi Padre en sus últimos instantes. La noticia la recibió mi Madre, esa llamada que sabíamos que en cualquier momento íbamos a tener.

Nos trasladamos mi Madre y yo de manera inmediata al Hospital a realizar todos los trámites obligatorios, después al cementerio y de regreso al Hospital a recoger el cadáver de mi Padre, para trasladarlo a su última morada; como le hizo mi Madre para no quebrarse en esos momentos, no lo sé, como lo hice yo, tampoco, solo sabía que no era el momento.

Al día siguiente fue el entierro, posterior la comida de agradecimiento por haber acompañado a los dolientes (nosotros) en tan difícil momento. Sé que es una costumbre, que en lo personal me desagrada, solo quería estar sola...

Debo de confesar que hubo un momento en el que me sentí culpable de sentir cierto alivio, si bien es cierto, estuve día y noche en el Hospital, me sentía desgastada y era doloroso verlo en esas condiciones y le pedí a Dios que lo recogiera...

*“Cuando el difunto ha sufrido mucho antes de morir, la añoranza y el dolor que sentimos pueden verse moderados por una sensación de alivio, pero también pueden verse matizados por el sentimiento de culpa que acompaña el hecho de*

*haber deseado inconscientemente su muerte para mitigar su dolor y nuestro propio agotamiento” (Neimeyer Robert A.; 2007).*

## **3.2 DUELO**

Pero esto no termina aquí, les seré sincera mi proceso de duelo apenas empezaba, mis resistencias de terminar con mi tesina eran increíbles, pensé hasta en realizarla de otro tema, con tal de no tocar esta herida; pero gracias a Dios tengo una amiga que me hizo ver las cosas con tan solo una frase; *“tienes que ser congruente con lo que dices y con lo que haces, piensas ayudar a las personas en duelo...”*. ¿Dolió?, por supuesto, sin embargo retome mi camino.

Pensé que mi duelo lo terminaría rápido, que sería cosa sencilla, pues finalmente soy Psicóloga y tengo un Diplomado en Tanatología; pero que creen, me equivoque, soy un ser humano y fue más complicado de lo que pensaba y sentía.

Añoraba escuchar a mi Padre, que me dijera que lo perdonará por todo sus errores, pero sobre todo quería que me dijera que me perdonaba, si en algún momento le falte al respeto, me hubiera gustado sentir un cálido abrazo suyo... Es verdad retrocedí el camino que había andado, nuevamente con mis añoranzas.

*“Los padres muertos son difíciles de perdonar por la simple razón de su inaccesibilidad. No podemos abrazarlos después de perdonarlos. No podemos acurrucarnos en su regazo y sentir el amor que necesitábamos en su momento; y no pueden hablar de su arrepentimiento. No pueden hacer ninguna de las cosas que llevan a la reconciliación y que hacen del perdón algo un poco más sencillo.*

*Los padres muertos son difíciles de perdonar, ya que también, algo en nosotros se rebela a que ellos, que se han ido, necesiten de nuestro perdón”* (Smedes Lewis B.; 1999).

El hubiera finalmente no existe, a quien engaño; de lo que si estoy segura es que en algún momento me encontrare con él, se que lo volveré a ver y no es que

esté desarrollando algún trastorno psiquiátrico, es solo que creo que será una reunión maravillosa en ese espacio mágico, no terrenal, en donde dos personas se unirán después de haber estado distancias por el dolor; sin embargo y por el momento me dedicare a la curación de mis memorias...

*William Worden (1997)* menciona que después de sufrir una pérdida hay ciertas tareas que se deben realizar, para restablecer el equilibrio y para completar el proceso del duelo.

La primera de ellas es: *Aceptar la realidad de la pérdida*. A los quince días de la muerte de mi Padre, de camino a mi trabajo, confundí a un señor con él, sentí como mi piel se erizaba al creer que podría ser él; sin embargo no fue así, esa sensación fue cesada por mi pensamiento al recordarme que mi Padre estaba realmente muerto, sé que no volverá, que se ha marchado, también se y como les comente párrafos arriba que mi encuentro con él es imposible, al menos en este espacio terrenal, al menos en esta vida.

La segunda tarea de las que nos habla William Worden es: *trabajar las emociones y el dolor de la pérdida*. Sin duda alguna estaba atorada, he de confesar que tuve que ir a terapia para poder desbloquearme.

En mi entorno se escuchaban frases como; “no te sientas mal, ya se te pasara; ya se fue esa piedra en su camino, no llores”; como carajos no bloquearme con estas palabras... estaba en una lucha interna impresionante, hasta que recibí ayuda de ese gran ángel.

Gracias a ella y a mí, logre sacar todo ese dolor, lloraba día y noche, cuando escuchaba la palabra Padre, cuando venían a mi memoria acontecimientos o aventuras con él, se que estaba enojada con lo que hizo, pero no con él, a él lo amaba, honro su vida y muerte, lo honro a él y nuestro vínculo.

La tercera tarea es: *adaptarse a un medio en el que el fallecido está ausente*. Como les comentaba con anterioridad, mi Padre no vivía con nosotros; pero iba a visitarnos y sabía los horarios en los que podría acudir y cuando se llegaba a

demorar, había cierta preocupación, hasta que se escuchaba el timbre sonar; me acostumbre a esas tardes o fines de semana en los que lo veía por unos instantes.

En las festividades decembrinas siempre estaba presente, aunque solo cenara y después se fuera a su casa, pero nunca llego a faltar, al menos que yo recuerde.

Este primer año sin él fue doloroso para mí, lo extrañe mucho, su lugar estaba vacío en la mesa, me di cuenta que ya no tengo a quien criticar, a quien regañar o mejor dicho con quien desquitarme o a quien echarle la culpa de lo que me pasaba.

