

# SEXTA PARTE

## Renacer una fuente inagotable

“Sin lugar a duda alguna, la capacidad de repuesta del ser humano ante los interrogantes que la vida le plantea. es y será siempre inagotable.”

*(De Gustavo Berti en “La ayuda mutua como factor de renovación” cultural. moral Y social.”*

## Miscelanea

*Diversos conceptos básicos de la inagotable fuente de Renacer, ante los interrogantes que la vida plantea.*

Algunos conceptos extraídos entre los artículos de la serie “La palabra de Alicia y Gustavo Berti” y la serie “Buceando en el aljibe”, ya referidos en la cuarta parte, emitidos, entre noviembre de 2004 y diciembre 2017.

## Textos originales

**Detalle:**

**1-Renacer es Esperanza.**

**2-El sufrimiento es un fenómeno inherente a la esencia del ser humano.**

**3 -Una renuncia impostergable.**

**4 -No se pretende un ser desprovisto de emociones y sentimientos.**

**5 -Tomemos las riendas de nuestra vida.**

**6 -Nuestra respuesta ante la pregunta más importante que nos ha hecho la vida.**

**7 -Sobre la culpa ficticia.**

- 8 -Sobre la culpa real.
- 9 -No fomentar la catarsis.
- 10 -La consecuencia del lamento continuo.
- 11 -Hay algo que los papás tenemos que aprender.
- 12 -Renacer es para quien busca cambiar.
- 13 -Una transformación interior.
- 14 -Querer ser la razón del bienestar de otro.
- 15 -La autotrascendencia es una característica humana que ha estado dormida.
- 16 -Renacer genera un proyecto de vida.
- 17 -Una nueva actitud frente al destino.
- 18 -Renacer, expresión de la dimensión más humana del hombre, su dimensión espiritual.
- 19 -¡Qué difícil es hablar de la muerte...!
- 20 -Renacer un semillero de una humanidad más generosa y más compasiva.
- 21 - Si yo hubiera... es la antesala de la culpa imaginaria.
- 22 -Renacer es una revolución cultural.
- 23 -Lo que significa trascender.
- 24 -Testimonio sobre la magia del Mensaje Renacer.
- 25 - ¿Hay algo peor, que perder un hijo?
- 26 - El acceso a la espiritualidad.
- 27 -Nosotros mostramos el camino que transitamos y que creemos.
- 28 - La resignificación del sufrimiento como un esencial humano.
- 29 - Renacer, una Memoria Colectiva.
- 30 - No todo termina cuando se va un hijo.
- 31 - Ante la partida de un hijo, “un renacer de las cenizas”.
- 32 -Nunca más seremos las mismas personas.
- 33 - En el día de la madre.
- 34 - Para que la vida no pierda sentido.
- 35 - Podemos convertir una tragedia en triunfo.
- 36 - El significado real del Mensaje de Renacer.

**Desarrollo:**

## 1 -Renacer es Esperanza.

Cuando nos enfrentamos a la partida de un hijo, que es la más grande conmoción existencial, que puede enfrentar un ser humano, perdemos la noción de todo lo que nos rodea.

Es una conmoción tal, como si hubiera caído una bomba a nuestro alrededor, como si un volcán hubiera explotado en nuestro interior y no sabemos dónde estamos y nos asaltan los ¿por qué?

Por qué a mi hijo o mi hija, por qué no hicimos esto o aquello y una nube de confusión nos envuelve y no vemos la puerta para salir de esa situación, es como si la vida ya no tuviera sentido para uno.

Siempre pensábamos que si perdíamos un hijo, nosotros nos moríamos detrás de él, sin embargo, estamos vivos y las preguntas no encuentran respuestas y cuando venimos a Renacer nos dicen que nunca nadie ha tenido respuestas a las preguntas que surgen, porque no somos nosotros los que tenemos que hacerle preguntas a la vida o a Dios, sino que es la vida la que nos hace una pregunta, tú padre o madre que has perdido un hijo ¿cómo vas a vivir de ahora en adelante?

Generalmente, cuando se pierde un hijo, en la cultura en que vivimos, se piensa que tenemos más derechos, sin embargo, la realidad es que tenemos más responsabilidades; en primer término, tenemos la responsabilidad de qué hacer de nuestra propia vida, desde ahora hasta el día que, inexorablemente, nos toque partir.

El Mensaje de Renacer, nos muestra que en ese instante crucial, tenemos que optar entre decirle sí a la vida o dejarnos llevar por las emociones y cerrar puertas y ventanas, tirarse en la cama, no querer trabajar, renunciar a arreglarse, como si estuviéramos muertos en vida.

Si nos morimos en vida, detrás de la partida de nuestros hijos, estamos haciendo de ellos nuestros verdugos, en tanto, el Mensaje de Renacer, nos muestra que es posible asumir un cambio de actitud, asumir una actitud positiva y hacer de nuestros hijos, no ya nuestros verdugos, sino nuestros maestros.

Siguiendo a Víctor Frankl, que recluido en un campo de concentración, perdió a su esposa, a un hijo en gestación, a su madre, a su padre y a un hermano y sufrió las vejaciones propias del régimen, sin embargo, en base a su fe y su esperanza de vivir, salvó su vida y luego escribió, diciendo que frente a lo que nos sucede en la vida, que no podemos cambiar, hay algo que sí podemos cambiar, que es nuestra actitud frente a la vida.

Así es, no podemos cambiar lo que ha sucedido, pero sí podemos cambiar nuestra actitud y en vez de sentir morirnos y andar por este mundo con la cabeza gacha, como juntando moneditas del suelo, andar con la frente en alto, en homenaje a ese hijo y asumir una actitud positiva, producto de nuestro amor hacia ellos.

¿Qué es lo que une a una madre o a un padre a su hijo o su hija, sino el amor?

El Mensaje de Renacer, nos dice: ¿acaso necesitamos de su presencia física, para seguir amándolos?

Al nacer, nuestros hijos nos enseñaron una manera distinta de amar; nosotros conocíamos lo que era el amor a la madre, al padre, a los abuelos, a los tíos, a los hermanos, luego al compañero o la compañera, pero cuando ellos llegaron a nuestro hogar, nos enseñaron a amar de una manera distinta y ahora, al partir, nos han enseñado otra manera de amar, un amor incondicional, más sublime que ni siquiera necesita de su presencia física.

Entonces, por ese amor, podemos cambiar de actitud frente a la vida, en homenaje a ese hijo que partió y podemos hacernos la pregunta ¿cómo habría querido vernos? ¿llenos de angustia? ¿llenos de odio? ¿o llenos de amor?

Cada uno, en su intimidad, puede responderse esta pregunta.

A veces, cuando los recordamos, pensamos en ellos como que están allí donde tuvieron el accidente, o en la cama del sanatorio u hospital, o en el momento que, decidieron, por su cuenta, partir o fueron agredidos... pero ellos no están ahí.

Ellos están en otro lugar, al que, por nuestras limitaciones físicas, no podemos acceder; según sea nuestra creencia, de a dónde vamos a ir, después de nuestra propia muerte... allí están ellos esperando nuestra llegada.

La responsabilidad que surge, desde ese momento, hasta el instante de nuestra propia muerte, es la de vivir dignamente, en su homenaje.

Vivir dignamente en su homenaje, pero también vivir dignamente por nosotros mismos, que lo merecemos y vivir dignamente por quienes nos rodean.

Por los hermanos, quienes han perdido a un ser tan querido, su compañero de juegos y picardías, muchas veces su compañero de pieza, su mascota o su modelo, según la edad.

Ellos están sufriendo, calladamente, y ven que sus padres, sumidos en su propio dolor, se han olvidado que ellos existen, entonces, suman a su dolor, el dolor de perder a su mamá y a su papá, que ya no son los mismos.

¿Somos las mismas personas antes, que después de la partida de un hijo? No, no somos las mismas personas.

Si no somos las mismas personas, sólo quedan dos opciones o somos mejores personas o somos peores personas, ¿qué eligen ustedes?

Es esa la gran opción, que se nos presenta en la vida, frente a lo que sucedió.

Seguramente, que por el camino de las emociones, encerrándonos en nosotros mismos y renunciando a vivir, no vamos a ser mejores personas, quizá lleguemos a ser un estropajo, lleno de angustia, de llanto, de bronca, de odio, de resentimiento, que es el camino al que nos llevan las emociones.

Sin embargo, según nos dice Víctor Frankl, el ser humano, es el único ser del universo, que es capaz de oponerse a aquello que lo condiciona, de oponerse a sus propias emociones y agrega: nos podrán quitar todo, menos la última de nuestras libertades, que es la libertad de asumir una actitud frente a lo que nos pasa en la vida.

¡Sí nos habrá condicionado, la partida de un hijo!

Sin embargo, tenemos la libertad, que nadie, ni nada nos puede quitar, la libertad de asumir una actitud positiva en homenaje a ese hijo.

Elisabeth Kübler Ross, que es una científica suizo-norteamericana, que se dedicaba, en su profesión de médico, a atender enfermos terminales, nos dice, que aunque parezca extraño, la pérdida de un hijo, puede producir, en los padres un despertar espiritual

Ese es el “despertar espiritual”, al que se refiere el Mensaje de Renacer, cuando nos enfrenta a la opción de ser mejores personas; no mejores personas que los demás, que sería una actitud de vanidad, sino mejores que nosotros mismos, mejores hoy que ayer, mejores mañana que hoy,

Entonces, aparece la figura de nuestros hijos, como maestros.

Su partida nos enseña a no temerle a la muerte, nos enseña a dimensionar el poco valor que tienen las cosas materiales, nos enseña a ser más tolerantes con las cosas que nos pasan a diario, nos enseña a comprender el dolor de los demás, en fin, nos enseña a ver la vida y la muerte de una manera muy distinta, a como se la ve, en la cultura, en la cual estamos inmersos.

En Renacer, si bien podemos homenajear a nuestros hijos, llevándoles flores al cementerio, u ofreciéndole misas, prendiendo velas o exhibiendo su foto, hemos aprendido una forma más profunda de homenajearlo, que es con nuestra propia vida.

Es seguro, que cada uno, en su momento, hemos ofrecido, nuestra propia vida, a cambio de la suya y no nos fue concedido, pero hoy podemos vivirla en su homenaje.

Diariamente, ya sea en nuestro hogar, en la calle, en la oficina o donde sea que estemos, se nos presentan situaciones que nos pueden fastidiar, nos pueden molestar, que habitualmente contestábamos con ira, fastidio o violencia, pues bien, frente a esas situaciones, que son hechos que no podemos cambiar, ahora, podemos, en homenaje a nuestros hijos, cambiar de actitud. Por ejemplo, en la calle en vez de acordarnos de la familia del otro conductor, en vez de fastidiarnos, cuando en la cocina nos pasa algo, en homenaje a nuestros hijos podemos cambiar de actitud y en poco tiempo, nos daremos cuenta que ya no contestamos, que ya no nos violentamos, que ya no nos fastidiamos y eso constituye en, gran medida, ser mejores personas, gracias al homenaje, que le estamos haciendo, calladamente, a nuestro hijo.

Se dirá que es difícil, sí, es difícilísimo, pero ¿acaso no es más difícil, vivir amargados, desilusionados, llenos de pena y angustia?

Entre dos cosas difíciles, podemos elegir aquella que sea mejor, todo depende de cada uno y de nadie más.

La semilla es buena, dependerá de cada uno, que caiga en terreno fértil y que la cuide hasta que se robustezca, nosotros sólo transmitimos el mensaje y les podemos asegurar que es posible.

Todos hemos llegado de la misma manera.

Llegará un momento, en que la paz interna, que perdimos el día de la partida de nuestros hijos, llenándonos de oscuridad, volverá a nosotros, como demostración cabal del triunfo del amor sobre el dolor.

## -II-

### **2 -El sufrimiento es un fenómeno inherente a la esencia del ser humano.**

Cuando una persona, que sufre una crisis existencial, llega a un grupo de ayuda mutua, lo hace con todo *su* sufrimiento encima.

El hecho de encontrarse con muchas personas, que están experimentando la misma crisis existencial que él, al sentir no ser el único a quien le está pasando sufrir, como era lo que sentía hasta ese momento, le permite intuir al sufrimiento, como un fenómeno inherente a la esencia misma de ser humano.

Esta resignificación del sufrimiento, como un esencial humano, facilita su aceptación individual, al elevar su propio valor, por sobre las emociones y sentimientos, personales, distintos y cambiantes en cada individuo.

Lo *esencial* del sufrimiento, reside en su carácter universal e ineludible.

Viendo al sufrimiento, como un fenómeno humano, común a todos, ya sea por una enfermedad, la vejez, la muerte de un ser querido, se puede vivir el propio sufrimiento sin escaparle, sin negarlo, sin considerarlo una enfermedad.

La importancia de esto, desde el punto de vista práctico, reside en que, a partir de la comprensión intuitiva del sufrimiento, como aspecto esencial del ser humano, se abre la puerta hacia un cambio de actitud, de una manera espontánea.

Renacer nació y creció, con la intuición de que al sufrimiento sólo puede o no dotárselo de sentido, para así poder trascenderlo, por lo tanto, no se habla de curación, de olvido o de superación, si no de darle sentido dentro de la propia vida.

Entonces, no se usa el tiempo en elaborar emociones y sentimientos y quedarse en la persona psicológica, en su lugar, se presta atención a la propia e indescriptible capacidad de uno mismo, para oponerse y enfrentarse a los sentimientos y emociones y así, acceder a la persona espiritual.

## -III-

### **3 -Una renuncia impostergable.**

Sin sacrificio y autorrenuncia, es imposible trascender sufrimiento alguno.

La autorrenuncia, se refiere a la capacidad, exclusivamente, humana, de distanciarse de sí mismo, en camino al desapego de emociones y sentimientos negativos, que son tan comunes en el hombre doliente.

¿Por qué autorrenuncia?

Significa renunciar a muchas cosas, pero, por sobre todo, significa renunciar a mis emociones que son encontradas, violentas, opuestas, renunciar al dolor desesperado.

Para que haya un acto de renuncia, sólo se puede renunciar a algo, por algo más elevado, algo que dé, por sí, un sentido a esa renuncia y es el amor por los hijos, por los que no están y por los hijos que están, los que reclaman con su sola presencia, por la vida y por nosotros mismos.

En lugar de debatirse entre todas esas emociones y sentimientos que realmente son pasajeros y contingentes, se renuncia, por algo más elevado: por el amor a los hijos.

Hay muchas cosas a las que uno puede renunciar, en bien de otro, en bien de la vida, por el hijo que se fue, por los que quedan, por uno mismo.

Basta con sólo escuchar la, silenciosa, voz de los hijos, que siempre han de indicar el camino más valioso, aquel que lleva a renunciar a sí mismo, para pensar en el hermano que sufre.

Está bien todo aquello que cada uno haga, o deje de hacer, siempre que tienda a **hacer algo por otra persona**, algo de bien por otra persona.

Los grupos de Ayuda Mutua, ofrecen la oportunidad de *llegar a ese encuentro con el otro*, y si, merced a este *encuentro*, ambos, ayudador y ayudado, logran elevar la mirada y dirigirla hacia el mundo, en vez de pensar cada uno, en su propio problema, entonces, juntos habrán alcanzado la autotrascendencia en su modalidad más noble: **la renuncia a su propio sufrimiento, a su propio dolor**.

El papá, para lo cual cada uno tiene su tiempo, comenzará poco a poco, a elevarse por encima de su realidad dolorosa y a tomar distancia, lo que le permitirá contemplar la posibilidad de encontrar sentido a la vida, de aquí en más y, cuando comience a encontrar un significado a su dolor, al darse cuenta que debe tomar responsabilidad por su vida, en un acto de **suprema renuncia**, por amor a los hijos, **dejarlos ir con su permiso**.

#### -IV-

### 4 -No se pretende un ser desprovisto de emociones y sentimientos.

Es de aclarar que no se pretende un ser desprovisto de emociones y sentimientos, sino un ser humano que, partiendo de tanto sufrimiento, pueda darse cuenta que es libre, precisamente, para enfrentarse y oponerse a sus sentimientos y emociones, transformándose en un ser humano que pueda levantarse por sobre su dolor y ver, más allá de sí mismo, a otro ser humano que sufre y necesita de él.

Es más importante la respuesta del individuo a los interrogantes que el destino le plantea, descubriendo y aceptando que lo que salva es el amor y la dedicación al otro y no trabajar elaborando emociones.

En la definición de la ayuda mutua como: **“Un encuentro existencial de seres sufrientes que confluyen en un objetivo común: trascender el sufrimiento”**, comienza a plasmarse un concepto distinto.

Un encuentro, visto como una relación con un semejante, en la que se reconoce a éste como ser humano, en cuyo marco, ambos integrantes del par "Yo-Tú", se reconocen en toda su humanidad y también se reconocen en su singularidad y unicidad, el encuentro se convierte, así, en relación de amor, como sostiene Víctor Frankl.

Cada uno inicia una relación mucho más madura, más auténtica, menos egocéntrica, una relación basada en el amor.

Savater define al amor como "querer ser la causa de la alegría del otro".

Este querer ser la razón del bienestar del otro, se refleja en la profunda satisfacción que experimentan los integrantes de un grupo de ayuda mutua, cuando una nueva persona, que se ha acercado a un grupo, se retira de una reunión, con una sonrisa en los labios.

Es más fácil, ahora, entender por qué los seres sufrientes se quedan en los grupos: porque en ellos adquieren su verdadera dimensión como personas, sin máscara alguna y se dan cuenta, algunos, por vez primera, que es posible el amor entre los seres humanos.

Si creemos que lo que salva es el amor, se hace evidente que ningún modelo psicológico puede reclamar paternidad sobre él.

El amor es un fenómeno humano, que supera a cuanto modelo psicológico existe, más aún, es el fenómeno humano por excelencia, es el ámbito en el que existe el ser humano.

Amor que, con sólo no rechazarlo, con sólo dejar que nos una para salir hacia otros TU, nos permite liberarnos del dolor.

Frente a todo esto, ¿queremos, aún reducir a la ayuda mutua a un mero lugar de análisis de emociones y sentimientos, no importa qué modelo lo estudie?

Pero, ¿cómo hacer para que cada integrante, como ser único e irrepetible que es, pueda, libremente, hacer su propio "renacer" de forma tal que, verdaderamente, pueda decirse que allí donde dos padres se junten a ayudarse, allí estará Renacer?

La única manera, en que esto puede suceder, es si estamos convencidos que Renacer es, por encima de todas las cosas, el lugar donde vamos a dar algo de nosotros, en homenaje a nuestros hijos.

A partir de ese convencimiento, depende de cada uno decidir cuál es el homenaje que sus hijos merecen por parte de cada padre, de cada madre, de cada hermano, de cada abuelo, los que, entonces, pueden, hacer su único e irrepetible homenaje a ese ser tan querido, homenaje que ya no puede ser indicado o tan siquiera sugerido, por coordinador o conductor de grupo alguno.

Pero esta absoluta libertad, para decidir cómo honrar a sus hijos, trae aparejada una enorme responsabilidad, dado que esa decisión ha sido, absolutamente, incondicionada, es decir, libre y personal, y por esa decisión, cada uno será responsable, no importando ya ante quien decida asumir esa responsabilidad, ya sea ante la propia conciencia, ante la sociedad, ante los seres queridos que lo han precedido en el viaje evolutivo, o ante Dios.

Es más importante lo que se da a la vida, que lo que se recibe de ella, y, naturalmente, casi sin pensarlo, lo que importa cuando muere un hijo, es lo que se hace de allí en adelante, lo que cuenta es cómo se vive la propia vida a partir de lo que pasó y no lo hecho antes de esa partida.

Es evidente, que quien tiene que hacer su viaje por la vida, con un platillo de la balanza sobrecargado, por las realidades que el destino, ya sea biológico, psicológico o circunstancial le ha deparado, la mejor forma de ayudarlo no es aliviando el platillo de su destino, hecho por sí imposible de llevar a cabo, sino cargando el platillo de lo que él ofrece a la vida, mediante la realización de posibilidades mejores, que cumpla la triple condición de ser bueno para la persona, ser bueno para los demás y ser bueno para la vida misma.

¿Y qué es aquello que los hijos, nos dejan como mensaje, que es bueno para cada padre, bueno para los demás y bueno para la vida, y que además de cumplir con esa triple condicionalidad, es tan universal que imposibilita disenso alguno?

ES EL AMOR.

Así, sin proponérselo, se llega al único mensaje que nuestros hijos nos dejan: el amor.

## **5 -Tomemos las riendas de nuestra vida.**

Después de perder un hijo, como lo hemos dicho tantas veces, la vida es como sacarse un guante de goma, de la mano, todo lo que estaba adentro quedó afuera y todo lo que estaba afuera quedó adentro.

Es un cambio totalmente radical, ya no somos las mismas personas, no podemos serlo, entonces tengo que elegir.

¿Qué opciones tenemos?

Sólo ser una mejor persona o ser una peor persona, no hay otra.

Quien pretenda transitar por la vida de la misma manera, se va a dar cuenta que es un absurdo.

Ineludiblemente, tenemos que decidir si queremos ser mejor persona o queremos ser peor persona.

Ser una peor persona es muy fácil, ni siquiera hay que levantarse de la cama, no hay que hacer ningún esfuerzo, ni siquiera hay que contestar cuando alguien nos hable.

Ser una mejor persona, ese es el desafío que nos deja un hijo cuando se ha ido, ¿Tenemos la obligación moral de transformarnos en una mejor persona o no la tenemos? Sí, la tenemos.

Si no cumpliéramos con esa responsabilidad. después aparecerá algo que se llama culpa.

El hombre debe sentirse culpable no por lo que ha sucedido, sino por lo que tiene que hacer y todavía no lo ha hecho.

La culpa no está en el pasado, está en el futuro, por lo que hagamos, por la actitud que asumamos.

Tenemos que darnos cuenta que a nosotros nos ha cambiado la existencia, si no nos damos cuenta de eso, nunca vamos a salir adelante.

El desafío es qué hace cada uno de ahora en adelante, qué voy a hacer yo, qué va a ser de mi vida.

Tengo que pensar primero: cómo voy a sufrir lo que tengo que sufrir.

Segundo: decidir qué voy a ser yo dentro de cinco años.

¿Voy a ser una persona amargada, vencida por la vida, inútil para la sociedad, sin ningún valor? Si es eso lo que va a pasar, entonces, lo que ustedes harían, es hacer de ese hijo vuestro verdugo. ¿Eso es lo que quieren hacer? ¿no? Entonces tienen que tomar las riendas de sus vidas, nadie las puede tomar por ustedes.

Son ustedes los que tienen que tomar las riendas de sus vidas y hacerse cargo de ella.

## -VI-

### **6 -Nuestra respuesta ante la pregunta más importante que nos ha hecho la vida.**

La pérdida de un hijo, es la pregunta más importante que nos ha hecho la vida y, por lo tanto, la respuesta debe ser de igual importancia.

El padre no sabe cuál es la respuesta, pero su intuición le dice que debe estar basada en una transformación espiritual.

A través del dolor, tenemos la oportunidad de transformarnos; ¿por qué me voy a transformar? ¿Por qué tengo la oportunidad de transformarme? ¿Por qué debo hacerlo?

Porque cuando lo trágico nos acontece, se produce una conmoción existencial, que significa que toda nuestra existencia está siendo conmocionada de raíz.

Es como si estuviéramos de rodillas frente a la vida diciendo: “sólo sé que no sé nada”, yo creía que la vida era una cosa, pero resulta que la vida es otra cosa.

Los hijos que no están, despiertan en nosotros ese amor incondicional, aquel que no tiene ni reclamos ni expectativas, que no necesita siquiera de la presencia física del ser querido para amar, para expandirse, pues, pese a no tenerlo físicamente igual los seguimos amando.

Y frente al amor incondicional, sabemos que esta vida es vista, por primera vez, con los ojos del espíritu despojado, los ojos al desnudo, mi yo frente a mi existencia, desnudo frente a mi existencia.

Por eso tengo la posibilidad, desde allí, desde esa posición de rodillas frente a la vida, levantarme porque elijo hacerlo y porque elijo, por sobre el dolor, elijo el amor.

El amor por nuestros hijos debe ser el que, lentamente, vaya ganando terreno al dolor, pero será en la medida en que, como siempre decimos, debemos ejercer la autorrenuncia, cuando entramos a un grupo como Renacer que nos muestra ese camino.

Es la intuición la que nos muestra el camino; encontramos valores en la medida que los percibimos interiormente, valores que dan testimonio de lo que debe ser realizado en este mundo.

Que la partida de ese ser tan amado, no signifique el fin de nuestra vida, que signifique el comienzo de algo maravilloso, un camino luminoso que tiene que ver con el servicio, tiene que ver con el dar mi mano y en ese dar mi mano al otro que sufre, mi propio dolor va desapareciendo, va disolviéndose.

¿Por qué? Porque lo que estamos tratando de hacer, es tratando de convertir nuestro dolor en amor, porque el dolor puede pasar, pero el amor es para siempre.

Renacer ofrece un camino luminoso, positivo, amoroso, que tiene que ver con transformar el dolor, ese dolor tan increíble, transformarlo en amor, porque ¿qué es más fuerte? ¿qué es más fuerte que el dolor? El amor, por el hijo.

Nosotros podemos sentir el dolor de su ausencia, pero mucho más fuerte que el dolor por la ausencia del hijo, es el amor hacia ese hijo.

El dolor va a pasar, si sabemos canalizarlo, positivamente, pero el amor siempre quedará.

De un sufrimiento extremo como éste, podemos aprender tanto... se abren caminos inesperados, que jamás hubiéramos pensado que se nos iban a presentar, pues la vida tiene tesoros para descubrir y cada uno puede descubrirlos, pero depende de cada uno de nosotros.

Mamás y papás nuevos, sepan que es así y que debemos abrirnos a esas posibilidades, tenemos que abrir los ojos, abrir el corazón y abrir la mente, para descubrir que detrás de este dolor, que hoy muchos están sintiendo, todavía tan fresco, sepan que ahí no se agota todo.

Hay un pensamiento muy cierto que dice: ***“Al sentir esperanza, no estoy negando que las cosas sean como “parecen ser”, simplemente, estoy afirmando que en ese “parecer ser” no se agota todo lo que esas cosas son.”***

Es hacer el esfuerzo de ponerme de pie y saber que de mí depende cómo yo viva mi vida, como yo viva cada día de mi vida y las respuestas que dé a las preguntas, a los interrogantes duros y a los planteos duros que la vida nos hace.

Como cada uno responda, a cada uno de esos interrogantes, se va definiendo como persona y van a hacer de sí, lo máximo que pueda llegar a ser como persona.

Es a través del sufrimiento que nos modelamos, como es que a través del fuego se va haciendo la obra del orfebre.

Es posible obtener una transformación interior, que al principio ni siquiera soñábamos que podíamos lograr.

Entonces, la partida de nuestros hijos, no habrá sido en vano, porque dejó en este mundo personas mucho mejores de lo que eran cuando ellos estaban.

## -VII-

### 7 -Sobre la culpa ficticia.

El sentimiento de culpa puede ser ficticio o real.

La mayoría de los padres se acercan al grupo con sentimientos de culpa, a veces, muy vagos, a veces puntuales.

Este sentimiento es, en la mayoría de los casos, injustificado y debemos fundamentarlo, para que el padre logre ver el error de concentrar, valiosas energías en un camino sin retorno.

El sentimiento de culpa es ficticio cuando nos hacemos preguntas de por qué, no hice esto o aquello, preguntas sobre algo que ya no podemos modificar.

La culpa ficticia surge, generalmente, cuando no se encuentra a quien culpar, es una culpa imaginaria, se culpa a Dios y luego, cuando después uno piensa que no es así, termina echándose la culpa a uno mismo.

En este divagar que le ha pasado a muchos, al principio se piensa en todas las cosas malas que podría haber hecho para merecerlo.

Al sentir culpa, hay un mecanismo curioso, uno dice: me siento culpable de esto. ¿qué he hecho para merecerlo? ¿qué es lo que hice para merecer esto?

Generalmente, es en las noches que nos asaltan los pensamientos sobre la culpa,

Hasta que una noche uno se dice esto es un castigo, pero si esto es un castigo, yo he hecho algo de lo que me siento culpable, entonces parece que la muerte de mi hijo, ese es el castigo que recibo.

¿Les ha pasado? A mí sí, dice Gustavo Berti.

Bueno, tengo noticias para ustedes, yo también pensé eso, yo soy médico y buscando, no encontré en mi actividad de médico, algo de lo que tenga que arrepentirme, generalmente, todo lo contrario, siempre he recibido de quienes he tratado, o familiares de los mismos, solo agradecimiento.

Tampoco en el ámbito privado, he encontrado, en mi conducta algo que pudiera merecer un castigo de tal dimensión.

Esos pensamientos son visitantes nocturnos, me dije: si de lo que estoy buscando es sobre culpa y de su castigo, evidentemente, el que castiga debe ser un ser superior y ese ser superior, a su vez, tiene que tener un cierto grado de justicia para castigar, entonces si yo cometo algo por lo cual se me debe castigar, el castigo debe ser para mí, pero no puede ser, que por un acto que yo cometa se me castigue a mí, a mi mujer, a mi hija, a mi suegra y a todos los parientes de Nicolás, porque eso sería una cosa absolutamente injusta.

Entonces, razoné, si merezco un castigo se me tiene que castigar a mí, podría que me quedara mudo, sordo, rengo o me muera, porque el castigo tiene que ser personal, no puede ser general.

¿Se dan cuenta ustedes de eso? y lo razonable sería pensar que si hay una noción de castigo el castigo tiene que ser hacia la persona, no puede ser hacia el resto de las personas ¿por qué se las va a castigar a ellas?

Entonces no puede ser un castigo y si no puede ser un castigo tampoco es lógica la noción de culpa, entonces me dije: Gustavo déjate de jorobar y piensa en otra cosa... que te vas a estar amargando por una cosa tan absurda como ésta.

Así es la culpa imaginaria.

## -VIII-

### **8 -Sobre la culpa real.**

El sentimiento de culpa es real, cuando por la acción directa de un padre, fallece un hijo y sólo se puede superar, según Víctor Frankl, a través del cambio existencial.

El pasado no se puede modificar y sólo existe el futuro, el presente sólo es el conjunto de opciones de futuro que yo elijo incorporar a mi vida.

En el platillo de la balanza de nuestras vidas hay hechos negativos que no podemos cambiar, pero está formado también por acciones ya realizadas y podemos reafirmar el contenido del platillo de las cosas buenas y positivas, eligiendo aquello que le vamos a incorporar a nuestra vida, de aquí en adelante, como para eliminar el peso de la culpa real y de esta manera, es posible eliminar el peso de la culpa real.

Cada uno puedo elegir las cosas que van a estar en su vida futura.

La culpa real se licúa a través del cambio existencial, cuando desechamos ese sentimiento tan molesto para cambiarnos, para decir ya no quiero ser la persona que ha hecho esto, quiero ser otra persona distinta, quiero ser una persona que en el futuro, en lo que me resta de vida, no me pese esto jamás, entonces, logrado esto ya no hay culpa.

En la culpa real hay un potencial positivo, una cualidad redentora, la que nos permitirá admitir nuestros errores, pero saber también que, con ese reconocimiento, va implícita la oportunidad de resolverla a través del cambio para bien.

Porque si no fuera así, fíjense ustedes, ¿una sola equivocación que cometiésemos en la vida estaríamos condenados a perpetuidad?

Al respecto, Gandhi hace un relato hermoso, a saber, en la época en que él vivía en la India hubo disturbios raciales, y un hindú le dice: “estoy desesperado, me he condenado al infierno, no tengo escapatoria, no tengo salida” y Gandhi le pregunta: “¿Qué has hecho?” y éste le contesta: “mataron a alguien de mi familia y yo salí corriendo y maté a un niño musulmán. Me he condenado al infierno”.

Gandhi se da cuenta de la desesperación auténtica de este hombre y le pregunta: “¿Quieres salvarte?” “Sí,” le responde, “Bueno, busca un niño musulmán huérfano, adóptalo y edúcalo en la religión musulmana.”

¿Se dan cuenta de esto?

Él era hindú, y le dice adóptalo, hazlo tu hijo y edúcalo como musulmán.

¿Cuál es la moraleja de esta anécdota, respecto a la culpa?

Que la resolución de la culpa se hace mediante el cambio de la propia existencia, cuando uno ya no sea la misma persona.

Hay un pensamiento que dice: “sabrás que el cielo te perdonó, cuando ya no seas la misma persona.”

El pasado no puede ser cambiado, pero lo que existe aún es la libertad de elegir la actitud con que me enfrentaré y resolveré mi culpa.

El continuo desmenuzamiento, de la forma en que los hijos se van, de lo que ocurrió ese día etc. no es útil para el proceso de recuperación, por el contrario, **es el aquí y ahora**, que deben ser considerados y que todas las energías puestas en planear el futuro, sin el ser amado.

El grupo asiste al padre, a que comprenda la futilidad de mirar hacia el pasado que no puede ser cambiado, ya que, como padres, hemos actuado "de la mejor manera que supimos y pudimos" y al mismo tiempo, enfatiza el potencial positivo de la culpa y lo que podemos aprender de nuestros errores, de manera de no repetirlos.

De esta forma el padre se da cuenta que el cambio, la transformación, es una actitud redentora que ayuda en la recuperación de la autoestima.

El perdón es una opción válida, el perdonarse y perdonar, nos permitirá trascender el sufrimiento egoísta, el camino sin retorno, para elevarnos por encima de lo mezquino e inmediato, en alas de la fuerza indomable del espíritu, hacia una vida plena de sentido.

El perdón nos libera, rescatando lo mejor de nosotros mismos.

Cuanto cambie la vida, será el resultado de haber aprendido de los errores, y de esa decisión personal de continuar con firmeza y dignidad en esta empresa de vivir la propia vida, tal y como nos ha sido dada.

Elisabeth Lukas dice: “Sólo los humanos sentimos culpas” y agrega que “la culpa es una parte esencial de la vida humana, es natural sentirla, pero también debemos saber que, como toda parte de la vida humana, tiene un sentido, y una cualidad redentora inherente a ella.”

## -IX-

### **9 –No fomentar la catarsis.**

La pura catarsis, con su implícito egocentrismo, equivale a lo, radicalmente opuesto al concepto de Ayuda Mutua.

Uno de los problemas de los grupos, es la catarsis, cuando las emociones predominan y, entonces, confrontan la disolución como grupo, luego que todos los testimonios se conocen, tan bien, que no queda ya nada por decir; otra posibilidad es la transformación en un grupo de víctimas, en el que los integrantes se reúnen, para luchar contra los victimarios, reales o supuestos.

Luego de trabajar, los primeros tiempos, en Renacer con la idea de que los padres, debían pasar por una etapa de catarsis, porque, seguramente, ésta les traería más

tranquilidad y estabilidad para considerar lo que el grupo proponía, pronto nos dimos cuenta de que no era así.

Revivir, la realidad dolorosa, en todos sus detalles, no ha probado ser beneficioso para la recuperación integral del padre, esto, invariablemente, conduce a una etapa de ensimismamiento, situación en la que se da vueltas, continuamente, en círculos sin salida, sobre los problemas que aquejan a los miembros, llevando a estados de lamento continuo y produce hombres y mujeres, excesivamente, preocupados por sus emociones y sentimientos, de lo cual, es muy difícil salir.

Al revivir el estado emocional del momento, les impedía a los padres, ver el nuevo enfoque, que el grupo les presentaba y comenzamos a trabajar de otra manera, obteniendo mejores resultados.

En una reunión, no se deberían fomentar las manifestaciones emocionales, más bien, se debería orientar a la búsqueda del sentido inherente, en cada situación, sin importar cuán dolorosa sea.

El papel de quien moderaba un grupo, en lo tocante al fomento de la catarsis, es notable y, lamentablemente, poco reconocido.

Hay que tener en cuenta, que si les toca moderar una reunión, y le preguntan a un papá ¿cómo pasaste este fin de semana? ¡ni piensen que sucede cuando le preguntan a un papá que está transitando su nivel bajo, después del día del padre, o después del cumpleaños del hijo! ¿cómo pasaste este fin de semana? ¿qué les va a contestar él?

Van a tener una catarata de catarsis, que van a salir todos llorando, se les va a venir abajo el grupo, la persona que vuelva a hablar, se va a sentir mal, porque es contagioso.

Y ¿eso por qué?, porque han puesto el nivel de Renacer demasiado bajo. Porque no se ha comprendido que a Renacer vamos a dar, no vamos a recibir. Y que el hecho de dar, nos pone en una situación existencial de responsabilidad.

Debemos saber, que una simple pregunta, hecha para iniciar una reunión, puede desmoronarla por completo, hasta convertirla en lo que llamamos “un lloratorio”. Estas preguntas con frecuencia obtienen un lamento como respuesta, con un marcado efecto dominó, a menos, que se haya elegido una persona que esté muy bien para responder, en un tono optimista.

El marcado tono de lamento, que pueda imperar en un grupo, es una de las principales razones para el abandono, por parte de los integrantes.

Es necesario detenernos aquí, para que no exista confusión, sobre la catarsis, en los grupos; nuestra postura no significa que la catarsis deba ser eliminada, sino que no debe ser fomentada, innecesariamente.

En muchas ocasiones se nos ha preguntado, por qué no prestamos atención a la catarsis en nuestros grupos.

Para algunos de quienes han preguntado, catarsis significa dar curso a los sentimientos, para otros quiere decir dejar que las emociones afloren y, por sobre todo, que puedan expresarse, especialmente, el enojo, el odio y la bronca.

La respuesta a ambos es la misma: la fuerza del amor y la paz reinante en las reuniones del grupo, hacen inútiles la cólera, la bronca y el odio, dado que con el

tiempo las personas aprenden a desapegarse, no sólo de sus emociones, sino de las emociones de los demás, no en el sentido de no preocuparse de su sufrimiento, sino a no *identificarse con él*.

Lo correcto es decir que no la fomentamos, no que no la permitimos.

En las instancias en que prevalece la catarsis, suele predominar el egoísmo de cierto número de participantes, que adquieren un protagonismo inusitado en una reunión, mientras que, otros se sienten apabullados y dejados de lado, creando situaciones de difícil manejo e injustas.

Esto se debe, a que en los grupos de pares, las actitudes son contagiosas, tanto aquellas positivas como las negativas, y como la catarsis despierta emociones y sentimientos muy negativos, lo que sucede, es que todos se contagian de actitudes negativas, lo que dificulta el progreso del grupo como tal.

No importa la magnitud de la preocupación de una determinada persona, si merced a una continua elaboración del problema, se lo magnifica, de tal forma, que su peso termina por destruirla psicológicamente.

La única alternativa para el ensimismamiento, consiste en ocuparse más del dolor ajeno que del propio, incorporar el dolor y el sufrimiento de otro ser humano a las vivencias de quien cree que él es el único que sufre, pero sin identificarse con ellas.

Una forma de comenzar una reunión, es comenzar haciendo una introducción más o menos breve, donde se presenta a los recién llegados y se les cuenta de una manera *informal y personal*, siempre diferente, sobre Renacer.

A veces, es oportuno invitar a hablar a un padre que hace muy pocas reuniones que asiste, porque se nota en su semblante o porque antes nos manifestara “*cuánto lo ayudó la reunión anterior*”, pues marcará un comienzo positivo y al confirmarse el poco tiempo de asistencia al grupo, se convierte en una esperanza, inmediata para el padre nuevo.

Así, como un testimonio negativo puede provocar un “efecto dominó”, también hace lo propio un testimonio positivo, y si a éste, le agregamos otros, muy pronto, hasta los padres nuevos, estarán encontrando razones valederas, para seguir viviendo sus propias vidas.

-X-

## **10 -La consecuencia del lamento continuo.**

Si los grupos funcionaran en estados de lamento continuo, se convertirían en grupos de autoobservación y autorreflexión.

Dice Elisabeth Lúkas: “*De ningún otro modo sabremos tan poco de nosotros mismos, que por la autoobservación y la autorreflexión.*”

Uno de los graves problemas de la orientación hacia la autoobservación, es que lleva con frecuencia a cuadros en los que se da vuelta, continuamente, en círculos sin salida, sobre los problemas que aquejan a los miembros, llevando a estados de lamento continuo.

Al respecto, Elisabeth Lukas agrega, que son tres los peligros del continuo lamentarse:

1 – “Sobredimensionar el motivo del lamento, es percibido en forma exagerada y atrae toda la concentración sobre sí mismo.”

2 – “El que se lamenta acrecienta su dolor y se siente cada vez peor: se ahoga en su pena.”

3 – “La familia y la sociedad no lo toleran y abandonan al ser sufriente.”

**Durante la catarsis predominan los sentimientos de culpa y pérdida de la autoestima.** Debemos abrir caminos y mensajes de esperanza.

Es dable observar, la vigencia cultural de ciertos mitos, relacionados con aspectos puntuales de la exteriorización del pesar por un destino trágico.

Es común, en tales circunstancias, escuchar decir que una persona no debe reprimir su llanto u otras expresiones de profundo dolor. Se dice, en estos casos, que si se reprime el llanto o las emociones, eventualmente, se ha de sufrir por no poder exteriorizarlos.

Si aplicando ese criterio, son fomentadas, inadecuadamente, en el grupo las expresiones de pesar, podemos llegar a lo que Elisabeth Lukas denomina como “estados de lamento continuo” en los que se encuentran las desventajas ya señaladas.

Una solución al lamento continuo, es dirigir la atención de los integrantes hacia otros hechos o aspectos de su vida, que pueden ser tan importantes, tan significativos y positivos, que le permitan comenzar, gradualmente, a trascender su particular situación.

Incluir a otros en su vida, aún con el sufrimiento fresco en el corazón, es la forma más significativa de vivir la vida, y es lo que le da sentido al sufrimiento, porque, mientras más renunciamos a nosotros, mientras más nos olvidamos de nosotros y nuestras emociones, más cerca estamos de nuestra esencia, de aquello que, verdaderamente, somos: *Seres Humanos*.

Renacer ayuda a que despertemos de ese dolor, despertemos de la angustia, despertemos de los rencores, despertemos de las emociones que nos hacen daño, para escuchar, nuevamente, la melodía de nuestro corazón, única e irrepetible, donde residen nuestros valores, los valores espirituales, que hacen recordar esa melodía única e irrepetible, que sólo cada uno de nuestros corazones, puede entonar, con la que hemos nacido, la que Dios o la vida puso en nosotros al nacer y "Renacer" hace que despertemos de ese dolor, despertemos de esa angustia, despertemos de los rencores, despertemos de las emociones, que nos hacen daño, para escuchar, nuevamente, la melodía de nuestro corazón, única e irrepetible, donde residen nuestros valores, los valores espirituales, aquellos que son los verdaderos, los fundamentos de nosotros como seres humanos y que, cuando nos toca vivir esta conmoción existencial de perder uno o más hijos, o al único hijo, la vida nos desafía, entonces, nos olvidamos un poco de esa nuestra melodía, pero ella está allí, tenemos que querer saber y aprender a despertarla y a escucharla nuevamente.

Definitivamente, a Renacer no vamos a compartir el dolor, vamos a compartir el amor.

## **11 -Hay algo que los papás tenemos que aprender.**

Es absolutamente real, que se puede emerger de un dolor tan grande, como un ser más fuerte, más sabio, más compasivo, tal como cada uno quiera, elija, adopte y asuma, la responsabilidad de emerger,

Víctor Frankl nos dijo muchas cosas que nosotros fuimos adoptando en la metodología de trabajo y entonces permitió que esta experiencia de Renacer pudiera ser repetida en otros lugares, sin que estuviéramos nosotros, porque el mensaje, en sí mismo, es lo suficientemente poderoso para que solo se plantara, como lo hizo, cruzando fronteras, cruzando el océano, sin que, necesariamente, estuviéramos nosotros.

Porque el mensaje es un mensaje de vida y esperanza que nos dice que no podemos vivir toda nuestra vida mirando hacia atrás, quizás la podemos entender mirando hacia atrás, pero sólo podemos vivirla mirando hacia delante.

Cuando perdemos un hijo no queremos mirar para adelante, no queremos ni pensar cómo ha de ser nuestra vida de aquí en más.

Por eso es que Renacer cumple también con una tarea positiva, nos dice que se puede pensar y tener proyectos de futuro, no es solamente vivir el día, desde ya que vamos a vivir el día plenamente y dando mucho amor, pero también vamos a vivir pensando y mirando al futuro.

Inclusive lo que hoy hacemos, es pensar en el Renacer de acá a cincuenta, cien o más años.

No tenemos que quedarnos sólo con el Renacer de hoy, debemos trazar un camino que se pierda en el horizonte, que continúe y siga a través de los años.

Y cuando todos nosotros, simples mensajero de Renacer, no estemos, continúe el camino, continúe Renacer, continúe creciendo y enriqueciéndose con el aporte y con la experiencia y la maravilla que cada uno de nosotros somos.

Víctor Frankl nos mostró, lo que nosotros pudimos mostrar después a los papás y es que, a pesar de todo lo que nos había pasado, hay todavía un espectro maravilloso de posibilidades, un horizonte maravilloso de posibilidades hacia delante, para que nosotros tomemos de ellas aquello que sea lo mejor para nosotros, mejor para los que nos rodean y mejor para la vida misma, o sea una opción plena de sentido.

Estas opciones están ahí, están adelante nuestro y cuando perdemos un hijo, no lo vemos, nos quedamos en el hoy y en el ayer, todo duele; entonces Renacer le puede decir a los papás, acá tienes todas estas otras opciones, están delante tuyo, tienes que asumir la responsabilidad de tomarlas.