Ahora con su muerte me confronté con mi propio sentido de mi misma, con mi sensación de pérdida de mí. Asumí responsabilidades y compromisos conmigo, aprendí de mí, con su muerte.

La cuarta y última tarea: *recolocar emocionalmente al fallecido y continuar viviendo*. Hay momentos en los que los recuerdos me hacen llorar, pero sé y creó que saldré adelante, tengo proyectos que cumplir y en los cuales me enfocare; no significa que me olvide de él o que lo quiera menos; significa que el guardara un lugar muy importante en mi corazón.

Estoy de acuerdo con Carlo Clerico Medina (2010) cuando dice:

*Es posible vivir, aquí y ahora; es posible aprender del dolor; es posible asumir las pérdidas que la vida nos regala; es posible ser generosos; es posible descubrir a Dios en el silencio de la inmanencia y en los ojos de los demás; es posible trascender el miedo; es posible emparentarnos con la alegría. Es necesario hacerlo ya”.*



## CONCLUSIONES

Elaborar esta Tesina fue todo un reto para mí, pero finalmente logré abrir esa puerta que por mucho tiempo mantuve cerrada, evitando con ello la salida del dolor, el rencor, el enojo, el amor y el perdón.

A todas aquellas personas que tienen la dicha de tener físicamente a sus Padres, quiéranlos, respétenlos, no los juzguen, ni los culpen de los errores que como adultos ustedes cometen; háganse responsables de sí mismos, que nadie más lo hará, porque los demás no saben, ni están aquí para cubrir sus necesidades, hazte responsable de quién eres, has sido y serás...

Finalmente tus Padres te dieron lo que pudieron, a su modo, criándote como creyeron que era lo mejor para ti. Si por algún motivo crees que no fue suficiente lo que ellos te dieron, agradéceles por lo que sí te proporcionaron, perdónalos y perdónate a ti. Es una opción para que puedas hallar la paz y vivir plenamente la vida. Tú decides si quedarte atrapado en el rencor y el dolor por aquello que no se te dio o avanzar hacia una vida más saludable y feliz.

La muerte de mi Padre fue un gran aprendizaje, con el perdón obtuve fuerzas para regresar al partido y continuar con el juego.

*“La muerte no es el fin, es solo un comienzo. La muerte es la continuación de la vida. Eso es lo que significa la vida eterna; es donde el alma encuentra a Dios, para estar en su presencia, para ver a Dios, para hablarle, para continuar amándolo con más amor. En la muerte, sólo entregamos el cuerpo, pues el corazón y el alma vivirán para siempre.*

*El ayer pasó y el mañana aún no ha llegado; debemos vivir cada día como si fuera el último, para que cuando Dios nos llame, estemos dispuestos y preparados a morir con el corazón limpio.*

*Madre Teresa (Longaker C.; 2007)*

**Dios contigo.**

## BIBLIOGRAFÍA

- Anónimo: “Vivir con un progenitor alcohólico”, artículo disponible en [http://kidshealth.org/teen/en\\_espanol/mente/coping\\_alcoholic\\_esp.html#](http://kidshealth.org/teen/en_espanol/mente/coping_alcoholic_esp.html#) (visitada el 29 de marzo del 2014).
- Blanco, Rugerio Margarita (2012). Ser mejor ser. México: Ediciones ser mejor ser.
- Bowlby, John (1993). El apego y la pérdida. España: Paidós.
- Bradshaw, John (2008). Secretos de familia. El camino hacia la autoaceptación y el reencuentro. España: Obelisco.
- Chávez Martha, Alicia (2005). Todo pasa... y esto también pasará. México: Grijalbo.
- Clerico Medina, Carlo. (2010). Morir en sábado. España: Desclée de Brouwer
- Díaz, Rosa y Serrana, Lourdes. ( ) ¿Alcohol en la familia?. Barcelona, España: SOCIDROGALCOHOL.
- Estrada Inda, Lauro (1997). El ciclo Vital de la Familia. México: Grijalbo
- García, Yohana (2002). Francesco. Una vida entre el cielo y la tierra. México: Océano
- García, Yohana (2005). Francesco. Decide volver a nacer. México: Océano
- Kübler- Ross, Elisabeth (1972). Sobre la muerte y los moribundos. México: Debolsillo.
- Kübler- Ross, Elisabeth (1989). La muerte: un amanecer. Barcelona, España: Océano.
- Longaker, Christine (2007). Para morir en paz. España: Grigden Institut Gestalt.
- Muñoz Polit, Myriam (2012). Emociones, Sentimientos y Necesidades. Una aproximación humanista. México: Castellanos Impresión S. A de C. V
- Neimeyer, Robert A. (2007). Aprender de la Pérdida. España: Paidós.
- Pérez Lo Presti, Alirio; Reinoza Dugarte, Marianela. El educador y la Familia Disfuncional (en línea), Universidad de los Andes Venezuela, 2011, (citado 20/05/2014), Educere, vol. 15, núm. 52, pp. 629-634, formato Pdf; disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35622379009>, ISSN (Versión impresa): 1316-4910.

Smedes Lewis, B. (1999). *Perdonar y olvidar. Como curar las heridas que no merecemos.* México: Diana

Worden, William. (1997). *El tratamiento del Duelo: asesoramiento psicológico y terapia.* Barcelona, España. Paidós.

[http://es.wikipedia.org/wiki/Diabetes\\_mellitus\\_tipo\\_2](http://es.wikipedia.org/wiki/Diabetes_mellitus_tipo_2)

[http://es.wikipedia.org/wiki/Insuficiencia\\_renal](http://es.wikipedia.org/wiki/Insuficiencia_renal)

<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/000510.htm>