¿Qué vas a elegir?

Esa es tu responsabilidad; Renacer muestra a los papás, lo hemos dicho desde el comienzo, que siempre somos responsables de la forma en que vivimos nuestra vida,

de la forma que llevamos nuestro sufrimiento, aun en los primeros tiempos si lo vamos a vivir miserablemente, dando lástima o lo vamos a hacer con dignidad.

## -XII-

### 12 –Renacer es para quien busca cambiar.

Lo que motiva a las personas a ingresar a un grupo de ayuda mutua, es el deseo de que las cosas no sigan siendo como son, el deseo de cambio, pero no de un cambio material, sino de una transformación interior, para ser más precisos, es un anhelo de crecimiento interior.

La intuición nos muestra el camino, nos dice que aun en los momentos difíciles, de sufrimiento inevitable, aquéllos donde creemos perder la fe y la esperanza, existe la posibilidad de cambio, de transformación interior.

Cuando los padres comienzan a darse cuenta que una persona que ha perdido un hijo, nunca volverá a ser la misma persona, que algo cambia para siempre, es aquí donde Renacer ayuda a comprender, con el apoyo del grupo, que la pérdida de un hijo es la pregunta más importante que la vida le ha hecho, y, por lo tanto, la respuesta debe ser de igual importancia.

El padre, todavía no sabe cuál es esta respuesta, pero su intuición le dice que debe estar basada en una transformación espiritual.

Renacer actúa como una escuela de vida, asistiendo a cada padre **en su propio análisis existencial**, rescatando todas las experiencias positivas y cambiando todo lo que necesita ser cambiado.

El análisis existencial, entiende al hombre como un ser, esencialmente, responsable y agrega, que no es el hombre el que debe cuestionar a la vida, sino que es él quien está siendo interrogado; sólo que su respuesta debe siempre basarse en la acción, es sólo a través de su actitud, de su accionar que las preguntas vitales pueden ser respondidas y va más allá aún, para decir que **la responsabilidad** es la base fundamental del ser humano, en cuanto representa una dimensión espiritual y no meramente impulsiva.

En Renacer nos reunimos para hablar de lo que podemos hacer con aquello que nos pasa, esto significa dejar de prestar atención a aquellas cosas que hemos experimentado, para prestar atención a la experiencia que estamos viviendo, cambiando nuestra atención desde aquello que nos sucede, hacia lo que podemos hacer con aquello que nos sucede.

La decisión existencial de la ayuda mutua, conceptualizada en la frase: “El padre sufriente a quién ayudar se vuelve la tarea a cumplir, a través de los valores de actitud”, lleva al hombre a un cambio existencial de un *ser-para-sí-mismo* a un *ser-*

*para-otro*, permitiendo la reafirmación absoluta del *tú*, ayuda al ser sufriente a desplegar, casi sin darse cuenta, la autotranscendencia propia de su existencia y facilita el salto por sobre la barrera de sus emociones, arrastrado por la necesidad existencial de ayudar al hermano que sufre.

Nosotros consideramos a Renacer como un grupo de crecimiento interior y de transformación y, como tal, de potencial ilimitado. Y no puede ser de otra manera.

Confrontado el hombre con una verdadera conmoción existencial, como es la pérdida de uno o más hijos, tarde o temprano se enfrasca en un diálogo mano a mano con su conciencia. Allí surge, sin cuestionamiento o racionalización alguna, todo lo bueno y lo malo que hemos hecho y, por sobre todo, surge aquello que debe ser cambiado.

Como todo cambio asusta, y más aún un cambio en la propia existencia, allí es donde el grupo acompaña, a cada uno de sus integrantes, a dar ese gran salto, le apoya y fortalece, le da las herramientas para ese cambio que, después de todo, sólo puede hacerse en la más absoluta soledad existencial.

Y siguiendo con esta misma línea de pensamiento, podemos decir que toda persona que ingresa a un grupo de ayuda, mutua lo hace porque está atravesando una circunstancia de vida muy difícil para ser trascendida individualmente, y si bien es verdad, que los padres inicialmente identifican "trascendencia" con "dejar atrás el dolor", pronto se dan cuenta que, fundamentalmente, significa elevarse por encima de sí mismos, para dirigir su esfuerzo y amor hacia otros.

Desde ese momento, el grupo se vuelve una entidad capaz de facilitar su crecimiento interior.

Hemos visto que la mayoría de los padres dolientes que se acercan a Renacer, lo hacen porque no les gusta la forma en que están viviendo sus vidas, esto implica un deseo, consciente o no, de lograr una transformación interior, de ser de alguna manera diferentes, y por, sobre todo, de ser mejores de lo que fueron alguna vez.

En muchos grupos, esto es descrito como un camino a la espiritualidad, que podría ser definida como un estado de conciencia ampliado, expandido, en el que, los valores como la solidaridad, el bien, la compasión, la justicia y el amor incondicional predominan.

Renacer es el encuentro de padres y madres, hermanas y hermanos, abuelas y abuelos, que concurren a *dar algo* de sí mismos en homenaje a esos hijos, hermanos o nietos, y ese *algo*, es el mismo amor que ha de perdurar pues, como dice El Cantar de los Cantares: "fuerte como la muerte es el amor", entonces, habremos comenzado a recorrer el único camino que esta conmoción existencial nos permite, el camino final de humanización, el camino que ha de prepararnos para el encuentro con el gran misterio, con el gran reencuentro con nuestros amados hijos.

### -XIII-

## 13 -Una transformación interior.

**El descubrimiento de la dimensión espiritual**, del yo trascendental, llega durante esa noche oscura del ser que se manifiesta en los rostros transidos de dolor y en una apatía suprema; pero así también, cuando amanece, se nota en la actitud del ser, el despertar de la trascendencia.

Siempre, de un sufrimiento, hay una lección que aprender, y esa lección tiene que ver con el crecimiento interior, tiene que ver con darnos y brindarnos a manos llenas a la vida, porque la vida nos necesita, necesita seres compasivos, necesita seres generosos y solidarios.

Renacer ofrece la posibilidad de hacer una transformación interior, un crecimiento interior si tú así lo eliges hacer, pues, como siempre, depende de tu elección y es tu responsabilidad.

Cuando, merced al sufrimiento, la persona es arrojada a lo más profundo de su ser, en ese momento se accede, paradójicamente, a un estado que provoca una transformación personal que puede compararse con una conversión religiosa, estado que permite al hombre ver como es verdaderamente el mundo existente, no ya para su conciencia de ser sufriente, sino de ser humano libre y responsable.

El presente, es como la puerta que separa el pasado de donde ya nada puede ser borrado, y un futuro donde se abren posibilidades a descubrir, que es, quizás, la manera más esperanzadora de ver el fluir del tiempo; por el contrario, de igual manera, puede ocurrir que ese hombre tiemble y ceda ante tamaño desafío y se consuma en la hoguera de sus emociones.

El hombre es un ser libre para elegir otra cosa, para ver y decidir que las cosas siempre pueden ser distintas y, por sobre todo, mejores a como son, pues hay algo a lo que los humanos nunca podemos renunciar: no podemos renunciar a ser libres.

El "crecimiento interior", tan buscado por tantos padres, consiste en la cada vez más cercana aproximación a la compasión vivida, no reflexionada; al decir esto, tomamos en cuenta que no se llega a ser compasivos a través de la lectura o reflexión, sino merced al amor compartido con aquellos con quienes el destino común nos ha hermanado.

Es muy común escuchar, y ustedes lo habrán escuchado, de papás que dicen: nosotros llevamos un tiempo acá, ahora queremos crecer, queremos que nos den material, que nos den literatura, que nos digan cómo crecer.

Cuando un papá hace esa pregunta, nosotros le tenemos que decir: **no importa lo que tú esperes de Renacer, lo que importa es lo que Renacer espera de ti.**

Además, un consejo práctico, yo puedo ir a cuanto taller, conferencia, seminario halla, seguir estudiando y tantas cosas que puede hacer, para ir capacitándose más y mejor, para luego brindar todo eso en las reuniones de Renacer que, a la vez, enriquecerán los conceptos vertidos, el vocabulario que se utilice, que puede ser infinitamente más rico, o más profundo, todo lo puedo brindar a las reuniones de Renacer.

Puedo llevar un trozo que me pareció fantástico, lo leo y todos charlamos, porque a lo mejor, viene justo en ese momento, pero Renacer no es un grupo de reflexión, para eso voy a otro lugar.

Ésa es la tarea, ése es el mensaje de Renacer.

La paz interior y la serenidad, no son un objetivo en sí mismo, sino el resultado de una tarea bien hecha, que al trascendernos para acercarnos al otro, ayudándolo a recuperar la esperanza, nace en nosotros una paz interior profunda y perdurable.

## -XIV-

### **14 -Querer ser la razón del bienestar de otro.**

Elisabeth Lukas nos deja la convicción de que: “Toda persona, aunque psíquicamente sea sumamente contrahecha y acorralada, podrá salvar su alma por la entrega de un poco de amor.”

Es, entonces, a través de ese amor por el hermano que sufre y que está frente a mí, que podemos darnos cuenta que, en homenaje a nuestros hijos, hemos comenzado a reemplazar el sentimiento de dolor y desesperación, por un sentimiento de amor, empezando por la autorrenuncia.

Autorrenuncia, significa renunciar a muchas cosas, pero, por sobre todo, significa renunciar a mis emociones que son encontradas, violentas, opuestas, renuncio al dolor desesperado, pero para que haya un acto de renuncia, debe haber algo, de por sí, más elevado, sólo puede renunciarse a algo por algo más elevado, algo que le dé un sentido a esa renuncia, que es el amor por los hijos, por los hijos que no están y por los hijos que están, que nos reclaman, por la vida y por nosotros mismos.

Querer ser la razón del bienestar del otro, es moneda corriente en los grupos de Ayuda Mutua, y se refleja en la profunda satisfacción que experimentan los integrantes, cuando una nueva persona se ha acercado a un grupo y se retira con una sonrisa en los labios.

Así es más fácil entender por qué los seres sufrientes, se quedan en los grupos, pues en ellos adquieren su verdadera dimensión como personas, sin máscara alguna y se dan cuenta, algunos por primera vez, que es posible el amor entre los seres humanos.

Cada uno es un universo rico en experiencias, rico y maravilloso para ofrecerse, abriéndose al mundo, abriéndose los unos a los otros, amémonos los unos a los otros.

Este mensaje ya se dio, ¿hace cuántos años atrás? y sigue siendo tan vigente, tan maravilloso.

La trascendencia implica sacrificio, autorrenuncia, renuncia a cosas por otra persona, lleva a ser un ser para otro.

La mayoría de los padres vienen porque no les gusta la forma en que están viviendo sus vidas, y, si bien es cierto, que los padres, inicialmente, identifican “trascendencia” con “dejar atrás el dolor”, pronto se dan cuenta que, fundamentalmente, significa elevarse por encima de sí mismos, para dirigir su

esfuerzo y amor, hacia otros, entonces, desde ese momento, el grupo se vuelve una entidad capaz de facilitar su crecimiento interior.

Se cumple así la afirmación de Víctor Frankl: “El hombre que se levanta por encima de su dolor, para ayudar a un hermano que sufre, trasciende como ser humano” y , sin buscarlo, tiene una recompensa, esa recompensa es la paz interior, es la calma, es el cese de todas las turbulencias.

Por autotrascendencia entendemos, entonces, la capacidad del ser humano de orientarse a algo o a alguien que no es él mismo, como es una persona a quien amar, una tarea que cumplir, o bien hacia algo no concreto, como sucede con los valores de actitud que, si bien, emanan del hombre, no están dirigidos a sí mismo sino a la vida, a Dios, o a nadie en particular.

Los sentidos de nuestra autotrascendencia confluyen en uno solo en la Ayuda Mutua, como quizá en ninguna otra ocasión en la vida, donde el ser sufriente a quien amar se vuelve la tarea a cumplir a través de los valores de actitud.

Esta dedicación sin reparos, a aquellos padres que recién ingresan o son más nuevos, tiene una recompensa, no buscada, de enorme valor, que reside en el hecho existencial de producirse el olvido del propio dolor, al preocuparnos por el dolor de los demás, porque quien lleva la luz a los demás, no la puede separar de sí mismo.

## -XV-

### **15 -La autotrascendencia es una característica humana que ha estado dormida.**

La autotrascendencia, es la capacidad del ser humano de estar más allá de sí mismo, de estar orientado a algo o **alguien** que no es el mismo.

Para el hombre egocéntrico, que nada entiende de los valores que caracteriza a la humanidad, ni del significado de la renuncia y del vivir para otros, el destino no puede ser visto sino como una afrenta personal y, frente al sufrimiento, no tendrá respuesta alguna.

La sociedad de consumo, fomenta la renuncia a la trascendencia, pues el individuo desea tener cosas para sí mismo, lo que lleva a un ser para sí mismo, en tanto, la trascendencia implica sacrificio, autorrenuncia, renunciar a cosas por otra persona.

“Existir”, significa ser hacia afuera, vivir proyectado siempre hacia un futuro en el que yacen las posibilidades que esperan ser convertidas en realidad.

Toda autotrascendencia es intencionada y necesita, de algo o de alguien para poder ser llevada a cabo.

Así pues, podemos dirigir nuestro desprendimiento hacia una persona a quien amar, a una tarea que cumplir, o bien hacia algo no concreto, como sucede con los valores de actitud que, si bien emanan del hombre, no están dirigidos a él mismo.

En Renacer, los tres sentidos de la intencionalidad autotranscendente confluyen en uno solo, como quizá en ninguna otra ocasión en la vida: **el ser sufriente a quien amar, se vuelve la tarea a cumplir a través de una actitud a asumir.**

La autotranscendencia lleva al hombre a un cambio existencial *de un ser para sí mismo a un ser para otro.*

Florece con el despertar espiritual del hombre, que permite la reafirmación absoluta del *tú*, ayudando al ser sufriente a desplegar, casi sin darse cuenta, su autotranscendencia, al facilitar el salto por sobre la barrera de sus propios sentimientos, llevado por la *necesidad existencial* de ayudar al hermano que sufre.

Renacer presenta la particularidad de ofrecer la posibilidad de sentido colectivo, afecto, creación y ayuda y esto es igual para todos los miembros, hasta que cada uno de ellos encuentre su autotranscendencia, en el sentido único e irrepetible en su propia vida.

Elisabeth Lukas nos transmite la convicción de que *“toda persona, aunque psíquicamente sea sumamente contrahecha y acorralada, podrá salvar su alma por la entrega de un poco de amor.”*

El amor es humilde, es desapegado, es autorrenuncia, y estas tres características humanas han estado dormidas en la existencia de la mayoría de los integrantes de los grupos, sin embargo, los tres son fenómenos específicamente humanos que reflejan la autotranscendencia propia del ser humano.

El elevarse por encima de su tragedia, para ayudar a un hermano que sufre, característica específicamente humana de la Ayuda Mutua, expresa, según Víctor Frankl, el emerger de la dimensión espiritual, que al orientarse a algo o a alguien que no es uno mismo, desarrolla la capacidad de distanciarse de sí mismo.

Renacer es consistente con el postulado cristiano, ratificando al hombre como un ser abierto al mundo y confirma la autotranscendencia del ser humano que se reconoce en la frase de Frankl: *“El hombre que se levanta por sobre su dolor, para ayudar a un hermano que sufre, trasciende como ser humano”.*

La tarea fundamental no es preocuparnos por nuestras vivencias, no es preocuparnos tanto por lo que yo siento, es preocuparnos más por lo que siente la persona que está sentada frente a mí y, con su dolor, me demanda, me exige ayuda.

Renacer es, en el fondo, una tarea moral y ser moral quiere decir, darle al otro sin esperar nada a cambio.

Y esta demanda, que recae sobre nuestros hombros, no queda sin respuesta, puesto que mientras más renunciamos a nosotros mismos, mientras más nos olvidamos de nosotros y de nuestras emociones, más cerca estamos de nuestra esencia, de aquello que, verdaderamente, somos: **seres humanos** y habremos así recorrido el camino ético que Renacer muestra, el camino que nos lleva a nosotros los hombres, a vivir en el ser.

**-XVI-**

**16 -Renacer genera un proyecto de vida.**

La vida no se limita a los hechos determinantes del pasado, sino que incluye las posibilidades que se abren ante nosotros, es decir, aquello que yace en nuestro futuro y espera ser realizado por nosotros; esta apertura es lo que distingue el mundo humano del mundo cerrado de los animales y las plantas.

Si se pierde la proyección del futuro, si desaparece la orientación hacia las posibilidades latentes en el futuro, entonces, sólo queda morar en el pasado, el mundo de los recuerdos o en el presente y sólo experimentar el hoy.

Esta falta de futuro, de deseo de proyección, esta an-orexis, esta falta de deseo existencial-temporal, nos convierte en seres primariamente biológicos.

La persona, al reducirse temporo-existencialmente se agranda corporalmente, de ahí la prominencia de los síntomas somáticos al comienzo de un duelo.

Cuando perdemos un hijo, no queremos mirar para adelante, no queremos ni pensar cómo ha de ser nuestra vida de aquí en más.

En tales circunstancias, nos dimos cuenta que los padres que se acercan a Renacer lo hacen, en realidad, no sólo porque han perdido un hijo, sino, porque habiéndolo perdido, no quieren seguir viviendo como lo están haciendo, es decir, que se dan cuenta que necesitan un proyecto de vida.

Lo que el hombre aspira ser, determina, en gran medida, lo que rescata de su pasado, de lo que ha vivido, excluyendo aquello que es teñido por el sentimiento o la emoción de lo que evoca.

Estamos hablando de un pasado al que se puede acceder, que contiene valores realizados, que es influenciado por las decisiones que se toman y los proyectos que se tienen y que, a su vez, tiene influencia en la producción de los estados de ánimo o temple.

En la medida en que el pasado no es el ahora que fue, sino que es la dimensión en la que queda guardado todo lo realizado por el hombre, es el granero, al decir de Frankl, el reservorio de donde el hombre puede seleccionar y rescatar todo aquello que sea útil a sus proyectos, todo aquello que sea de valor, todo lo que le ayude a encontrar sentido.

Podemos decir, que el futuro es el que determina la presencia de lo vivido en el pasado, lo que permanece para siempre en nuestro mundo como lo ya realizado, lo eternizado en la realidad más indestructible.

Cuando existe como proyecto de vida, el ayudar a otro padre que ha perdido un hijo, es necesario que el ayudador rescate de su pasado, sólo el hecho neutro, el fenómeno que él también ha perdido un hijo, pero no se puede dotar a ese hecho, no se lo puede revestir con emociones y sentimientos dolorosos y negativos, puesto que si se procede de esa manera, es evidente, que no se estará en condición de ayudar a la persona que se acerca.

En las reuniones de grupo, nos dimos cuenta que volver atrás sobre los hechos dolorosos y la exploración de emociones, tan encontradas y negativas, propias de los primeros tiempos, después de la partida del hijo, nos mantenía en un nivel emocional, desde donde se hace muy difícil vislumbrar un proyecto de vida y lo que es más aún,

se hace difícil no caer en el ensimismamiento, consecuencia lógica de este tipo de procesos.

En los primeros momentos, el dolor lo ha hecho consciente al padre sólo de sus necesidades, nadie sufría más, ningún otro dolor importaba más, pero, a medida que él va descubriendo más aspectos positivos, en su vida, ésta aparece como un proyecto a considerar, nuevamente, pero de otra manera.

Por eso es que Renacer cumple con una tarea positiva, al decirnos que se puede pensar y tener proyectos de futuro, no solamente, vivir el día, desde ya, que vamos a vivir el día plenamente y dando mucho amor, pero también vamos a vivir pensando y mirando al futuro.

Si uno basa el trayecto de su vida, de acá en más, en el amor, si cada día de mi vida, yo me levanto haciendo ese esfuerzo, extraordinario, que significa, aun en esos primeros tiempos, de despertarse y saber que me despierto sin mi hijo, pero sabiendo también que por amor a él, y si me quedan otros hijos, también por amor a ellos, yo tengo que ponerme de pie con dignidad, tengo que iniciar ese día y cada día de mi vida, con proyectos de vida que incluya a otros seres que sufren.

Cuando me doy cuenta que puedo extender mi mano o una palabra, para ayudar a otra persona que sufre y su rostro, que un momento antes estaba desencajado de dolor o reflejando desesperanza o sin vida, y, de pronto, empieza a revivir y nos dice: “viendo a todos ustedes, me parece que es posible...” eso es fantástico, una expresión de esperanza.

Esperanza, que no es negar las cosas como parecen ser, no es escapar; es, simplemente, saber que detrás de estas cosas y de esa apariencia, no se agota todo lo que estas cosas son.

Detrás de esa situación de dolor, que hemos vivido los papás que hemos perdido hijos, no se agota todo lo que parece ser; detrás de esa situación hay mucho más que está allí, para ofrecerse a nosotros para empezar nuevos caminos.

Simplemente, tenemos que optar por ellos, entonces, el tener esperanza es, simplemente, reconocer que hay algo más detrás de esta apariencia de sólo dolor.

Es posible anticipar que, ante la ausencia de proyectos, a la persona en duelo, sólo le queda refugiarse en sus sentimientos dolorosos, dando origen a cuadros de intenso ensimismamiento.

Si no existe proyecto alguno, se vivirá en el pasado y se rescatará, continuamente, el mismo hecho, revestido con todas las emociones que a él corresponden, propias de un mundo cerrado, sin horizontes, sin proyectos, sin nada por lo que valga la pena seguir viviendo, por lo cual, es de esperar, que se priorice el rescate de aquello más doloroso y que, además, se vuelva una y otra vez, en un eterno movimiento circular, a aquello que tanto nos ha marcado.

El objetivo es dirigir la atención de los integrantes, hacia hechos o aspectos de su vida, que pueden ser tan importantes, tan significativos y positivos, que le permitan comenzar, gradualmente, a trascender su particular situación, con el resultado de que, luego de un tiempo más o menos corto, obviamente, muy individual, se encuentre

pensando cada vez menos en él y su propio sufrimiento, hasta poder colocarlo en la perspectiva adecuada, merced a la cual, pueda recordar sin dolor o desesperación, sino con dulzura y nostalgia, mientras comienza a incluir a otros en sus proyectos.

## -XVII-

### **17 –Una nueva actitud frente al destino.**

Cuando una persona ha sido señalada por la vida, merced a una crisis existencial u otra tragedia, una de las primeras preguntas que se plantea es ¿Por qué a mí; qué es lo que he hecho para merecer semejante desgracia?

Esta pregunta nos conduce directamente a la relación del hombre con el destino.

Cuando esa persona se acerca a un grupo de ayuda mutua, lo primero que se le hace evidente, es que esa pregunta debería ser reemplazada por otra: ¿Por qué a nosotros?, despojando así a la persona del sentimiento, muchas veces vergonzante, de ser el único ser sufriente, el último y más despreciable ser del universo, lo que debiera producir, algún alivio sin necesidad de discurso previo.

Sin embargo, es tan frecuente escuchar a los integrantes que se acercan por vez primera a una reunión grupal insistir, cuando se les concede la palabra, ¿Por qué a mí?, así como es frecuente escuchar, casi a coro, la respuesta: ¡Por qué no a ti!, Con lo que estamos como al principio. En realidad, la pregunta nos remite a la cuestión del destino y es acerca del significado de ese destino, que debemos interrogarnos.

Durante nuestra permanencia en los grupos Renacer para padres que enfrentan la pérdida de hijos, hemos visto cuan conflictiva es la relación del hombre, no ya con el destino, sino con *su* propio destino, en la medida, en que pareciera afectar sólo a él; relación difícil, en la que el hombre toma un rol inquisidor, cuestionador, ubicándose, una vez más, de manera equivocada, en el papel de amo del universo.

Para el hombre egocéntrico, que se considera a sí mismo el centro del universo, con las cosas y los hombres girando alrededor suyo, para su beneficio y usufructo, el destino no puede ser visto sino como una afrenta personal, frente a la cual, no tendrá respuesta alguna, dado que, como dice Elisabeth Luka: *“...sólo a partir del momento en que el mundo puede ser percibido, independiente de las condiciones que prevalecen en el observador, puede ser comprendido, en término de los elementos de sentido, aquello que da sentido a la existencia humana y capacitan al observador, para responder a las preguntas planteadas por la vida, las que aguardan ser realizados por él.”*

Pero, ¿cómo es en realidad ese destino que tanto nos ha herido en la vida? ¿Estamos indefensos ante él? ¿Somos entidades separadas? ¿Tenemos algo que decir? ¿Estamos a merced de las circunstancias que la vida nos depara? ¿Participamos de ellas? ¿Podemos, en alguna medida, forjarlas y ser artífices de nuestro propio destino? ¿Es este destino pasado, presente o futuro, o es como la vida misma un continuo plegarse y desplegarse? ¿Preguntamos o respondemos?

Por último ¿es algo que llega a nosotros desde la vida, o es, como pensaba Rilke, algo que sale desde nosotros hacia ella?

Se abre aquí un interrogante de capital importancia: ¿Debe el hombre vivir libando, continuamente, en un pasado impuesto, lleno de memorias dolorosas, que son fuente de lamentos en el presente? ¿O acaso, tiene algún grado de libertad en sus respuestas?

Al respecto, Frankl nos dice: *“El hombre elabora la materia que el destino le brinda: unas veces creando, otras viviendo o padeciendo, se esfuerza por cambiar su vida lo más posible para convertirla en valores, en valores de creación, de vivencia o de actitud”*.

- Noten que Frankl dice que el destino nos brinda, casi con ternura. Más adelante, nos dice: *“El destino le pertenece al hombre, como la tierra que lo ata con la fuerza de la gravedad, sin la cual caminar no sería posible. Tenemos que ver nuestro destino, como la tierra sobre la que nos movemos, el piso que ofrece el trampolín para nuestra libertad... La tierra, sobre la que el hombre se mueve y trasciende durante el andar sobre ella, y es tierra sólo en cuanto puede ser trascendida, o sea, que significa una base para el despegue.*

*Si se quiere definir al hombre, habría que definirlo como el ser que hasta puede liberarse de aquello que lo determina.”*

Algo similar nos dice Rilke *“El que no acepta, de una vez con resolución, incluso con alegría, la dimensión terrible de la vida, nunca disfrutará de los poderes inefables de nuestra existencia, quedará marginado y, a la hora de la verdad, no estará vivo ni muerto”*.

Según Nietzsche, para los antiguos, cualquier mal estaba justificado a condición que los dioses se complacieran en mirarlos. Este pensamiento, puede enfocarse a la inversa y decir que habiendo acaecido algún mal, está en el hombre ganarse la mirada y el respeto de su Dios, haciéndose sagrado, merced a la actitud con la que asume su destino.

El hecho de ver al destino como lo que sale del hombre, reivindica para ese ser, para nosotros, la capacidad de modificarlo, de hacer que no sea algo estático, mecánico, conceptualmente acabado e imposible de ser modificado, sino que sea, finalmente, un producto de nuestra propia existencia, de nuestra propia libertad, de nuestra responsabilidad ante la propia vida y de la manera en que la vivimos.

En la medida, en que tanto la libertad como la responsabilidad son fenómenos que tienen su origen en la dimensión espiritual del hombre, podemos aventurar que el destino no es otra cosa que un «llamado» al espíritu humano.

Este concepto del destino, como un producto humano, permite elegir que esta realización sea dirigida, no hacia lo que recibimos “de”, sino hacia lo que nosotros damos al mundo, permitiendo, eventualmente, cambiarnos y cambiar el mundo.

Por ejemplo: si pierdo un hijo joven, en un accidente de moto, y veo su destino como una muerte injusta y mi destino como una vida de sufrimiento, consecuencia de

dicha pérdida, en ese instante he renunciado no sólo a mi libertad sino a mi autotranscendencia.

Sin embargo, si considero al destino como aquello que sale de mí, puedo entonces, merced a mi actitud, no sólo dotarlo de sentido, transformándome en un nuevo (mejor) ser humano, sino que puedo transformar una muerte inexplicable, otorgando a mi hijo el papel de catalizador de mi transformación existencial y convertir su muerte prematura, en un supremo sacrificio, al que yo he elegido dotarlo de póstuma intencionalidad.

Aun, en el caso que el hombre entienda al destino como aquello, inesperado e indeseado que entra a él, las situaciones límite, le ofrecen la oportunidad de lograr la pérdida de la angustia, ante la posibilidad de tener que “elegir”, puesto que ya todo ha sido elegido.

Según Kierkegaard, el ansia o la angustia, en el hombre, se deben a la necesidad o la obligación de tener que decidir, es el “vértigo de la libertad”.

Siguiendo esta línea de pensamiento, podemos decir que aquello que llega al hombre desde el destino, a modo de algo que ya ha sido elegido, presenta en sí, la capacidad de transformarse en una verdadera experiencia liberadora.

Esto no es una mera especulación teórica, dado que en los grupos de ayuda mutua para padres que enfrentan la muerte de un hijo, muchos de ellos, manifiestan haber perdido el miedo ante la incertidumbre, a partir de dicha pérdida. En esos casos es muy común escuchar: ¿Qué más puede pasarme ya? ¿Qué me queda por perder si ya ni a la misma muerte le temo?

Para Heidegger, el hombre puede escapar de la lamentable situación de inautenticidad, en la que se halla sumido, mediante un salto, un acto de libertad, una decisión que consiste, en aceptar la realidad de la muerte. Insiste, además, en que el hombre lleva una existencia auténtica de acuerdo con su propio ser, cuando mantiene siempre, ante sus ojos la realidad inevitable de la muerte.

Este mismo salto, este mismo acto de libertad, este salto de la inmanencia, a la trascendencia, también la da el hombre, al enfrentarse a otras situaciones límites. El hombre auténtico, se atreve a desafiar la desnuda realidad del sufrimiento, y es, precisamente, a través de este valeroso y heroico enfrentamiento, que llega a darse cuenta que, verdaderamente, existe, se da cuenta que es un ser y no un ente. Aquí Heidegger plantea, el hecho de que el enfrentar la muerte y reconocerla como parte inevitable de la vida, lleva a la transformación del ente en el ser, es decir, hace que el hombre pueda ser.

El sufrimiento intenso, inevitable, ese sufrimiento que lleva en él la posibilidad de aniquilar al hombre, presenta, en cambio, la capacidad de llevarlo a recorrer un camino existencial distinto por su “bidireccionalidad”, dado que puede hacer que seres humanos retrocedan a la categoría de entes al padecer un sufrimiento, al que no han sabido encontrarle un sentido, como una frustración o un malograrse de la existencia humana, pero también puede hacer que otros seres que al haber perdido la angustia, merced a una decisión que ya ha sido tomada por el destino y, utilizando esa libertad

plenamente, lleguen a adquirir un conocimiento del ser tan intenso, tan profundo, que los lleva a un estado de iluminación, o de ampliación de la conciencia.

En algún momento, de su sufrimiento, el hombre reflexiona sobre el destino y es entonces donde la instancia del grupo es de gran utilidad, en él puede verse reflejado en múltiples espejos y apreciar como algunos pares han sido capaces de forjarlo y convertirse en artífices de su destino, mientras otro, sólo han podido doblegarse ante ese visitante indeseado, que llegó sin que lo inviten y, una vez más, vemos que es el propio hombre doliente, quien debe decidir el rol que juega el destino en su vida.

Este reconocimiento de la realidad, esta aceptación de lo que la vida le depara al hombre, está descrita de una hermosa manera por Bernanos en su Diario de un Cura Rural: *“Después de cada una de las pruebas decisivas de mi vida, he sentido una especie de torpor, un entumecimiento de la mente muy agradable que me da una curiosa sensación de ligereza, de felicidad. ¿Qué clase de felicidad? No sabría decirlo. Es una alegría sin par. Pienso que ha ocurrido lo que debía ocurrir y que todo ha pasado ya.”*

En este mismo sentido, debemos recordar la manera en que San Agustín se dirigía a su Dios: “Señor: dame lo que mandas, y manda lo que quieras”, para San Agustín sólo le restaba aceptarlo.

Desde el punto de vista de los seres sufrientes, podría definirse al destino como *una acción en que la vida o Dios realizan una situación posible que comprende a un ser humano o un grupo de seres*, de tal manera que nuestro destino no podría ser analizado, independientemente, de aquél de nuestros seres queridos, ni del de la humanidad que nos rodea. Esto significa que, en última instancia, no podemos hablar del destino individual, sino de cómo esto que está sucediendo *com-prende* a cada individuo y, a su vez, *com-prende*, también, a los seres que lo rodean, es decir, que aun con nuestra crisis existencial, e inmersos en esa confrontación con un destino que pareciera dominar nuestra vida por completo, continuamos, aunque no seamos conscientes de ello, abiertos a otros seres que siguen existiendo, seres que nos necesitan, que esperan algo de nosotros y esto nos recuerda las palabras de Nietzsche: *“El que tiene un porqué vivir, siempre encuentra el cómo hacerlo”*.

-XVIII-

## **18 -Renacer, expresión de la dimensión más humana del hombre, su dimensión espiritual.**

Renacer es un grupo de ayuda mutua existencial, para padres que enfrentan la pérdida de hijos, cimentado en un nuevo y sólido **fundamento** filosófico antropológico y una moral de la responsabilidad y la libertad, **sustentado en la dimensión específicamente humana: la dimensión espiritual.**

La historia de Renacer es la historia de un cambio posible conseguido por miles de personas, de múltiples comunidades en tres continentes:

En la medida en que aún no existe palabra ni lenguaje que nombre a los padres que pierden hijos, todos los conceptos vertidos, hasta ahora, sobre el duelo por una muerte que al venir da nombre a los deudos, tales como viudez u orfandad, carecen de vigencia, carecen de sentido cuando se los aplica a los padres que pierden hijos; son sólo meras apariencias.

Según Martin Heidegger, fenomenólogo alemán del siglo 20, donde no hay palabra no hay nombre y por lo tanto no hay ser, entonces, es necesario pensar lo no pensado, no en el sentido de pensar lo que se oculta detrás de un pensamiento, sino pensar lo, verdaderamente, no pensado aún, en un *proceso de creación* auténtico, yendo más allá de un mero desocultar algo que ha permanecido oculto, hay que ir, por lo tanto, más allá de los límites, más allá de los paradigmas vigentes.

A partir de estos conceptos se vuelve claro: No existiendo un “duelo convencional” por la muerte de un hijo, se hace necesario buscar nuevos caminos, nuevos territorios, osar desafiar los límites, inclusive los del mismo lenguaje.

Entre el límite de lo que la palabra significa o puede nombrar y la búsqueda de un lenguaje que nos compele a descubrir aquello que está más allá de todo límite, entre estas dimensiones transcurre el sufrimiento por la muerte de un hijo.

Renacer es la historia de ese transcurrir, pero de una manera distinta de la hasta entonces considerada como “clásica”, a saber, alejada de todo tutelaje del ser sufriente, sea éste químico, psicológico, religioso o social, descubriendo, en el proceso de hacer camino al andar, la dimensión espiritual, donde tienen su origen aquellos fenómenos específicamente humanos, aquellos que han de permitir la búsqueda señalada.

No fue nada sencillo llegar a mostrar esta experiencia de modo tal que pudiera ser aplicada en otros lugares, como no fue fácil para quienes colocaron la piedra fundamental de los modelos aplicados, como es el caso de Víctor Frankl, psiquiatra y filósofo, creador de la tercera escuela vienesa de psicología, para quien fue tarea de toda una vida introducir **la noción de una dimensión espiritual** en la concepción del hombre, dimensión no aceptada por la psicología y la psicoterapia de su época.

Su creación describió a la conciencia como el órgano del sentido y la consideró parte del inconsciente espiritual, allí donde tienen origen los fenómenos específicamente humanos, tales como la libertad, la responsabilidad y la espiritualidad.

Este modelo ha ido ganando espacio con el correr de los años, merced a la progresiva decepción por los resultados obtenidos por los modelos ortodoxos, con lazos en las ciencias naturales.

Es en esa dimensión espiritual, que nunca enferma, que podemos considerarla la más elevada, donde el hombre se sumerge, o se “eleva”, para buscar los recursos que le permitan superar las conmociones existenciales y encontrar un sentido a las preguntas que la vida le plantea.

Cuando las preguntas son demasiado complejas para una respuesta personal, entonces el hombre doliente **acude** a la religión o, como dice Frankl, a la cura médica del alma. Pero hay instancias en que ni la religión ni la medicina pueden aportar a las respuestas que necesita el hombre que sufre y pugna por salir airoso.

Es entonces cuando tiene lugar la Ayuda Mutua, ayuda que solo puede provenir de otro ser doliente que ha sido capaz de elevar su mirada por sobre su propio dolor y se da cuenta que el hombre doliente encuentra sentido a su tragedia en el servicio y que al otro ser, al que reclama esa ayuda, sólo un igual puede brindársela en un encuentro en el que nace la ayuda mutua.

Los grupos de ayuda mutua ofrecen, precisamente, la oportunidad de *llegar a ese encuentro con el otro*, y si, merced a este *encuentro*, ambos, ayudador y ayudado logran elevar la mirada y dirigirla hacia el mundo, en vez de pensar cada uno en su propio problema, entonces, juntos habrán alcanzado la autotrascendencia en su modalidad más noble: la renuncia a su propio sufrimiento, a su propio dolor.

-|XX-

## 19 -¡Qué difícil es hablar de la muerte...!

Qué difícil que es hablar de la muerte, cuando afuera el sol ilumina el verde brillante de las hojas, las gotas de rocío en el pasto, las flores blancas del laurel... en realidad es difícil hablar de la muerte, en cualquier circunstancia, en cualquier lugar.

Todos sabemos que vamos a morir, que es inevitable y, sin embargo, haremos lo imposible por negarlo y damos la espalda cuando “le pasa a los demás”.

Hasta que un día, nos pasa a nosotros; le pasa a seres que amamos más que a nada en el mundo... le pasa, incluso, a nuestros hijos, quienes nos enseñaron una insospechada forma de amar, que teníamos reservada sólo para ellos.

Y de entre todas las diversas formas de morir un hijo, el suicidio está entre las más duras y trágicas para los seres que quedan, generalmente, sumidos en un dolor que no conoce iguales y en una incredulidad, que les hará repetirse, una y otra vez: ¿por qué? al mismo tiempo que se reprochan, el “no haberse dado cuenta” de lo que iba a suceder, para evitarlo y, de aquí en más, comenzarán el largo y angustiante camino de las culpas, que los acosarán día y noche y no los dejarán vivir, dormir, respirar.

Se culpan ellos, culpan a otros, culpan a Dios y aun quizá, lo que les causa tanto más desasosiego, culpan a los hijos que decidieron irse de esa manera. El dolor no

parece tener límites, las nociones de castigo los asechan y quizá, también, la mirada de los demás que creen verlas, aun cuando no lo sean, como acusadoras.

Pero, así como sabemos poco y nada sobre la muerte y el proceso de morir, lo que nos hace difícil consolar a los que sufren, especialmente, a un padre que pierde hijos, menos sabemos sobre cómo hablar al padre cuyo hijo se quitó la vida.

Y lo que es más aún, poco y nada sabemos de lo que lleva a un niño o a un joven a suicidarse.

A veces "parecen" haber causas directas, muchas otras no, y los padres se debatirán en un sin fin de explicaciones tentativas, buscando el sosiego y la paz, que parece haberlos abandonado para siempre.

Padres que, tratando de comprender qué llevó a su hijo, de apariencia y vida normal, a tomar decisión tan extrema, pueden perder la paz.

Elizabeth Lukas, discípula de Víctor Frankl, llega a una conclusión: "cada persona responde a la vida de una manera individual."

Víctor Frankl, dice en sus libros, que el hombre en su búsqueda de un sentido para su vida, a veces, pareciera no encontrarlo en esta tierra, lo que puede motivarlo a esperar hallarlo "del otro lado", porque si así no fuese, no tomaría decisión alguna.

Se fueron de nuestra vida "dando un portazo", sin pedirnos permiso, pero se fueron. Consideremos, por un momento, darles el permiso, para que la partida sea menos dolorosa, para que ellos sepan que los amamos, por sobre todo y a pesar de todo, y que no los juzgamos.

Respetémosles su decisión de partir, aun de esa manera, a pesar del dolor. Quizás palabras similares a éstas puedan señalar el comienzo del retorno a la paz interior: "Hijo querido, hasta aquí llegamos juntos. Tú has decidido seguir tu propio camino, has decidido partir. Yo te respeto, te quiero y deseo que seas feliz, que Dios te bendiga."

Es el amor que nos enseña, porque, detrás, alrededor, y dentro del dolor que debemos vivir, está el amor, que es lo único que nos puede salvar del abismo.

Elizabeth Lukas reflexiona que no importa cuán irrevocables sean los hechos, la logoactitud ayuda a la gente a darse cuenta que todavía les queda una elección: elegir la actitud que adoptarán frente a esas situaciones. Pueden aceptarlas o condenarse a sí mismos o al mundo, pueden mostrar coraje y confianza en el futuro, o desesperanza.

Es su decisión: el destino más cruel, no tiene el poder de decidir cómo deben ellos enfrentarse a él."

Si encontramos una actitud positiva, al enfrentarnos a circunstancias, extremadamente negativas, encontramos un gran consuelo en el hecho de que no necesitamos perder autoestima; podemos, aun, con orgullo, llevar nuestro sufrimiento con dignidad y ser, así, un ejemplo para otros padres en sus propias tragedias.

Por su parte, Elisabeth Kübler-Ross nos dice que las partidas prematuras – sean cuales fueren las causas - son una lección de amor incondicional, y, nuestros hijos, los maestros del verdadero y desinteresado amor, aquel que no tiene reclamos ni expectativas, que ni siquiera necesita de su presencia física.

Dejando fluir estos sentimientos en nuestro interior, daremos paso al nacimiento de un nuevo ser en nosotros. Un ser capaz de disfrutar nuevamente del sol y de la naturaleza, en todo su esplendor, un ser que no resentirá la vida, porque ha comprendido la muerte. Que no rechazará el dolor, porque ha sabido aprender de él, y que se acercará a otros que sufren, ayudándolos a realizar su propio aprendizaje hasta encontrar la luz.

La muerte no marca el fin de todo, es sólo una necesaria etapa en la evolución espiritual del hombre, es una parte integral de la vida, la que nos marca el límite de nuestra existencia terrena y nos enseña a apreciarla en su verdadera dimensión, para vivirla totalmente, rescatando esa olvidada espiritualidad en nuestro diario vivir, para saber prepararnos para que, en el momento de realizar nosotros la transición, saber que no hemos dejado cosas por hacer y en el instante de dejar el capullo, para volar libres de regreso a casa, sepamos que hemos comprendido el mensaje de nuestros hijos, porque hemos dado todo el amor de que fuimos capaces.

La muerte de nuestros hijos, no habrá sido estéril, si a través de su partida es que se comprende el verdadero sentido de la vida, como un tiempo precioso y finito que debemos vivir al máximo, pero de otra manera, ya que el camino trazado hasta ahora, no sirve para esa nueva realidad. Debemos recomenzar, es como renacer de las cenizas, captando el mensaje de infinito amor, que nuestros hijos al partir nos dejaron y que los hijos que quedan nos recuerdan cada día: dar amor, sólo amor.

Son nuestros hijos, los maestros del verdadero y desinteresado amor y este sentimiento, no tiene reclamos ni expectativas, ni siquiera necesita de una presencia física.

Y cuando hayamos encontrado la paz y la aceptación, habremos de trasmitirla a los demás, a los que la necesitan, a los que sufren, a los que aún viven en la oscuridad de la desesperanza y la rebeldía, pues el hombre no es lo que recibe, sino lo que da a la vida.

Entonces, la partida de nuestros hijos no habrá sido en vano, porque dejó en este mundo personas mucho mejores de lo que eran cuando ellos estaban.

-XX-

**20 -Renacer un semillero de una humanidad más generosa y más compasiva.**

Nosotros siempre hemos dicho, que el mensaje de Renacer es una inspiración, ese mensaje fue dictado; ese mensaje no surgió de nosotros, por eso decimos que no es obra nuestra, esto es obra de los chicos.

En la medida que llevemos el mensaje con amor, con convencimiento, con mucho respeto, por cada uno de los papás, eso es Renacer.

Los grupos, lo único que pueden hacer es mostrar, mostrar a través del ejemplo y que, cada uno, tome o no ejemplo de algo que vale, así, sin imponer valores.

En la medida, que cada uno de nosotros nos veamos, nada más y nada menos, que como mensajeros, sin pretender ser más que eso, las cosas van a andar bien.

Debemos ser fieles al mensaje y honestos con el mensaje, porque, en realidad, lo que cuenta es el mensaje.

Nosotros estamos en Renacer, no por méritos propios, sino por Nicolás, como está cada uno de ustedes, por sus hijos, no estamos porque uno sea más capaz que otro o más inteligente, o lo que sea, estamos porque hemos perdido un hijo.

No nos olvidemos de eso porque, con el tiempo, cuando uno mejora, nos olvidamos un poco de eso y creemos que estamos por capacidad propia

La razón de ser de Renacer, es ayudar a los padres en las reuniones, ayudar a los papás que vienen atribulados por el dolor, sintiéndose solos, por primera vez en su vida y que van a una reunión y quieren que lo ayuden, eso es Renacer.

El verdadero Renacer es en el campo de batalla, allí donde está el sufrimiento, allí donde las personas requieren de aquellos que ya han pasado por este camino.

Ayudar, es amor, es ese amor incondicional, eso significa darse al otro, desde lo mejor de mí para encontrarme con lo mejor del otro y aceptarnos como somos, porque todos tenemos defectos que pueden molestar al que está enfrente o al que está al lado, entonces tratemos de encontrarnos con lo mejor del otro.

Entonces es un encuentro realmente de pares.

Porque podemos ser un encuentro de pares que se unen por el dolor y para llorar y para volver al pasado y seguir con la forma en que murió mi hijo, pero podemos ser pares para la vida, para ponernos de pie, erguidos, caminar y dar lo mejor de nosotros a cada momento a los que sufren a los que nos rodean y a nosotros mismos.

Cada persona que sonrío o que sufre un poquito menos porque nosotros nos acercamos y le extendimos la mano y le regalamos una sonrisa y ellos nos regalan una sonrisa a nosotros, eso es sentir a nuestros hijos vivos.

Y ¡qué alegría! porque, entonces, sabemos que estamos haciendo algo perdurable por ellos.

El homenaje que nosotros hacemos a nuestros hijos, es nuestra propia vida y la manera en que la vivimos, es decir, nosotros tenemos una sola cosa para hacerle un homenaje a nuestros hijos: **nuestra propia vida y la manera en que la vivimos.**

Tenemos que saber el significado real de los grupos Renacer, no es sólo un lugar a donde vamos a que nos pongan un brazo al hombro, los grupos Renacer son mucho más que eso.

La clave no es que nos vayamos a consolar, es que devolvemos a la vida seres mucho más compasivos, más generosos, más solidarios, más sabios quizá, más maduros como seres humanos, después de una experiencia tan dolorosa.

Nos convertimos en referentes sociales.

Elijamos referentes de que, referentes de vida, referentes de decir sí a la vida, a pesar de todo y así vemos, entonces, a Renacer como generador de un sí a la vida incondicional.

Apuntando bien alto, ¿por qué no? ninguno de nosotros tiene un límite para crecer como ser humano; **el límite se lo pone cada uno.**

Renacer es como un semillero de una humanidad más generosa y más compasiva, con una visión tan amplia que se extienda hacia un futuro en que cada uno asuma el compromiso de trabajar por un Renacer de acá a 50 años, de acá a 100 años para que traten de que los papás nuevos, que llegan al grupo sigan ese camino que ustedes pueden mostrarles, un camino de humanización, un camino pleno de amor, porque lo merecemos nosotros, lo merecen nuestros hijos y hoy, por sobre todas las cosas, lo merece el mundo, lo merece la humanidad, porque es necesario que en esta vida, en este mundo, haya seres compasivos y solidarios que trabajen pensando en los demás.

-XXI-

## 21 - Si yo hubiera... es la antesala de la culpa imaginaria.

En Renacer, la mayoría de los padres se acercan con sentimientos de culpa, a veces muy indefinidos, a veces puntuales. Sabemos que este sentimiento es, en la mayoría de los casos, injustificado, pero debemos fundamentarlo, en alguna medida, para que el padre logre ver el error de concentrar valiosas energías en un camino sin retorno.

A una persona que se lamenta diciendo: “Si yo hubiera hecho...”, “si yo hubiera sabido...”, “si yo le hubiera dado...”, “si yo no le hubiera dado...” debemos recordarle que como padres siempre hicimos y vivimos de la mejor manera que supimos y pudimos. Seguramente no quisimos herir o causar daño alguno, todo lo que hicimos creímos hacerlo porque así debía ser. Somos humanos, y como tales, cometemos errores.

Sin embargo podemos observar a padres que se quedan anclados en el pasado, en el “si hubiera sabido”..., “si no hubiera dicho”..., “si hubiera actuado de otra forma”..., etc., que no progresan en el camino de regreso a una vida plena.

La pérdida se hace así atemporal, en 10 años, en 20 años, todo es igual y hoy, aun varios años después, a esas personas al hablar de sus hijos sus ojos se llenarán de lágrimas, y volverán a narrar con todo detalle el día fatídico en que el hijo fue arrancado de sus vidas.

También observamos a padres que más que llorar por la ausencia del hijo, por el dolor que les produce su partida, centran sus energías en reñir con el destino, “por qué

justo a él o a ella”, o “por qué de esa manera”, “por qué ellos que siempre fueron buenos y dadivosos”, etc.

Ante estas preguntas o quejas sin respuesta, estos padres mantienen una herida abierta por espacios prolongados de tiempo, muchas veces de por vida.

En ninguno de estos casos se produce la aceptación del hecho y el saludable camino hacia el sentido, considerando nuestra vida desde este punto en adelante, ya que el pasado no puede ser cambiado.

Estos padres se debaten muchas veces en sentimientos de culpa ficticia o imaginaria.

Nicolás partió en un accidente de moto y durante un tiempo nos reprochamos haberle comprado la moto.

Un día fuimos a visitar a un matrimonio que había perdido un hijo, cosa que hacíamos todos los sábados por la mañana durante un tiempo, porque nos hacía sentir muy bien y la señora nos dice: acá a la vuelta, hay una mamá que perdió un hijo y está muy mal ¿por qué no van a visitarla?

Fuimos y la mamá se pone a hablar y en un momento nos dice: si yo lo hubiera dejado salir con la moto, mi hijo no se hubiera muerto.

Entonces le preguntamos: ¿cómo es eso? y ella nos dice: mi hijo, todos los días después de almorzar salía a dar una vuelta con su moto y ese día discutimos, nos enojamos y yo, en penitencia, le dije: hoy vos no usarás la moto.

Mi hijo se sentó en el zaguán, pasaron unos amigos con un auto, lo invitaron a dar una vuelta, tuvieron un accidente y el único que murió fue mi hijo.”

Y agregó: “si yo le hubiera dado la moto, mi hijo no estaría muerto.”

Y ahí a su frente estábamos nosotros que pensábamos que si no le hubiéramos dado la moto nuestro hijo Nicolás, no estaría muerto...

Entonces, ¿Quién tenía razón?

Las cosas suceden porque tienen que suceder.

Pensemos un poco juntos; cada uno de nosotros ¿tiene, realmente, poder sobre la vida o la muerte de otra persona?

¿Está en nosotros poder decidir cuándo y en qué minuto y momento puede morir una persona?

Cuántas veces hemos visto que se le aprieta a alguien el gatillo de frente y la bala pasa por acá, por allá y no lo mata y en una de esas, una bala perdida mata a una persona.

Nadie tiene poder sobre la vida o la muerte de otra persona, ese poder para el creyente vendría de Dios y para quien no lo es, es el destino, es la vida, es el minuto de esa persona, ni un minuto antes ni un minuto después, las circunstancias se van dando de manera que él o ella tuviera que estar en ese momento, o en ese lugar, en ese minuto.

Eso es todo, ninguno de nosotros es tan omnipotente.

Todo lo que ha pasado no se puede modificar y continuar con nuestras emociones, con nuestros sentimientos, colocados en el pasado, no nos lleva a ninguna parte, no nos conduce, absolutamente, a ningún lado.

Cuando uno pierde un hijo, es un proceso normal buscar la responsabilidad, así como cuando una persona se enferma, lo primero que hace es mirar para atrás a ver qué comió, con quién estuvo, qué hizo, en qué pudo haber sido responsable de eso, o si se golpeó o si se cayó, entonces, si uno le pregunta cuando empezó su enfermedad, dice: ¡ah! mi enfermedad comienza, aunque sea un cáncer de huesos, mi enfermedad comienza cuando comí una pizza en tal lugar.

Es normal eso de buscar siempre la causa del efecto, entonces, cuando muere un hijo uno siempre busca la causa ¿por qué pasó esto?, ¿quién fue el responsable? ¿fue el médico? ¿fue el que conducía? ¿fue el que lo indujo? ¿fue el que lo introdujo en tal cosa? Todas las especulaciones que uno pueda hacer.

Y poco a poco, generalmente durante las noches que no se puede dormir, uno va descartando algunas de estas causas y finalmente se queda con un culpable: uno mismo.

Entonces, aparece una culpa que es una culpa imaginaria o ficticia, la culpa real es cuando, realmente uno ha dejado de hacer algo o es responsable, en alguna medida, de lo que sucede.

Puede ser que la persona sea responsable, es muy difícil saberlo.

Para Elisabeth Lukas existen cosas más importantes que hacer que desenterrar errores del pasado; el presente debe ser utilizado y el futuro planeado.

Esto nos recuerda una frase de Séneca: *“El hombre feliz archiva su pasado, pone en orden su presente y está en condiciones de reformar su futuro, cuantas veces crea necesario”*

Nosotros compartimos plenamente este criterio, de aquí se desprende que el “trabajar” y “elaborar” los sentimientos negativos, reactivando momentos dolorosos, no solo no es positivo, sino que impide que se vea con claridad cuales son las opciones hoy.

El pasado no puede ser cambiado, pero lo que existe aún es la libertad de elegir la actitud con que me enfrentaré y resolveré mi culpa real si existe y desechar la imaginaria que nunca existió.

-XXII-

## **22 -Renacer es una revolución cultural.**

El mensaje de Renacer nació de la intuición anidada en el corazón de dos seres entrañables que ha recorrido villas, pueblos, ciudades, provincias, estados, países y continentes, como un grito revolucionario, que hoy busca iluminar el camino por el cual el sufrimiento humano encuentre la paz, atributo supremo del espíritu humano, a través del amor implícito en la Ayuda Mutua..

Se originó de una decisión moral, al descubrir que la vida y las cosas no, necesariamente, deben ser como se las ve que son y en ese “no, necesariamente, deben ser como se las ve que son”, pueden ser mejores.

Partiendo de la base que los grupos de ayuda mutua se constituyen en busca de nuevos caminos, al constatar que lo ofrecido por la sociedad formal ortodoxa, no es la solución para sus problemas, resulta de suma importancia dar a los grupos de Ayuda Mutua un sustento filosófico que permita su inserción social sobre marcos referenciales sólidos.

Por su origen intuitivo y la cristalinidad de sus principios, fundamento de su esencia, debidamente comprobados en una experiencia que cumplirá 30 años el 5 de diciembre de 2018, estos principios son aplicables a todo grupo de Ayuda Mutua, que se origine en la necesidad de resolver las situaciones provocadas por el sufrimiento humano inevitable, que acompaña, por diversas causas, al mero hecho de habitar en este planeta.

Lo esencial del sufrimiento reside en el carácter ineludible del mismo y en ser un fenómeno humano común a todos.

El sufrimiento humano, fue descrito hace más de 3.000 años, por Siddharta Gautama, quien habla del sufrimiento, como aspecto inevitable de la existencia humana, que puede provenir de “vivir atado a las cadenas del karma, la soledad de la vejez, la angustia de la enfermedad y el miedo a la verdad más fundamental de la muerte” a lo que el filósofo budista contemporáneo Daisaku Ikeda agrega los siguientes sufrimientos: “El sufrimiento por desprenderse de los seres queridos, el sufrimiento por tener que encontrarse con aquellas personas no deseadas, el sufrimiento por sentirse incapaz de obtener lo que se desea, el sufrimiento por ser incapaz de lograr la armonía en los aspectos físico y espiritual de la propia vida y el de sentirse pesado y depresivo”, a lo que, a su vez, podemos agregar las infinitas otras maneras de sufrir, por las que se puede recurrir a la creación de nuevos grupos de Ayuda Mutua, dicho así en mayúscula, ya que siempre podrá existir una manera de agruparse, pues, como lo establece Víctor Frankl: “El hombre que se levanta por encima de su propio dolor, para ayudar a un hermano que sufre, trasciende como ser humano.”

Es, precisamente, Víctor Frankl quien ha agregado el sustento filosófico necesario para lograr el consenso general, partiendo de seres humanos capaces de sentirse libres, responsables y no condicionados.

Dice Víctor Frankl, que al hombre se le puede arrebatar todo en la vida menos la última de las libertades individuales: la actitud con que enfrentará lo que le toca vivir.

De acuerdo con su pensamiento, el hombre es un ser abierto al mundo, orientado a la búsqueda de sentido a las preguntas que la vida le plantea.

Que no somos víctimas del destino o de aquello que la vida nos presenta sin consultarnos, pues nos da a todos igual oportunidad de responder y es, precisamente, a través de las diversas respuestas que damos a lo largo de nuestra vida, que vamos modelando nuestra propia identidad.

A su vez, al tomar conciencia de esto, también nos damos cuenta de la importancia de utilizar, responsablemente, nuestra libertad de elección.

Desde este punto de vista, tenemos que considerar en cada situación, tres etapas: primero la realidad preestablecida, es decir, el mundo en que vivimos y como cada uno es afectado por él, segundo, las posibles opciones, entre las que hemos de elegir nuestra respuesta a cada realidad y por último, hacer aquello que tenga sentido.

¿Y cuál es una elección plena de sentido?

Aquella que es buena para mí, buena para los que me rodean y buena para la vida.

Si nuestra elección cumple esa triple condicionalidad, sabremos que hemos elegido correctamente.

Hay además, una intuición que nos muestra el camino, la que nos dice que aun en los momentos difíciles, de sufrimiento inevitable -aquéllos en que creemos perder la fe y la esperanza-, existe la posibilidad de transformación interior.

Encontramos, así, valores en la medida que los percibimos interiormente, valores que dan testimonio de lo que debe ser realizado en este mundo.

Cada uno de nosotros puede marcar una diferencia de acuerdo a cómo viva su vida.

Según Víctor Frankl, el hombre es capaz de levantarse por encima de sus condicionamientos físicos, psicológicos, aun más allá de su experiencia previa, en las alas indómitas del espíritu, y responder en libertad y responsablemente con su manera única e irrepetible, como ser único e irrepetible que es.

Porque el hombre no es lo que recibe de la vida, sino lo que da a la vida, y lo puede dar a través:

1) De los valores afectivos, en el encuentro generoso con el otro.

2) De los valores de creación, en la tarea realizada con amor, sólo porque debe ser realizada, sin pensar en recompensa alguna.

3) De los valores de actitud, pues frente a lo que no puedo cambiar, aun puedo cambiar mi actitud, aunque lo difícil como pueda parecer, se emerge fuerte y claro.

En esta última etapa la Ayuda Mutua ha demostrado, fehacientemente, el poder de transformación del ser humano, aun ante las crisis existenciales más agudas, que pueda sufrir cualquier ser humano, de lo cual los grupos Renacer son una evidencia palpable.

La toma de decisión frente a lo limitante, es una postura espiritual, es el poder desafiante del espíritu, como lo denomina Frankl, como lo es la intuición de lo pleno de sentido, que tiene sus raíces profundas en la conciencia, aquello que precede y preside todo

lo personal y moral del ser humano, lo que nos hace ser, realmente, humanos.

Al asumir la responsabilidad, frente a lo que nos toca vivir, vamos modelando nuestra vida y vamos marcando la diferencia en el mundo.

Dice Krishnamurti, que un ser humano que se transforma para bien, ayuda a elevar la humanidad un peldaño más en su evolución.

El grupo existencial Renacer para padres que enfrentan la muerte de hijos, confrontó al modelo imperante hasta ese momento, de acuerdo con el cual, la única alternativa que existía para un padre que perdía un hijo era “atravesar el proceso de duelo” y si necesitaba acompañamiento en ese proceso, debía recurrir a quienes, tradicionalmente, habían “tutelado” dicho proceso, es decir, a los especialistas en las ciencias de la psiquis y los representantes de las diversas religiones

Emmanuel Kant, define al tutelaje, como la incapacidad del hombre, para hacer uso de la razón sin la dirección de otro, lo que afecta la libertad intrínseca de cada ser humano, esencia de su naturaleza como tal.

Planteadas la ayuda mutua como un nuevo enfoque, como todo marco conceptual nuevo, tiende a cuestionar las inoperantes estructuras vigentes, con la consecuente reacción de las ya establecidas, de ahí que se hace necesario profundizar acerca del significado de los modelos, fundamentalmente, en cuanto al obstáculo que pueden representar para esta tarea.

Las visiones del mundo, adquiridas como tales desde la infancia, a través de diversos procesos educativos “tutelares”, son difícilmente cuestionadas y su incapacidad, para regir nuestra interpretación de la realidad, va mucho más allá de lo pensado.

El conjunto de modelos que utilizamos, de manera consciente o no, en nuestra vida diaria, puede llevar a *un paradigma de vida sin sentido ni valores*. Este paradigma, está centrado en el hombre, y ha generado una civilización, que prioriza un hombre individualista, despojado de toda orientación hacia algo que no sea sí mismo.

¿Qué podemos esperar de un hombre egocéntrico, enfrentado a un mundo en el que no puede encontrar valores dignos de ser realizados y en el que el sentido, parece ser tan esquivo que algunos, ni siquiera, insisten en vivir?

Cuando se vive una situación existencial límite, acontece que la existencia se da vuelta como un guante de goma, que se saca de la mano, todo lo que estaba adentro quedó afuera y todo lo que estaba afuera quedó adentro; es un cambio totalmente radical, ya no somos los mismos ni podemos serlo; en esa frontera entre lo cognoscible y aquello que está más allá del límite, en la cual por el sufrimiento intenso se llega a una situación de aislamiento, en la que desaparece el mundo circundante, que rodea al ser sufriente y le hace desaparecer no sólo su significado, sino el mundo mismo; situación capaz de hacerle experimentar la nada en su plenitud y hacer desaparecer también toda visión previa del mundo.

Es a partir de ahí, que se presenta “la” oportunidad de toda una vida; en la que se abre la posibilidad de una nueva visión, y con ella, un cambio radical en el “hoy” del ser, en palabras de Heidegger se hace presente la posibilidad de pensar lo no pensado, como un *proceso de creación* auténtico, yendo más allá de un mero desocultar, algo

que ha permanecido oculto, sino ir más allá de los límites, vislumbrando un nuevo mundo, generado a partir de esta revolución interior.

Si cultura es la capacidad de hacer las cosas en forma distinta a como son hoy, si cultura es evolución, una evolución de todos los días, si cultura es la capacidad para crear y hacer cosas nuevas y conceptos nuevos que antes no existían. ¿qué lugar ocupa “El mensaje de Renacer”?

Todo su esfuerzo está destinado, precisamente, a cambiar esos conceptos que son tradicionales, que son antiguos, pero que no necesariamente, tienen que ser como son y no siendo, necesariamente, como son, pueden ser mejores.

Hace 2.000 años, Cristo dijo al mundo, que hay que dar para recibir, 2.000 años después, todavía no lo creemos.

Es necesario un cambio cultural, es necesario que una vez por todas digamos: creemos o no creemos y si no estamos seguros, escuchemos a otras personas y pensemos que quizás se pueda cambiar, el mensaje que podamos dar, es que en las situaciones límites el hombre tiene que dar.

Tiene que dar de su fe, tiene que dar de su esperanza, tiene que dar de su coraje, y tiene que dar de su compromiso incondicional con la vida, antes que esperar recibir.

El recibir es de las personas egoístas, el sufrimiento hace a las personas egoístas; eso es lo que queremos cambiar y es muy difícil cambiar eso, es tan difícil como que Cristo después de 2.000 años y con tantos, en el mundo que creen en él, todavía la gente no cree que hay que dar, vean si será difícil.

Veamos la frase siguiente, que pertenece al filósofo Edmund Husserl y refleja, el ideal de los grupos Renacer:

*“Una colectividad humana vive y crea en la plenitud de su fuerza cuando la impulsa la fe en sí misma y en el buen sentido y la belleza de su vida cultural; o sea cuando no se contenta con vivir, sino que vive de cara a una grandeza que vislumbra, y encuentra satisfacción en su éxito progresivo, por traer a la realidad valores auténticos y cada vez más altos. Ser un miembro digno de tal colectividad humana, trabajar, junto con otros, a favor de una cultura de este orden, contribuir a sus más sublimes valores, he aquí la dicha de quienes practican la virtud, la dicha que los eleva por sobre sus preocupaciones y desgracias individuales”*

“Por esto es por lo que hemos luchado desde el inicio de nuestra tarea”, dijo Gustavo Berti el 24 de octubre de 2011.

También en el último aniversario de Renacer Lanús, Alicia se refirió al tema, señalando que somos pensadores libres, y comprometidos, con valores éticos y morales, que elegimos, libremente, desde esa nueva condición de seres nuevos, diferentes a lo que éramos antes, entonces ese es el gran desafío de vivir esos nuevos valores que rigen y regirán nuestras vidas a partir de esa nueva persona que somos.

Y esta cita del filósofo Edmund Husserl, menciona “Un movimiento cultural una nación o una colectividad humana, vive y crea en la plenitud de su fuerza” y vayan pensando en Renacer, una comunidad de seres humanos que viven y crean en la plenitud de sus fuerzas, cuando los impulsa la fe, en sí mismos, en esa misma fuerza que los está inspirando, en esa misma fuerza que los está empujando, tienen fe en eso

que están haciendo y así nacen los nuevos movimientos, que vive, de cara a una grandeza que vislumbra y encuentra satisfacción en lograrlo, en traer esos valores auténticos a la vida, y esos valores son cada vez más altos, más elevados.

Ser miembro, cada uno de nosotros, miembros dignos de esa colectividad de mujeres y de hombres, que están cambiando las cosas, que están haciendo una nueva cultura.

Ser miembros de esta colectividad humana, trabajar junto con otros a favor de una cultura de un orden más elevado, contribuir a sus más sublimes valores, he aquí la dicha de quienes practican la virtud, que los eleva por sobre sus preocupaciones, los eleva por sobre sus desgracias individuales...

Un modelo de igualdad que considera a todos hermanos, que somos iguales, cada uno, una gota de una misma lluvia.

Afuera podemos ser distintos. Acá adentro somos todos iguales. todos hermanos, y si ustedes se acuerdan, fíjense, hace 150 años, más o menos, en 1879, un grupo de franceses cambió la historia con un lema: Libertad-Igualdad-Fraternidad. ¿Qué tenemos nosotros de diferente a ese lema? ¿No tenemos acaso ese lema entre nosotros?

¿Nosotros, acaso no somos libres de elegir la actitud con que enfrentamos lo que nos toca vivir? somos iguales y sentimos que somos fraternos.

Han pasado 150 años y este movimiento, viene hoy a reafirmar los valores de la Revolución Francesa.

Renacer es un movimiento, y los movimientos tienen esa característica, rompen con lo repetitivo, generan su propio espacio y tienden hacia la igualdad.

Hay otro aspecto y es que los movimientos están vivos, y este movimiento lo está mostrando ustedes a través de la actividad solidaria que ha traspasado los límites de la reunión grupal.

A Renacer lo hemos visto, en su devenir evolutivo, de distintas maneras: ya como grupo de autoayuda, ya como grupo de ayuda mutua entre las partes, ya como una revolución cultural.

Nosotros somos organizados, actuamos mancomunadamente, no tenemos estructura, no tenemos personería jurídica, no tenemos autoridades, no tenemos poderes, pero estamos organizados.\_

Este modelo de gestión ha llegado a toda Sudamérica, a gran parte de América Central, México y España.

No podemos negar que el modelo ha sido exitoso y debemos ser conscientes, porque lo que estamos haciendo es importante y estas tareas van a impulsarnos para que seamos más comprometidos.

Vean el cambio que hemos hecho, la evolución, la transformación que los grupos han logrado y han aceptado.

Esto que estamos diciendo es porque ustedes lo han aceptado, sino, no podríamos decirlo.

Si nos aventuramos a pensar esto como un movimiento, en mi opinión, este es el gran desafío del Renacer por venir.

Estos múltiples actos solidarios, en diferentes lugares, este movimiento está saliendo, haciendo el esfuerzo por salir, como rayos de sol que van apareciendo unos por un lado, otros por otro lado.

Eso es lo que está mostrando, es incipiente, pero en algún momento Renacer va a explotar, no sé cuándo, pero será para los grupos una aventura y un desafío.

Renacer es un movimiento cultural... una verdadera revolución cultural, basada en el amor, que apunta muy alto, porque el amor es lo que la impulsa e inspira y lo que va marcando el camino, que lo va llevando a esa estrella, hacia la cual, nos dirigimos, una luz que ilumina cada acto de amor.

Habla de solidaridad, de compasión y de cuantas otras formas, que el ser humano puede abrirse a dar.

La capacidad increíble del amor que cada uno posee, la que se descubre, al levantarse por encima de las cenizas, en alas indómitas del espíritu, inspirados por el amor que nos hace capaces de dar hasta la vida y sentir que no va a alcanzar la propia vida para dar, dar y dar.

Renacer no necesita de permisos...de tutelaje...de dinero...es sólo el amor que se vierte a manos llenas a la vida y a todo quien lo necesite, porque ya no solo es para otros padres, sino también para todo el que sufre, cualquiera sea la causa.

-XXIII-

## **23 -Lo que significa trascender.**

Dice Víctor Frankl; “El hombre que se levanta por encima de su **dolor**, para ayudar a un hermano que sufre, **trasciende** como ser humano.”

Levantarme por encima de algo quiere decir, pasarlo, dejarlo atrás, no quiere decir que tengo que elaborar mi duelo para luego ayudar al hermano que sufre; NO, tengo que dejar mi dolor atrás y en ese proceso trasciendo como ser humano.

Trascender, significa estar fuera de uno mismo.

Víctor Frankl, sostiene que el hombre es un ser trascendente, que siempre estará orientado a otra persona, a una tarea o a una misión que llevar a cabo.

¿Qué pasa cuando salgo de mí mismo, cuando trasciendo? ¿qué pasa con mi dolor?

El dolor queda afuera, cuando mi ser salta por encima de “de su dolor” para ayudar a una persona, a quien yo necesito, pues, si bien es cierto que esa persona me necesita a mí, soy yo quien necesito a esa persona, ésta es la esencia de Renacer y quien no lo comprenda, no solamente, no puede ayudarse, sino que es egoísta.

Yo no voy al grupo a sentarme y lamentarme por lo mal que me siento, voy al grupo a buscar de qué manera puedo ayudar a ese papá que está frente a mí, a quien yo necesito.

Cuando yo miro a los ojos a ese papá, me dice, “no me abandones”, porque yo estoy igual que tú y te necesito.

Pero, si yo a ese “no me abandones” del otro, no le respondo ¿estoy siendo una persona moral?

Ciertamente que no.

Ya ven ustedes como el grupo entra a moverse en la dimensión de lo moral y cuando nos movemos en la dimensión de lo moral, la dimensión de lo psicológico, queda afuera, no existe; estamos en una dimensión superior, en un plano superior a lo psicológico.

Es necesario saber, que durante los trabajos de elaboración de sentimientos y emociones, desaparece todo atisbo de trascendencia del ser humano; estamos frente a un ser doblado sobre sí mismo, encapsulado en su propio dolor y ajeno al sufrimiento de quien está frente a él.

Es imposible, que a partir de la mera elaboración de un duelo, un proceso absolutamente individual y despojado de toda trascendencia, puedan surgir individuos libres para elegir ser mejores, más compasivos y solidarios con el dolor ajeno, capaces de elegir la manera de sufrir, abiertos al mundo y a aquellos con quienes comparten dicho mundo, y puedan hacer honor a la frase de Víctor Frankl: “El hombre que se levanta por encima de su dolor para ayudar a un hermano que sufre, trasciende como ser humano”, aunque sea proclamada a los cuatro vientos.

Se puede objetar que es un camino difícil y que quizás no todos puedan seguirlo, se nos propondrán alternativas más fáciles y más tentadoras, como es un duelo convencional, frente a esto sólo podremos escuchar a nuestra conciencia y la silenciosa voz de nuestros hijos que siempre han de morar en ella, que han de indicarnos el camino correcto, no el más fácil.

Es por eso, que Renacer nos pide que asumamos el desafío, que tomemos el camino más valioso, aquel que nos lleva a renunciar a nosotros, para pensar en el hermano que sufre.

Pero esta demanda, que recae sobre nuestros hombros, no queda sin recompensa, puesto que, sin proponérselo, mientras más renunciamos a nosotros, mientras más nos olvidamos de nosotros y de nuestras emociones, más cerca estamos de nuestra esencia, de aquello que verdaderamente somos: *Seres Humanos*.

## -XXIV-

### **24 -Testimonio sobre la magia del Mensaje Renacer.**

Serrana, una mamá de Mercedes, Uruguay, dijo: “La mística, la magia de Renacer llega tanto al papá reciente, como al papá que en años no encontró su camino y encuentra en Renacer una familia, el grupo es familia, estamos pendientes de cada quien, para mí es mágico.”

¿Es verdad? ¿Sienten todos esa magia?

¡La magia que hay en el grupo!

Cuando hay suficiente número de padres recuperados y con ganas de brindar lo que están aprendiendo, y de acoger con los brazos abiertos a otros padres, se produce esta atmósfera de magia que hace que los padres se sientan bien muy rápido.

A veces, ocurre que en una primera reunión el padre cuando se va dice "se me fue ese dolor, esa opresión del pecho, siento que me voy como si estuviera flotando en una nube", cosas así nos han dicho.

Esa magia proviene de la energía amorosa, de ese devenir de la energía amorosa que se produce en el grupo.

Lo notamos en que ya no hay nadie, que al perder un hijo, no se acerque a Renacer, ya sea un familiar, un amigo, o la misma persona que ha perdido el hijo, se acerca al grupo, ya sea por teléfono o asistiendo, directamente, a una reunión o poniéndose en contacto con algún papá de Renacer.

No creo que pase una sola muerte de un hijo, que no se acerque alguien relacionado con la familia, a los diferentes grupos Renacer.

Ahora que hablamos de magia y la mística, les digo que la parte mística de Renacer es muy hermosa.

Ya que tomamos el tema de la magia y todas estas cosas, ¿todos ustedes conocen la historia de cómo nació Renacer?

La voy a relatar de nuevo, porque para nosotros esto es muy importante.

Al poco tiempo de haber partido Nicolás, empezaron a aparecer en nuestras vidas muchísimos padres y madres que habían perdido hijos.

Yo soy médico en mi ciudad y venía mucha gente a mi consultorio y, al cabo de los años uno aprende, que después de todos los interrogatorios en que la persona

cuenta todo lo que le molesta, si yo, después de la revisión, le pregunto "¿cómo está usted anímicamente?", en ese momento, cuando la persona ya ha manifestado todas sus quejas, sus molestias, se siente relajado, muchas veces. aparecen y salen a luz los malestares anímicos, que antes no se habían manifestado.

Entonces, cuando yo le preguntaba, la gente empezaba a decir: "estoy muy mal, como quiere que esté con lo que me ha pasado", en algunos casos, yo sabía que esa persona había perdido un hijo, entonces, no obstante le preguntaba: "¿qué le ha pasado?" y siempre dicen "lo peor que le puede pasar a un ser humano: he perdido un hijo!".

Entonces, a mí me empezó a llamar la atención ver tanta gente, que había perdido hijos, que venía a mi consultorio, pero no venían porque yo había perdido un hijo, venían por otras razones.

Y a Alicia le pasaba lo mismo en su tarea.

Un día decidimos viajar a Córdoba donde vive una hermana mía, a doscientos kilómetros de Río Cuarto, a pasar un domingo tranquilos alejados un poco de todo lo nuestro.

Cuando llegamos a la casa de mi hermana, a los dos minutos llegaron unos amigos de mi hermana y mi hermana dice "¿por qué no van a buscar la carne para hacer un asado?", y fuimos con ese muchacho, que recién había llegado, y cuando estábamos sentados en el auto, me empezó a hablar y me contó que había perdido una hija de siete años y a mí me llamó mucho la atención que esta persona, a quien yo no conocía, ni había visto nunca, me contara acerca de la pérdida de su hija.

Cuando vuelvo, voy a donde estaba mi hermana y le pregunto: "¿Graciela, este hombre sabía que nosotros hemos perdido un hijo?" "No, me dice, ¿por qué?".

Luego, a la vuelta, cuando veníamos en el auto con Alicia, empezamos a hablar de esto y llegamos a la conclusión de que se habían presentado, en nuestras vidas, demasiados padres que habían perdido hijos.

Y nos pusimos a pensar ¿cuál es el significado de esto? ¿esto tiene algún significado?

Había dos opciones, tomarlo como una casualidad, como una coincidencia, que, seguramente, pronto pasaría, o tomarlo como un mensaje.

El resultado iba a ser muy distinto, de acuerdo a la decisión que nosotros tomáramos.

Entonces, nos dijimos ¿lo dejamos que pase o lo tomamos como un mensaje? Alicia dice; esto es un mensaje.

¿Y cuál es el mensaje, entonces?; era obvio, júntense con otros padres que han perdido hijos, para eso se los hemos puesto en su camino.

Entonces, ¿ustedes creen que toda esta tarea que hoy abarca a tantos, en tantos países, puede ser, solamente, obra de dos personas?

No. Esto es una tarea de la vida... Dios, la vida, o como quieran ustedes llamarlo, hizo que esto naciera, pero una obra de éstas no puede ser sino una obra superior que nos trasciende a todos nosotros.

No puede ser una obra de dos personas, no puede ser ni si quiera, una obra de todos nosotros. ¿Qué es lo que hemos hecho nosotros? Hemos seguido un llamado místico, que nos guía, cuando digo nosotros no me refiero a Alicia y a mí, me refiero a todos nosotros.

Todos nosotros hemos escuchado un mensaje y el mérito, compartido por todos por igual, ha sido seguir ese camino, responder a ese mensaje, elegir llevar este mensaje, elegir ser nosotros quienes lo canalizamos.

El mérito nuestro y de todos nosotros y de cada uno de nosotros ha sido decirle sí a este mensaje.

Este mensaje ha venido de nuestros hijos, o de donde quiera que sea, pero esto es lo que todos nosotros hemos hecho.

Yo me acordaba de esto ahora que Serrana decía de la magia, porque hay algo de mágico, hay algo que es superior a todos nosotros y si alguno de nosotros hubiese querido hacer una tarea y decirse, voy a empezar a hacer esto hoy y dentro de cinco o de diez años voy a hacer lo otro, no lo hubiera podido hacer, cada uno de nosotros, simplemente, ha seguido las voces de la vida, la voz de Dios, las voces de nuestros hijos, y ha seguido un camino para adelante, ayudándonos unos a los otros.

Eso es lo que a mí me llama más la atención, lo que a mí más me gusta, es encontrarnos con todas esas personas, que nunca hemos visto, y que nos vemos por primera vez, hoy aquí, viviendo en países separados por miles de kilómetros, hacemos todos exactamente lo mismo.

¿No sentimos todos esa magia?

-XXV-

## **25 –¿Hay algo peor que perder un hijo?**

Antes de Renacer, la pérdida de un hijo podía equipararse a dos cosas: a una tragedia o a una enfermedad y, habitualmente, se mezclaban las dos, lo que comenzaba como tragedia, terminaba como enfermedad.

Las personas que sufrían, de alguna u otra manera, encontraban un camino directo hacia un siquiatra o a hacia un sicólogo, como también a los ministros de las distintas religiones, hasta que aparecen los grupos de Ayuda Mutua, como una alternativa, para crisis existenciales, de los cuales Renacer es pionero.

Después de una conmoción existencial, tan trágica, como es la pérdida de un hijo o como puede ser cualquier otra causa para otras personas, lo más sencillo, lo más directo, era estar mal.

En el fondo, la verdadera tragedia, no era perder un hijo, la verdadera tragedia era la de perder un hijo y no aprender nada de eso, pues por, entonces, la muerte de un hijo, era una muerte sin sentido, una muerte absurda.

Cuando nos reunimos con papás que, por entonces, no conocíamos, les preguntábamos si creían que había alguna cosa peor que perder un hijo.

Los papás que vinieron a las primeras reuniones de Renacer, decían que no, que no había nada peor, salvo que volvieran a perder otro hijo.

Pero nosotros les decimos que sí, que hay algo peor que perder un hijo y es perderlo y morirse con él, eso es peor, porque el mensaje que una persona que toma el camino de morirse, real o afectivamente, por el resto de su vida, es que ese hijo vino al mundo para, finalmente, arruinarles la vida.

A ese hijo se lo transforma, según esa actitud, en el verdugo de sus padres y ése es un mensaje que, hasta ahora en los años que llevamos de trabajo en Renacer, que son casi 30, no hemos encontrado a ningún padre que quisiera darlo.

Sin ninguna duda, que peor que perder un hijo, es perderlo y morirse con él, morirse para la vida, morirse para los hermanos que quedan, morirse afectivamente, morirse para el resto de la familia, eso es peor, porque los padres que asumen esa actitud, están dando el mensaje de que sus hijos terminaron siendo sus verdugos.

Entonces, nos enfrentamos a preguntas que sólo tienen respuestas dentro del marco de una filosofía, capaz de rescatar lo más humano del hombre, lo incondicionado, lo que permite a éste transformar una tragedia en un triunfo personal.

Todos los modelos psicológicos, excepto la logoterapia, se basan en la categoría “del antes” y “el después” donde el después, en el caso de perder un hijo, siempre, siempre será lo peor.

La psicología, como apéndice de las ciencias naturales, sólo se remite a aquello que puede demostrarse, dejando de lado todo lo relacionado con la fe.

Si usted va a un psicólogo y le dice: “yo me siento mal”, ellos le dicen: “veamos ¿qué le pasó antes?” Entonces, si hoy estoy mal, es porque antes me pasó algo malo.

De ahí resulta que cualquier interpretación meramente psicológica del hombre, no sólo lo reduce, sino que al hacerlo, lo priva de su libertad, que es, precisamente, donde el hombre se apoya para dar el salto a la trascendencia y asumir una actitud que le permita convertir su tragedia en un triunfo humano, porque, precisamente, la facultad más humana, es la de transformar una tragedia personal en un triunfo del espíritu humano.

En Renacer, decimos que la dimensión espiritual del hombre, es aquella que nos permite transformar esta tragedia en un triunfo, en un triunfo del espíritu humano, entonces, es un mensaje totalmente contradictorio al mensaje de todas las ciencias de la psiquis, con excepción del modelo frankliano.

**“Cuando las circunstancias no pueden ser cambiadas, lo más humano es vivir nuestra vida, tratando de aceptarla tal como es y vivirla con coraje, no escapándose de ella, no ocultándose de ella, enfrentándola con valentía, sufriendo cuando es tiempo de sufrir, pero haciéndolo con dignidad, elevándonos por encima de nosotros mismos, trascendiendo ese sufrimiento y demostrando así, como lo hizo Víctor Frankl con su propia vida, que uno de los aspectos más humanos del hombre, es su capacidad de convertir una tragedia personal en triunfo.**

No es necesario prestar atención a los sentimientos y a las emociones que surgen, pues son todas negativas, ya lo sabemos, no tengo que perder tiempo preocupándome

de cómo me siento, tengo que utilizar toda mi energía para que el hermano que está sentado frente a mí se sienta mejor.

Siendo el hombre, no lo que recibe de la vida, sino lo que le devuelve a la vida, habiendo uno recibido una tragedia, ser capaz de devolver un triunfo, es porque me siento verdaderamente humano.

Todos estos conceptos, nos llevan por un camino muy lejos de la psicología, muy lejos del dolor, aprovechemos esta oportunidad, porque nunca podemos volver a ser las mismas personas después de perder un hijo.

Yo no quiero recordar a Nicolás como la tragedia de mi vida, quiero recordarlo como aquel que iluminó mi camino, que me dio la fuerza que entre todos, hoy estamos construyendo la memoria colectiva de nuestros hijos.

Si realmente hacemos los deberes, habremos capitalizado, positivamente, esta gran tragedia que la vida nos planteó; si realmente vivimos aquello que decimos, entonces, habremos enriquecido la vida y la vida se va enriqueciendo con todos los padres que, a través de esa tragedia, han hecho de sus vidas un ejemplo, un referente para otros, ayudándose unos a otros, consagrando la verdad, en el pensamiento de Víctor Frankl “Quien se levanta por encima de su dolor, para ayudar a un hermano que sufre, trasciende como ser humano.”

En última instancia, Renacer es una actitud de vida; si nosotros vivimos mirando lo más alto posible, entonces, uno podrá decir: esta tragedia no fue en vano, perder un hijo no fue algo inútil, no fue una tragedia sin sentido, así es como nosotros lo vemos.

A partir de esta imagen, podemos ver a los grupos Renacer como una realidad culturalmente revolucionaria, como lo es la de transformar un hecho a todas luces trágico como la muerte, el sufrimiento y la culpa, en un triunfo del espíritu humano.

## -XXVI

### **26 -El acceso a la espiritualidad.**

Elisabeth Kübler Ross, quien escribió mucho sobre la muerte de los niños, nos respondió muchos interrogantes, que en ese momento eran muy acuciantes, sobre todo para nosotros, porque muchos papás venían y nos preguntaban sobre sus inquietudes.

En el libro de la Dra. Kübler Ross hubo una frase que nos llamó mucho la atención, esa frase dice:

*“Por más absurdo que pueda parecer, el hecho de perder un hijo, podía provocar en los padres n verdadero despertar espiritual”*

En ese momento yo Gustavo, era agnóstico y mi idea de lo espiritual era algo relacionado con la religión y a mí me llamó mucho la atención esa frase.

Entonces, empezamos a buscar, empezamos a leer y tardé 15 años para poder encontrar una definición adecuada de lo que es la espiritualidad que sirviese a Renacer.

La definición de espiritualidad, la encontramos cuando llegó a nuestras manos, un libro de un filósofo francés llamado Foucault.

Foucault dice: “La espiritualidad es un conjunto de prácticas, métodos y disciplinas, que utiliza un sujeto, para transformarse a sí mismo, en busca de la verdad.”

Agrega que sin transformación, la persona no puede acceder a la espiritualidad y con ello a la verdad.

Y explica que esas prácticas o métodos consisten, entre otros, en el ascetismo, en la meditación profunda y en los cambios de existencia.

Esto último, los cambios de existencia, es lo que nos atañe a nosotros, porque nuestra existencia cambió en el mismo momento que murió un hijo.

Entonces, Foucault dice, que los cambios de existencia, son la puerta de acceso a la espiritualidad; en otras palabras, que a través de un cambio existencial cada individuo, si lo desea, si es corajudo, si continúa en este viaje, puede tener acceso a la dimensión espiritual, cuyo resultado es estar en la verdad.

Entonces resulta muy claro: **las transformaciones existenciales, en situaciones ímites, son una puerta de acceso a la espiritualidad y a la verdad.**

Concordantemente, hay una frase de Víctor Frankl que dice: “El sufrimiento hace al hombre lúcido y al mundo transparente.”

Estar en la verdad significa estar lúcido, estar despierto, estar consciente y ver al mundo como realmente es, sin ningún velo que lo cubra.

Foucault va más allá y dice que cuando llegamos a la verdad, a través de esas conmociones, ese contragolpe existencial que resulta de ver de cara a la verdad bruscamente, a través de un cambio existencial, ofrece como contrapartida algo a las personas y lo que ofrece como contrapartida es la paz interna y el cese de todas las tormentas de las emociones.

En esencia, la muerte de un hijo produce una situación límite, produce un cambio de existencia, es una puerta de acceso a la espiritualidad y como resultado de eso llegar a la verdad y la verdad tiene una contrapartida que es la paz interior.

-XXVII-

## **27 -Nosotros mostramos el camino que transitamos y que creemos.**

**Después queda para cada uno tomarlo o no.**

Cuando nos reunimos con papás nuevos, les preguntamos si creen que hay alguna cosa peor que perder un hijo, pero no nos referimos a perder más hijos.

Nosotros les decimos que sí, que hay algo peor que perder un hijo y es perderlo y morirse con él.

Eso es peor, porque el mensaje que una persona que toma ese camino de morirse afectivamente, por el resto de su vida, es que ese hijo vino al mundo para arruinarle la vida.

A ese hijo lo hemos transformado, con nuestra actitud, en nuestro verdugo y ese es un mensaje que, hasta ahora, en los años que llevamos de trabajo en Renacer, no hemos encontrado a ningún padre que quiera darlo.

Eso es lo que refleja esa actitud.

Para muchos padres, la muerte de un hijo, es el camino que conduce a su destrucción.

¿Acaso lo mejor es utilizar el tiempo para elaborar emociones y sentimientos y quedarnos en la persona psicológica?, o ¿debemos prestar más atención a la indescriptible capacidad del individuo para oponerse y enfrentarse a esos sentimientos y emociones y acceder así a la persona espiritual?

¿Podemos poner en actividad las potencialidades dormidas?

Sí, podemos rescatar el recuerdo de nuestros hijos con amor y no con dolor. ¡Qué hermoso poder recordar a nuestros hijos con amor y no con dolor!

A Renacer no vamos a compartir el dolor, vamos a compartir el amor.

Nadie te pide que compartas tu dolor, es tu amor lo que tienes que compartir.

El dolor lo compartimos con el vecino, con el tío, con todo el que viene y me dice: ¿cómo pasó?, ¿cómo fue?

Renacer debe ser un oasis de paz, yo tengo que encontrar paz en Renacer, tengo que encontrar el abrazo fraterno y tengo que encontrar el amor compartido y a partir de ese amor crecer.

No es posible vivir la vida, como si nuestros hijos fueran los artífices para arruinar nuestras vidas.

Su partida es una condición permanente, pero no puede ser permanente nuestro sufrir; debemos decirle sí a la vida.

El amor que uno tiene por un hijo, no se termina con su muerte, siempre podemos ir al grupo a dar el amor que sentimos por nuestro hijo y así el amor que sentimos por el hijo dárselo a otro papá que lo necesite.

Nosotros siempre decimos que Renacer es un oasis, no es el lugar a donde yo voy a descargar todas mis broncas, todas mis tristezas, porque eso, realmente, lo puedo hacer en muchos otros lugares o a solas, en el baño en mi casa.

¿Quién cree, en última instancia, que por elaborar sentimientos de tristeza, elaborar sentimientos de culpa, o elaborar sentimientos de auto-reproche, de vergüenza, de timidez, odio o cualquiera de esos sentimientos, podríamos llegar a encontrar sentido a lo que nos ha pasado?

Eso no es posible y esa metodología conduce al fracaso.

Tenemos que saber, que no podemos ser juguetes de nuestros sentimientos, que no podemos, simplemente, decir: bueno, yo voy a llorar porque lo siento, porque estoy mal. ¡No! tenemos que decir: ¿a quién ayudo o a quien perjudico con esto que yo hago ahora?

El pensar en nosotros nos hace dar vueltas sobre nosotros mismos y no vemos el mundo que nos rodea.

¿Lloraremos? sí, tenemos derecho a llorar; pero tenemos que saber que el llanto, que la tristeza, que el enojo, que la ira, que la bronca, son el homenaje que estoy haciéndole a mi hijo.

Buscar las respuestas en la elaboración de nuestras emociones y nuestros sentimientos, es un enfoque reduccionista y, como tal, destinado al fracaso. El ser humano no es libre de sus emociones, sino, precisamente, libre para enfrentarse a ellas.

Dice Víctor Frankl: “Si se quiere definir al ser humano, habría que definirlo como el ser que hasta puede liberarse de aquello que lo determina.”

Nosotros no estamos capacitados para resolver problemas psicológicos de nadie, somos padres que hemos perdido hijos, pero sí estamos capacitados para darles herramientas y para mostrarles a los papás el camino que pueden seguir para salir adelante.

Trabajamos, desde el primer día, con el convencimiento de que el sufrimiento no es una enfermedad, por lo tanto, no podíamos pensar en hacer una sicoterapia de grupo, por otro lado, si así lo hubiésemos hecho, desde el principio, hoy no estaríamos acá.

Hablamos no de compartir dolor, sino de trabajar juntos para encontrar sentido al sufrimiento que nos toca vivir.

Los grupos donde se habla de lo que nos pasó, reflejan el concepto de que somos aquello que recibimos de la vida, aunque nosotros no nos demos cuenta, reflejan ese concepto, que somos aquello que recibimos; pero el ser humano no es lo que recibe de la vida, es lo que le devuelve a la vida, es lo que él da a la vida, no lo que recibe.

Entonces, si yo habiendo recibido una tragedia, soy capaz de devolver un triunfo, es porque soy un verdadero ser humano..

Revivir la realidad dolorosa, en todos sus detalles, no ha probado ser beneficioso para la recuperación integral del padre, esto, invariablemente, conduce a una etapa de la cual es muy difícil salir.

Aquellos grupos que están orientados a lo que podemos llamar grupos testimoniales, en los que predomina la catarsis, uno de los problemas que estos grupos confrontan es la disolución, luego que todos los testimonios se conocen tan bien, que no queda ya nada por decir.

Cuando muere un hijo, lo que importa es lo que hacemos de allí en adelante, lo que importa es cómo vivimos nuestra vida a partir de lo que nos pasó.

La facultad más humana es la de transformar una tragedia personal en triunfo.

No pretendemos un individuo desprovisto de emociones y sentimientos, sino uno que partiendo de tanto sufrimiento, pueda darse cuenta que es libre, precisamente, libre para enfrentarse y oponerse a esos mismos sentimientos y emociones para los que la pérdida de un hijo es una condición insuperable; alguien que pueda levantarse sobre su propio dolor y ver, más allá de sí mismo, a otro semejante que sufre y

necesita de él, como, dice Víctor Frankl “Quien se levanta por encima de su dolor, para ayudar a un hermano que sufre, trasciende como ser humano.”

Entonces, la muerte de nuestros hijos no habrá sido estéril, porque, a través de su partida, es que el verdadero sentido de la vida se comprende; como un tiempo precioso y finito que debemos vivir al máximo, pero de otra manera, ya que el camino trazado hasta ahora no sirve para esa nueva realidad.

Debemos recomenzar, es tal, como “renacer de las cenizas”. Debemos captar el mensaje de infinito amor que nuestros hijos al partir nos dejaron y que los hijos que quedan nos recuerdan cada día: dar amor, sólo amor.

Son nuestros hijos, los maestros del verdadero y desinteresado amor y este sentimiento no tiene reclamos, ni expectativas, ni siquiera necesita de una presencia física.

Y cuando hayamos encontrado la paz y la aceptación, habremos de trasmitirla a los demás, a los que la necesitan, a los que sufren, a los que aún viven en la oscuridad de la desesperanza y la rebeldía.

Renacer es como un semillero de una humanidad más generosa y más compasiva.

Apuntando bien alto, ¿por qué no? ninguno de nosotros tiene un límite para crecer como ser humano; el límite se lo pone cada uno.

Es en la dimensión espiritual donde se generan los fenómenos más humanos: el amor, la libertad y la responsabilidad y son los fenómenos que nos permiten darnos cuenta de un hecho capital para enfrentar nuestro destino: **“una cosa es lo que nos ha pasado y otra cosa, y muy distinta, es lo que cada uno de nosotros decide hacer con aquello que nos ha sucedido”**.

A lo largo del trabajo con grupos de ayuda mutua, hemos tratado de trasmitir la idea de algo común a todos los grupos de ayuda mutua: que deben ayudar a sus integrantes, no a trabajar con los hechos del pasado, que no pueden ser cambiados, sino abrirse a ese mundo en el que esperan posibilidades aún latentes en sus vidas, que deben ayudarlos a elegir, correctamente, entre todas las posibilidades, que deben encontrar las opciones con sentido, que deben emprender el camino, **el único camino con sentido que esta conmoción existencial les plantea: el camino final de humanización.**

Frente a esta opción nos encontramos con otras, frecuentemente, usadas en muchos grupos de ayuda mutua; algunos trabajan arduamente hacia el autoconocimiento de lo que está mal en sus integrantes y en la elaboración de emociones.

Uno de los graves problemas de esta orientación hacia la auto-observación, es que lleva, con frecuencia, a cuadros en los que se da vueltas, continuamente, en círculos sin salida, sobre los problemas que aquejan a los miembros, llevando a estados de lamento continuo.

La propuesta de Renacer, como grupo de ayuda mutua, va mucho más allá de un mero consolar a los que sufren, va transformándose en un imperativo ético.

Nosotros, simplemente, mostramos.

Mostramos el camino que nosotros hemos transitado y en el que nosotros *creemos* y después queda para cada uno tomarlo o no.

## XXVIII

### 28 -La resignificación del sufrimiento como un esencial humano.

¿Debemos utilizar el tiempo para elaborar emociones y sentimientos y, por lo tanto, quedarnos en la persona psicológica, o debemos prestar más atención a la indescriptible capacidad del hombre, para oponerse y enfrentarse a esos sentimientos y emociones y así, acceder a la persona espiritual?

No pretendemos un ser desprovisto de emociones y sentimientos, sino un ser humano que, partiendo de tanto sufrimiento, pueda darse cuenta que es libre, precisamente, para enfrentarse y oponerse a esos sentimientos y emociones; un ser humano que pueda levantarse por sobre su dolor y ver, más allá de sí mismo, a otro ser humano que sufre y necesita de él.

Es importante reconocer, como dice Buber, que los sentimientos no producen la vida personal, aquello de nuestra vida que nos hace ser personas, pero esto poca gente lo sabe, pues en los sentimientos parece residir lo que tenemos de más personal, pero cuando se ha aprendido, a dar gran importancia a sus propios sentimientos, la desesperación de comprobar que nada de ellos ayuda, pues esa misma desesperación también es un sentimiento y como tal, no aporta nada.

Por otro lado ¿Debemos, considerar más importante lo que le acontece a un individuo, que la respuesta del mismo individuo, a los interrogantes del destino?

¿Debemos trabajar elaborando nuestras emociones y sentimientos? o ¿hemos de aceptar que lo que salva, es el amor y la dedicación al otro?

Ahora, al detenernos, muy brevemente, en la definición de la ayuda mutua como: **"Un encuentro existencial de seres sufrientes, que confluyen en un objetivo común: trascender el sufrimiento"**, vemos como comienza a plasmarse un concepto distinto.

Encuentro, visto como una relación con un semejante, en la que se reconoce a éste como ser humano, en cuyo marco, ambos integrantes del par "YO-Tú", se reconocen en toda su humanidad y también se reconocen en su singularidad y unicidad, el encuentro se convierte, así, en relación de amor, como sostiene Víctor Frankl.

Cada uno inicia una relación mucho más madura, más auténtica, menos egocéntrica, una relación basada en el amor.

Savater define al amor como "querer ser la causa del bienestar del otro".

Este querer ser la razón del bienestar del otro, se refleja en la profunda satisfacción que experimentan los integrantes de un grupo de ayuda mutua, cuando una nueva persona que se ha acercado a un grupo, se retira del mismo, con una sonrisa en los labios.

Es más fácil, ahora, entender por qué los seres sufrientes se quedan en los grupos; porque en ellos adquieren su verdadera dimensión como personas, sin máscara alguna y se dan cuenta, algunos, por vez primera, que es posible el amor entre los seres humanos.

Si creemos que lo que salva es el amor, se hace evidente que ningún modelo psicológico, puede reclamar paternidad sobre él.

El amor es un fenómeno humano, que supera a cuanto modelo psicológico que existe, más aún, es el fenómeno humano por excelencia, es el ámbito en el que existe el ser humano.

Ese amor, que surge de la vida y nos elige a nosotros como portadores, con toda nuestra tristeza, pero también con toda nuestra alegría.

Amor que, con sólo no rechazarlo, con sólo dejar que nos una para salir hacia otros TU, nos permite, liberarnos...

Frente a todo esto, ¿queremos, aún reducir a la ayuda mutua a un mero lugar de análisis de emociones y sentimientos, no importa qué modelo lo estudie?

Pero, ¿cómo hacer para que cada integrante pueda, libremente, como ser único e irrepetible que es, hacer su propio “renacer”, de forma tal que, verdaderamente, podamos decir que allí donde dos padres se junten a ayudarse, allí estará Renacer?

En nuestra opinión, la única manera en que esto puede suceder, es si estamos convencidos que Renacer es, por encima de todas las cosas, el lugar donde vamos a dar algo de nosotros en homenaje a nuestros hijos.

A partir de ese convencimiento, depende de cada uno de nosotros decidir cuál es el homenaje que nuestros hijos recibirán de cada padre, de cada madre, de cada hermano, de cada abuelo, que pueden hacer su único e irrepetible homenaje, a ese ser tan querido; homenaje que ya no puede ser indicado o tan siquiera sugerido, por coordinador o conductor de grupo alguno.

Pero esta absoluta libertad, para decidir cómo honrar a sus hijos, trae aparejada una enorme responsabilidad, dado que esa decisión ha sido, absolutamente, incondicionada, es decir, libre y personal, y por esa decisión nosotros somos responsables, no importando ya ante quien decidimos asumir esa responsabilidad, ya sea ante nuestra conciencia, ante la sociedad, ante nuestros seres queridos, que nos han precedido en el viaje evolutivo, o ante Dios.

Debemos aceptar, entonces, que lo que cuenta es lo que vamos a dar a la vida, como homenaje a esos hijos.

Es más importante lo que damos a la vida, que lo que recibimos de ella, y nos damos cuenta, naturalmente, casi sin pensarlo, que cuando muere un hijo lo que importa es lo que hacemos de allí en adelante, lo que cuenta es cómo vivimos nuestra vida a partir de lo que nos pasó y no lo que hicimos o no, antes de esa partida.

Por otro lado, nos damos cuenta que somos capaces de elegir ese homenaje a pesar de nuestras emociones y sentimientos y, por extensión, podemos elegir una manera de vivir, no condicionada por esos sentimientos.

Parece evidente, que quien tiene que hacer su viaje por la vida, con un platillo de la balanza sobrecargado por las realidades que el destino, ya sea biológico, psicológico o circunstancial, le ha deparado, la mejor forma de ayudarlo no es aliviando el platillo de

su destino, hecho por sí imposible de llevar a cabo, sino cargando el platillo de lo que él ofrece a la vida, mediante la realización de posibilidades mejores, que cumpla la triple condición de ser bueno para la persona, ser bueno para los demás y ser bueno para la vida misma.

¿Y qué es aquello que nuestros hijos nos dejan como mensaje, que es bueno para nosotros, bueno para los demás y bueno para la vida, y que además de cumplir con esa triple condicionalidad, es tan universal que imposibilita disenso alguno?

EL AMOR

Así, sin proponérselo, hemos llegado al único mensaje que nuestros hijos nos dejan: el amor.

-IXXX-

## **29 –Renacer, una Memoria Colectiva.**

Lo que hacemos los papás de Renacer, cuando nos juntamos para ver qué cosas podemos hacer por nuestros hijos, lo que estamos haciendo es forjando la memoria colectiva de nuestro hijos.

No una memoria colectiva de venganza, no una memoria colectiva de revancha, no una memoria colectiva de odio o de dolor, es una de las pocas memorias colectivas, basada pura y únicamente en el amor, que existe en la historia de la humanidad, porque la mayoría de las memorias colectivas son memorias reivindicatorias, son muy pocas las memorias colectivas del amor.

El mensaje de Renacer no es un mensaje común. En él está el recuerdo y la memoria de nuestros hijos, esa memoria colectiva que los padres que hemos perdido hijos estamos ayudando a formar, memoria que, a diferencia de muchas otras, no es en “contra de”, sino que construye y se levanta a favor de la vida, dando cuenta así de lo más noble del ser humano: su dimensión espiritual.

En la medida en que nosotros forjamos esa memoria colectiva, también podemos dotarla de valores; así los grupos Renacer se transforman en oasis de esperanza, se transforman en lugares de esperanza, donde la gente va sabiendo que allí va a encontrar un camino, que es un lugar en el cual puede hacer un homenaje a su hijo, la memoria de nuestros hijos va a ser de una manera, y si los grupos Renacer, son nada más que lloratorios, lugares donde vamos a llorar, la memoria colectiva de nuestros hijos será también de otra manera, y, con el tiempo, se extinguiría.

Dentro de cien años, cuando ninguno de nosotros esté acá, y los padres sigan perdiendo hijos, sigan juntándose y ayudándose entre ellos, allí va a estar la memoria de nuestros hijos, y lo que cada uno de nosotros haga, va a contribuir a esa memoria.

Esa memoria es como un jardín, y cada uno tiene la ocasión de poner una planta y cada uno va a tener que decidir qué planta pone, vamos a tener que decidir si ponemos una planta que solamente tenga espinas, para hacer ese jardín difícil y arduo o si vamos a

poner una planta que tenga flores, que tenga flores muy lindas y muy aromáticas, porque ésa va a ser la memoria de nuestros hijos.

No es lo mismo sembrar un cardo o una espina, que sembrar una rosa, es distinto, porque así de distinta será la memoria de nuestros hijos en el futuro.

Entonces, ustedes ven que habiendo perdido un hijo, no tenemos nosotros más derechos ante la vida, no tenemos derecho a reclamarle a la vida: "mira lo que me has dado", porque tenemos más responsabilidades, porque nuestras responsabilidades pesan más, porque tengo que decidir qué voy a sembrar en el jardín de la memoria colectiva de mi hijo.

Tengo que decidir si voy a sembrar odio, si voy a sembrar rencor, si voy a sembrar intolerancia, si voy a sembrar falta de respeto, o si voy a sembrar amor.

Una vez nos tocó decir que había hechos que cambian a los hombres, la muerte de un hijo es uno de estos hechos, y así como había hechos que cambian a las personas, también hay personas que cambian a las comunidades, y también hay personas que cambian al mundo.

Y si la muerte de un hijo nos cambia a nosotros, no debemos quedarnos allí, porque todavía podemos ser una de esas personas que cambian la comunidad y, si somos muchos, también podemos ser de esas personas que cambiamos al mundo, para hacer de éste un mundo mejor, un mundo más solidario, un mundo en el que no existan fronteras, todo eso por el solo hecho de haber perdido un hijo.

Nosotros podemos tomar a la vida y la pérdida de un hijo, y decir que el hombre es lo que recibe de la vida y que el destino nos ha castigado y ahí se terminó todo, o podemos decir que nosotros somos los que damos a la vida y que la memoria de nuestros hijos es lo que vamos a entregar a la vida.

En consecuencia, tenemos qué pensar muy bien qué es lo que vamos a entregar a la vida, ¿o no?, entonces, nos damos cuenta que lo que el destino nos ha brindado, es una realidad natural de la vida, pero nos queda a nosotros la libertad interior de decidir qué va a hacer cada uno, con lo que le dio el destino, qué voy a hacer yo, con el dolor que me ha producido la pérdida de un hijo.

Nos guste o no nos guste, lo sepamos o no, estamos dando un mensaje y lo mismo pasa con la memoria colectiva de nuestros hijos, nos guste o no, lo sepamos o no, todas las cosas que nosotros hacemos en nuestra vida, después de perder un hijo, van a engrosar esa memoria colectiva.

Entonces, si nosotros miramos al suelo cuando perdemos un hijo, estamos diciendo que la muerte todo lo puede, aunque no lo sepamos. Y si miramos hacia adelante, buscando el cielo, buscando el horizonte con nuestra mirada, también estamos diciéndole a la vida que el amor vence a la muerte.

Lo que no podemos es ser indiferentes, porque no es lo mismo una cosa que otra, entonces, ustedes ven que éste es un compromiso verdadero ¿qué vamos a hacer? ¿cómo va a ser el jardín de la memoria colectiva de nuestros hijos?

-XXX-

### **30 -No todo termina cuando se va un hijo.**

No todo termina cuando se va un hijo, más bien, diría que muchas cosas comienzan cuando se va un hijo.

Esa es la tarea; descubrir qué es lo que comienza en la vida después que se va un hijo, qué es lo que comienza que valga la pena, qué es lo que comienza que tenga el mismo valor que ese hijo que se fue, ése es el desafío para todos nosotros.

Cuanto más pronto yo considere qué piensa y siente el otro, mejor me voy a sentir yo.

¡Cuánto tenemos todavía para vivir! ¡cuánto! cuánto valor hay todavía en la vida! cuánto para hacer, para dignificar y para proteger la vida; comencemos a hacerlo ya, si no lo hemos hecho antes y, si ya lo hicimos, sigamos haciéndolo; no nos quedemos cortos, porque nuestros hijos, los que están, los que no están, los que nos rodean, todo, la vida merece nuestro mejor esfuerzo siempre y por toda la vida.

Yo elijo lo que voy a hacer con mi vida, yo elijo como voy a llevar mi dolor, si lo voy a llevar buscando moneditas por el suelo o lo voy a llevar con dignidad porque así se lo merece mi hijo, porque así se lo merecen los hijos que me quedan.

Cuando parte un hijo, de repente, uno se encuentra aislado, solo con mi dolor, solo conmigo mismo, todo cambió; se rompió mi conexión con el mundo, se rompió mi conexión con el otro, se rompió el puente que me unía al mundo y a los demás.

Entonces, tengo que volver a construir ese puente que me va a llevar otra vez a relacionarme con el mundo, con los demás.

Construyo ese puente cuando me acerco al otro, cuando renuncio a algo que es propio de mi yo, cuando renuncio a lo que yo siento, cuando renuncio a como estoy, por los demás.

Cuando renuncio a mi yo, por algo que no soy yo, estoy renunciando a algo menos elevado, por algo más elevado; lo hago por aquellos que me necesitan y, en última instancia, lo hago por ese hijo que me está mirando y me está diciendo “Ma, Pa, ¿eso es todo lo que puedo esperar de ustedes?”

Yo sé que eso no es todo lo que mi hijo espera de mí y sé, igualmente, que ninguno de sus hijos esperaría de ustedes la línea del menor esfuerzo.

La tristeza viene sola, la podemos cultivar como una manera de ser en el mundo, vivir a medias, también podemos vivir así toda la vida, pero ¿Quieren, realmente, vivir así?

Yo quiero renunciar a esa manera de vivir, por una mejor manera y lo hago por todos, lo hago por ellos, lo hago por los que me rodean y lo hacemos cada día de nuestra vida por todos.

No me voy a sentir bien por una varita mágica que me toque y me diga a partir de ahora ya todo va a estar bien, no, no es así, es el esfuerzo de ir construyendo, día a día, ese puente que me va a llevar, otra vez, a la vida plena, otra vez a considerar al otro en mi vida.

Es natural estar triste ¿verdad? Es natural llorar un poquito, extrañarlo, pero no esa desesperación, no ese desasosiego interior que no puedo estar ni conmigo mismo,

ni dentro de mí mismo, siendo un extranjero dentro de mi propio cuerpo, eso es lo que no puede ser.

Hay que elevarse como dice Víctor Frankl, en “las alas indómitas del espíritu”, elevarse por encima de lo que nos está pasando, por amor a ese ser tan amado y a los que quedan.

A veces, alguien piensa que ya no puede hacer nada por él, ¡cómo que no vas a poder hacer nada por él o por ella!

Puedes renunciar a tu dolor desesperado por él o ella, puedes renunciar a sentir esa pena prolongada y hacer el esfuerzo, porque ellos merecen nuestro mejor esfuerzo, y siempre va a ser nuestra la responsabilidad, de cómo vamos a vivir cada día de nuestra vida.

¿Qué vamos a hacer con esto que nos pasó? porque una cosa es lo que nos pasó y otra, muy diferente, es lo que hacemos con esto que nos pasó.

Estamos en Renacer, no solamente porque hayamos perdido un hijo, estamos en Renacer porque queremos aprender a vivir de una manera que incluya amorosamente a nuestros hijos, que recupere el recuerdo amoroso de nuestros hijos sin lágrimas, que podamos hablar de ellos sin lágrimas.

Para que cuando nos toque partir no nos haya quedado nada sin hacer, no nos haya quedado amor por dar.

-XXXI-

+++

### **31 -Ante la partida de un hijo, “un renacer de las cenizas”**

Ante la partida de un hijo, a quien difícilmente estaremos preparados para despedir, el dolor es demasiado intenso, desconocido, pareciera que la vida no debería continuar y el tiempo en su eterno fluir se hubiera detenido, un mundo de total incredulidad e irrealidad.

Nadie sabe qué decirnos; todos escapan ante una realidad que no conocen, que siempre han ignorado, que no saben manejar.

No puede ser, nos repetimos una y mil veces y, sin embargo, es; y debemos seguir viviendo; pero ¿cómo?, nos preguntamos una y otra vez.

Pero como todo dolor trae consigo una enseñanza y puede llegar a ser una experiencia regeneradora, porque es moviéndonos a través del dolor, explorándolo, conociéndolo, que lograremos llegar más allá de él, más allá de lo inmediato, más allá del materialismo limitante rescatando de un rincón del corazón, los olvidados valores espirituales, que son los únicos que pueden salvarnos de una vida sin sentido, de una muerte en vida.

Entonces, la muerte de nuestros hijos, no habrá sido estéril, porque es a través de su partida que el verdadero sentido de la vida se comprende, como un tiempo precioso y

finito que debemos vivir. al máximo, pero de otra manera, ya que el camino trazado hasta ahora no sirve para esa nueva realidad.

Debemos recomenzar, es como renacer de las cenizas.

Debemos captar el mensaje de infinito amor, que nuestros hijos al partir nos dejaron y que, los hijos que quedan, nos recuerdan cada día: dar amor, sólo amor.

Son nuestros hijos los maestros del verdadero y desinteresado amor y este sentimiento no tiene reclamos ni expectativas, ni siquiera se necesita de su presencia física.

Y cuando hayamos encontrado la paz y la aceptación, habremos de trasmitirla a los demás, a los que la necesitan, a los que sufren, a los que aún viven en la oscuridad de la desesperanza y la rebeldía.

La muerte no marca el fin de todo, es sólo una necesaria etapa en la evolución espiritual humana, es una parte integral de la vida, la que nos marca el límite de nuestra existencia terrena y nos enseña a apreciarla, en su verdadera dimensión para vivirla totalmente, rescatando esa olvidada espiritualidad en nuestro diario vivir para saber prepararnos para que, en el momento de realizar nosotros la transición, saber que no hemos dejado cosas por hacer y en el instante de dejar el capullo, para volar libres de regreso a casa, sepamos que hemos comprendido el mensaje de nuestros hijos, porque hemos dado todo el amor de que fuimos capaces.

Nosotros nos dimos cuenta que teníamos la responsabilidad de hacer que nuestro hijo viviera a través de la forma en que nosotros vivíamos nuestra vida, de tal manera, que ese hijo no se fuera de nuestra vida y simplemente lo dejásemos relegado a la categoría de absurdo de la vida, de accidente fatal, de un Dios que tiene formas misteriosas y oscuras, que yo no comprendo...

¡No señor! teníamos que rescatarlo de las garras de lo absurdo.

Rescatar la partida de nuestros hijos, de las garras del absurdo y devolverlo a la vida como un acto de total amor y entrega, un acto de sentido.

Z< La partida del hijo y tanto dolor, que tuviese sentido.

No es una tarea fácil, cuando uno recién se lo plantea: ¿es que este dolor tiene sentido? y ahí está la elección.

Y entonces no dejamos que el sufrimiento nos derrote porque entonces significaba que Nicolás también estaba siendo nuestro verdugo.

¿Ustedes quieren que sus hijos sean sus verdugos? ¿Los que quitaron toda alegría a la vida?

¿Están de acuerdo ustedes con que no deben ser nuestros verdugos?

Entonces no vamos a dejar que se conviertan en, simplemente, un hecho absurdo que un día cambió nuestras vidas para mal, entonces tenemos la responsabilidad de vivir nuestra vida en homenaje a ese hijo que partió por todo lo que nos está enseñando a través del dolor, por la hija que nos queda, pero también ¡sí señor! por nosotros mismos, porque si estamos vivos, si estamos de este lado de la vida, es porque todavía somos útiles para la vida.

La vida todavía espera algo de nosotros.

### **32 -Nunca más seremos las mismas personas.**

Cuando las circunstancias no pueden ser cambiadas, el sufrimiento le da un nuevo sentido a nuestras vidas, frente a nosotros mismos, frente a nuestros hijos, frente a la comunidad, frente a la vida, frente a la muerte, frente a Dios o como cada uno lo sienta y, a partir de ahí, podemos aceptar nuestra vida tal como es y vivirla con coraje, no escapándose de ella, no ocultándose de ella, enfrentándola con valentía.

Al atravesar una conmoción existencial, como es la pérdida de un hijo, no podemos seguir siendo los mismos, algo en nosotros ha cambiado para siempre; la vida se ha invertido como un guante de goma que se saca dando vuelta sobre sí mismo y somos una persona distinta, nunca más las mismas personas y una vez más tendremos que elegir.

De pronto, al darnos cuenta de esto uno se dice: “tengo que sufrir, no puedo evitarlo”, pero ¿puedo elegir cómo sufrir?

¿Es lo mismo sufrir dignamente, que sufrir miserablemente?

¿Es lo mismo caminar por la vida buscando monedas en el suelo, que caminar con la frente alta? No.

Hay un tiempo de sufrir, pero aun sufriendo, sabemos que podemos sufrir miserablemente o sufrir con dignidad.

Esa es una elección que puedo hacer yo hoy, cuando acabo de enterrar a mi hijo: sufrir con dignidad o sufrir miserablemente.

¿Qué clase de persona vamos a ser?

No quedan más que dos caminos, o soy mejor persona o soy peor persona; si alguien conoce otra posibilidad quisiera que lo diga, no conocemos otras opciones.

¿Voy a dejar que mi dolor maneje mi vida y vivir como un “zombie” dejando que mi dolor maneje mi vida?

Entonces se nos plantea el problema de la propia responsabilidad.

¿Qué hago de mi vida de aquí en más?

Siempre será nuestra la responsabilidad cómo viviremos nuestra vida, cómo la viviremos cada día.

Cada día me levanto y puedo elegir lo que cada día voy a hacer de mi vida; soy yo quien voy a proponerme llorar, porque el llanto es lo que yo siento por mi hijo, o voy a levantarme con deseos de hacer algo en su homenaje que no sean las lágrimas.

Si uno basa el trayecto de su vida de acá en más en el amor, si cada día de mi vida yo me levanto haciendo ese esfuerzo extraordinario que significa, aun en esos primeros tiempos, de despertarse y saber que me despierto sin mi hijo, pero sabiendo también que por amor a él, y si me quedan otros hijos, también por amor a ellos, yo tengo que ponerme de pie con dignidad.

Tengo que iniciar ese día, y cada día de mi vida, con proyectos de vida que incluya a otros seres que sufren.

Cuando los padres comienzan a darse cuenta que nunca una persona que ha perdido un hijo volverá a ser la misma, que algo cambia para siempre, es aquí donde Renacer le abre el camino al análisis de la propia existencia.

La respuesta es siempre la misma: el salto hacia nuestra dimensión espiritual, donde encontraremos los recursos necesarios para reinsertarnos en la sociedad a través de una vida productiva y plena de sentido.

Asumamos el desafío y la aventura de ser una nueva persona y elijamos en ese camino entre lo mejor y lo peor, porque podemos decidir, podemos elegir, no somos bebés recién nacidos, comenzamos una nueva vida pero ya con experiencia, ya podemos decir que es el bien, ya podemos decir que es el mal, ya podemos decir que es lo que queremos ser, entonces, a través de esa transformación interior, la muerte de un hijo, no va a ser en vano, esos hijos van a ser **estrellas fugaces** que llegaron a nuestras vidas, nos tocaron, se fueron pero nos transformaron, nos tocaron para cambiarnos, son pocas las veces en que la vida nos da segundas oportunidades.

-XXXIII-

### **33 -En el día de la madre.**

Cuando se pierde un hijo, la vida se da vuelta como un guante de goma que uno se saca de la mano, como los guantes de los cirujanos, que la única manera de sacárselos es dándolos vuelta y todo lo que estaba afuera queda adentro y todo lo que estaba adentro quedó afuera.

Así comienza a ser la vida para nosotros.

Cuando viene un aniversario, cuando viene un cumpleaños, sobre todo cuando viene el día del padre o de la madre, un lamento frecuente es “no tengo a mi hijo que me haga un regalo”.

Entonces hay que ponerse en ese el lugar que se ha dado vuelta, porque ahora somos nosotros los que tenemos que hacerle un regalo a ese hijo, tenemos que regalarle lo único que tenemos para regalarle que es nuestra vida y la manera como vivimos ese día.

Antes, cuando los chicos estaban, nosotros veíamos la vida a través de sus ojos, ahora ellos ven la vida a través de nuestros ojos y la obligación que tenemos nosotros es: qué es lo que les vamos a dejar ver a través de nuestros ojos.

¿Les vamos a dejar ver todas las miserias, todas las penas, todo lo feo o vamos a dejarles ver la belleza que todavía tiene la vida?

Seguimos siendo responsables y el papel se dio vuelta y ahora en mi día, soy yo el que tengo que hacerle un regalo a mi hijo, con la manera como vivo ese día.

-XXXIV-

### 34 -Para que la vida no pierda sentido.

"Quien tiene un por qué vivir, siempre encuentra el como"

F. Nietzsche

Nos toca vivir tiempos difíciles, en un mundo donde los valores hacia los que nos orientamos son efímeros y encubiertos, por el brillo característico de aquellas cosas que no por ser reales son auténticas; un mundo materialista donde importa más lo que tenemos, que lo que somos.

Nos sentimos y nos percibimos cada vez más separados uno del otro, inmersos en una sociedad de seres egocéntricos, que sólo cuidan de sí mismos, o de los más cercanos a ellos.

Vemos a muchos pasar a nuestro lado conectados a sus celulares revelándonos, abiertamente, el punto al que ha llegado la alienación de los unos y los otros: nos están diciendo: "esto es lo mío, no te molesto, pero tampoco comparto, ni te doy oportunidad de participar".

El ser humano se ha vuelto importante por lo que produce y lo que consume. En una sociedad así, donde los valores imperantes son el "tener" sobre "el ser", "lo que importa es visible a los ojos" y "estoy en la vida para tomar todo lo que puedo de ella", el individuo pierde su valor como tal, pierde su dignidad, pierde su "ser humano", nada más, ni nada menos, y con ello se le escapa el sentido de su vida, el por qué seguir viviendo.

En tiempos así la desesperanza parece echar raíces más fácilmente entre nosotros... ¡amarga cosecha!

Dice Víctor Frankl que al individuo se le puede arrebatar todo en la vida menos la última de las libertades individuales: la actitud con que enfrentará lo que le toca vivir.

De acuerdo con su pensamiento, el ser humano es un ser abierto al mundo, orientado a la búsqueda de sentido a las preguntas que la vida le plantea.

De esta manera, nos dice que no somos víctimas del destino, de aquello que la vida nos presenta sin consultarnos, ya que nos da a todos igual oportunidad de responder y es, precisamente, a través de las diversas respuestas que damos a lo largo de nuestra vida, es que vamos modelando nuestra identidad.

A su vez, al tomar conciencia de esto, también nos damos cuenta de la importancia de utilizar responsablemente nuestra libertad de elección.

¿Y cuál es una elección plena de sentido?

Aquella que es buena para mí, buena para los que me rodean y buena para la vida.

Si nuestra elección cumple esa triple condicionalidad, sabremos que hemos elegido correctamente.

Hay además una intuición que nos muestra el camino, la que nos dice que aun en los momentos difíciles, de sufrimiento inevitable, aquéllos donde creemos perder la fe y la esperanza, existe la posibilidad de cambio, de transformación interior.

Encontramos, así, valores en la medida que los percibimos interiormente, valores que dan testimonio de lo que debe ser realizado en este mundo.

Cada uno de nosotros puede marcar una diferencia de acuerdo a cómo viva su vida.

Según Víctor Frankl, un ser humano es capaz de levantarse por encima de sus condicionamientos físicos, psicológicos, aun más allá de su experiencia previa, en las alas indómitas del espíritu, y responder en libertad y responsablemente con su manera única e irrepetible, como ser único e irrepetible que es.

Porque el individuo no es lo que recibe, sino lo que da a la vida.

Nadie puede quitarnos esto y es a través de:

- 1) Los valores afectivos, en el encuentro generoso con el otro.
- 2) Los valores de creación, en la tarea realizada con amor, sólo porque debe ser realizada, sin pensar en recompensas.
- 3) Los valores de actitud, frente a lo que no se puede cambiar, cada individuo puede cambiar su actitud, el sentido de su vida, tan difícil como pueda parecer, se emerge fuerte y claro.

La toma de decisión frente a lo limitante es una postura espiritual, es el poder desafiante del espíritu como lo denomina Frankl, como lo es también la intuición de lo pleno de sentido que tiene sus raíces profundas en la conciencia, aquello que precede y preside todo lo personal y moral del ser humano, lo que nos hace ser realmente humanos.

Al asumir la responsabilidad frente a lo que nos toca vivir, vamos modelando nuestra vida y vamos marcando la diferencia en el mundo.

Dice Krishnamurti que un ser humano que se transforme para bien, ayuda a elevar la humanidad un peldaño más en su evolución.

Y así, en el momento de la verdad, al hacer nuestro balance existencial sabremos, inequívocamente, si las respuestas que dimos fueron correctas.

XXV

### **35 -Podemos convertir una tragedia en triunfo.**

Nosotros, padres que enfrentamos la pérdida de hijos, hemos aprendido que la vida tiene un sentido incondicional y hemos aprendido, también, que como seres humanos que somos estamos siempre orientados hacia la búsqueda del sentido, que yace oculto en cada situación de nuestras vidas.

Algunos podrán pensar que esto es una exageración... ¿Cómo pueden tener sentido el sufrimiento, el dolor y la pérdida?

Es, precisamente, el sufrimiento inevitable que le sirve de despertador al hombre, lo que lo desafía a caminar con dignidad el resto de su vida, que le impulsa a crecer, a madurar, a cambiarse a sí mismo, teniendo acceso a la dimensión espiritual de nuestro ser, proceso desconocido para el mundo emocional de nuestra psiquis.

Cuando el ser humano se ve enfrentado a situaciones que no pueden ser cambiadas, cuando sólo queda la actitud a tomar como única respuesta al destino, entonces, en un acto que sólo puede ser de fe en Dios, en la vida o en sí mismo, el hombre, consciente de su libertad, decide existencialmente la actitud que toma.

Frente a esto, cualquier interpretación meramente psicológica del hombre, no sólo lo reduce, sino que al hacerlo, lo priva de su libertad, que es, precisamente, donde se apoya para dar el salto a la trascendencia y asumir una actitud que le permite convertir su tragedia en un triunfo humano.

Víctor Frankl, creó un modelo de gran valía para ayudar al hombre en su lucha por encontrar sentido a los interrogantes existenciales que la vida le plantea, ayudándolo a encontrar sus valores y a ser consciente de su libertad y responsabilidad; es un modelo de psicología no determinista que se asienta sobre tres pilares básicos que son: la libertad, la percepción de sentido y el sentido de la vida.

Ser libre significa libertad de opción, no libre de sus condicionamientos, sino, precisamente, libre para enfrentarse a ellos y asumir una actitud positiva.

Por percepción del sentido de la vida, se entiende que lo que el hombre ansía en definitiva, no es riqueza o poder o aun felicidad, sino ser capaz de encontrar una razón para vivir, capaz de encontrar sentido, no sólo a su destino sino también a las posibilidades que esperan ser realizadas por él.

La percepción de sentido es el descubrimiento de una posibilidad en el fondo de su realidad, que es, la posibilidad de modificar ésta, en la medida de lo necesario.

En lo tocante al sentido de la vida, Frankl afirma que la vida tiene un sentido incondicional que no se pierde en circunstancia alguna, ni aun cuando el hombre se enfrente con la triada trágica de su existencia, como son el sufrimiento, la culpa y la muerte, que pueden ser enfrentados con la adecuada compostura y actitud.

Insiste en que el hombre no llega a ser tal, hasta que no se olvida de sí mismo, ya sea para allegarse a alguien a quien amar, a una tarea que cumplir o a un sufrimiento al que encontrarle sentido.

Sostiene que la esencia del hombre es la autotrascendencia, es decir, que ser hombre significa estar orientado a algo o a alguien que no es el mismo. De acuerdo a esta concepción el hombre es, necesariamente, un ser abierto al mundo, ser yo, es ser consciente y responsable.

-XXXVI-

### **36 - El significado real del Mensaje de Renacer.**

Tenemos que saber el significado real de los grupos Renacer, no como un lugar a donde vayamos a que nos pongan un brazo al hombro; los grupos Renacer son mucho más que eso.

Renacer ha crecido de manera explosiva, no por la difusión periodística que cada uno haya podido darle, tampoco por un azar del destino o una circunstancia fortuita, sino por tener un mensaje tan poderoso, que ha roto barreras sociales, culturales y geográficas.

Es un mensaje del cual todos nosotros, aun sin darnos cuenta, hemos sido y somos portadores, pero que al mismo tiempo, y por el hecho de ser portadores de ese

mensaje, que nuestros hijos nos han dejado, nos añade una responsabilidad extra en nuestras vidas, cual es la de llevarlo con dignidad y honestidad.

En la medida que llevemos el mensaje con amor, con convencimiento, con mucho respeto por cada uno de los papás, eso es Renacer.

Así lo vemos nosotros y a donde vamos, por supuesto, llevamos el mensaje como lo vemos nosotros, pero ustedes también saben que decimos que los grupos no pueden imponer valores.

No hay personería jurídica, no hay cargos, no hay manejo de dineros, nos limitamos a reunirnos dos veces al mes para ayudar a los papás que nos necesitan, eso es Renacer.

El verdadero Renacer es en el campo de batalla, allí donde está el sufrimiento, allí donde las personas requieren de aquellos que ya han pasado por este camino.

Ayudar, es amor, es amor incondicional; eso significa darse al otro, desde lo mejor de mí para encontrarme con lo mejor del otro y aceptarnos como somos, porque todos tenemos defectos, yo los tengo, yo sé que cada uno de ustedes piensa que tiene algunos... pero igual esos "pocos", pueden molestar al que está enfrente o al que está al lado, entonces, tratemos de encontrarnos con lo mejor del otro.

Renacer, es el ámbito, el lugar, las personas, el mensaje que cobija, protege, que ama, que acuna a los padres y les hace recordar esa melodía única e irrepetible, que sólo cada uno de nuestros corazones puede entonar, con la que hemos nacido, la que Dios o la vida puso en nosotros al nacer y Renacer hace que despertemos de ese dolor, despertemos de esa angustia, despertemos de los rencores, despertemos de las emociones que nos hacen daño, para escuchar, nuevamente, la melodía de nuestro corazón, única e irrepetible, donde residen nuestros valores, los valores espirituales, aquellos que son los verdaderos, fundamento de nosotros como seres humanos, esos valores. que también a veces. relegamos en el diario vivir y cuando nos toca vivir esta conmoción existencial de perder uno o más hijos, o al único hijo, la vida ahora nos desafía, entonces, nos olvidamos un poco de esa nuestra melodía, pero está allí, tenemos que saber y aprender a despertarla y a escucharla nuevamente. Y, así, vivir en sintonía con esa melodía; esa melodía, es el fluir con la vida, es el aceptar lo que venga de la vida.

## XXXVII

Con estos artículos, no se agota lo que es “la fuente inagotable de Renacer”, objeto de reflexión en las reuniones de los grupos Renacer.

Han quedado pendientes otros artículos, tanto de la serie “La palabra de Alicia y Gustavo Berti” como de “Buceando en el aljibe”, los cuales pueden resultar de interés para desarrollar temas dentro de los grupos.

Es posible que con esos artículos pueda hacerse una recopilación a manera de apéndice de “En busca de ser dueño de la propia vida” de lo cual, desde ya, podría constituir un nuevo objetivo, con la esperanza de poder cumplirlo en los próximos

meses, con el apoyo de nuestra querida e inolvidable “Dulce Ana”, desde el lugar que se encuentra en nuestro corazón.

Los títulos de tales artículos son:

- Amor incondicional.
- La muerte de un hijo. Resolución a través de la ayuda mutua.
- Importancia de la familia.
- Por qué es poderoso el mensaje de Renacer.
- Dejemos que entre la luz en nuestra vida
- Sobre la esencia de Renacer
- Charla de Alicia y Gustavo Berti en Renacer Congreso.
- Conferencia de Prensa e Inauguración de escultura en San José, Uruguay.
- Charla en encuentro en Renacer San José, Uruguay.
- En el día de la madre.
- Un homenaje de amor a nuestros hijos.
- Origen del grupo Renacer.
- Aportes de los grupos a la comunidad.
- La espiritualidad en la Ayuda Mutua.
- Despertar Espiritual.
- Para que la vida no pierda sentido.
- La esencia última de Renacer: la libertad.
- De la “Hiperreflexión” a la Autotrascendencia.
- La oportunidad de pensar lo no pensado.
- Sobre el destino.
- Carta para los grupos. – diciembre de 2007.
- Sobre relaciones interpersonales en los grupos.
- Renacer, expresión de la dimensión más humana del hombre.
- La ayuda mutua es un existencial humano que aflora en las conmociones existenciales desde tiempos inmemoriales.
- La presencia del otro en la Ayuda Mutua, es una manifestación de la dimensión espiritual del ser humano.
- De la dimensión espiritual emerge el fenómeno humano de la Ayuda Mutua.
- Niveles por los cuales pueden transitar los integrantes de un grupo.
- La Ayuda Mutua como factor de renovación cultural.
- El papel de la espiritualidad en la ayuda mutua.
- Mensaje a todos los miembros de Renacer.
- Lo que Implica la Esencia de Renacer.
- El duelo no se elabora, el duelo se trasciende.
- Todo dolor trae consigo una enseñanza.
- Vivir de una manera que incluya amorosamente a nuestros hijos.
- Lo que buscamos no está en el pasado.
- Nuestra Actitud Frente a la Vida.

- Porqué vivir la vida como mejor persona.
- La vida siempre nos va a desafiar.
- Un encuentro existencial de seres sufrientes que confluyen en un objetivo común: trascender el sufrimiento.
- Porqué estamos en Renacer.
- Un llamado a una nueva existencia.
- Salto hacia nuestra dimensión espiritual.
- Los peligros que acechan a Renacer.
- Rescatemos el recuerdo de nuestros hijos con amor.
- Sobre el largo camino hacia los próximos 50 ó 100 años de Renacer.
- Lo esencial es aquello que nos une.
- El camino hacia el sentido.
- Renacer y el duelo.
- ¿Qué significa trascender?
- Nos debemos a los demás.
- Un amor vacante.
- ¿Por qué tengo la oportunidad de transformarme?
- En la libertad está la esencia de Renacer.
- El verdadero Renacer.
- Actitud frente a la vida.
- Podemos convertir a nuestros hijos en un valor.
- Salir del egocentrismo.
- Actitud frente a los hijos que quedan.
- Un camino de esperanza.
- La razón de ser de Renacer.
- Frente a la Navidad y al año que se inicia.
- El sentido de la vida.
- El Mensaje de Renacer nos da fuerza para añadir a nuestra vida un sentido más profundo.
- El poder de transformación.
- Un homenaje a nuestros hijos con nuestra propia vida y la manera en que la vivimos.
- Porqué no fomentamos la catarsis en Renacer.
- El dolor trae consigo una enseñanza.
- Cómo transitar el camino ofrece Renacer.
- Reflexiones a los 25 años de Renacer.
- Renacer es un hecho culturalmente revolucionario.
- Los signos del emerger de la dimensión espiritual.
- Porqué no a los ¿Por qué?

Junio de 2018

Enrique, con la colaboración de Ana Doris y la serena presencia de Ulises, con el recuerdo más dulce que pueda existir para nuestra querida dulce Ana.

De Renacer Congreso, Montevideo – Uruguay

**“Por la esencia de Renacer**