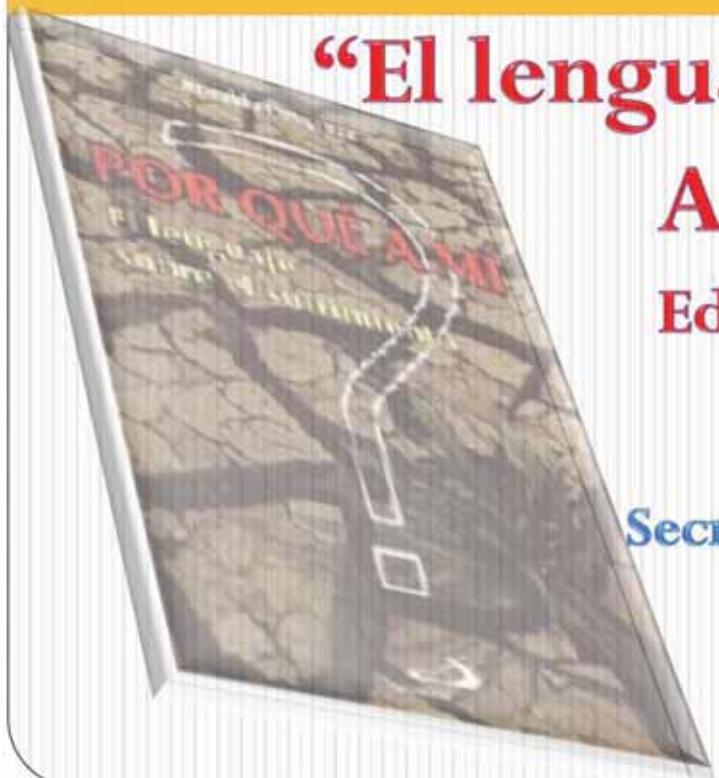


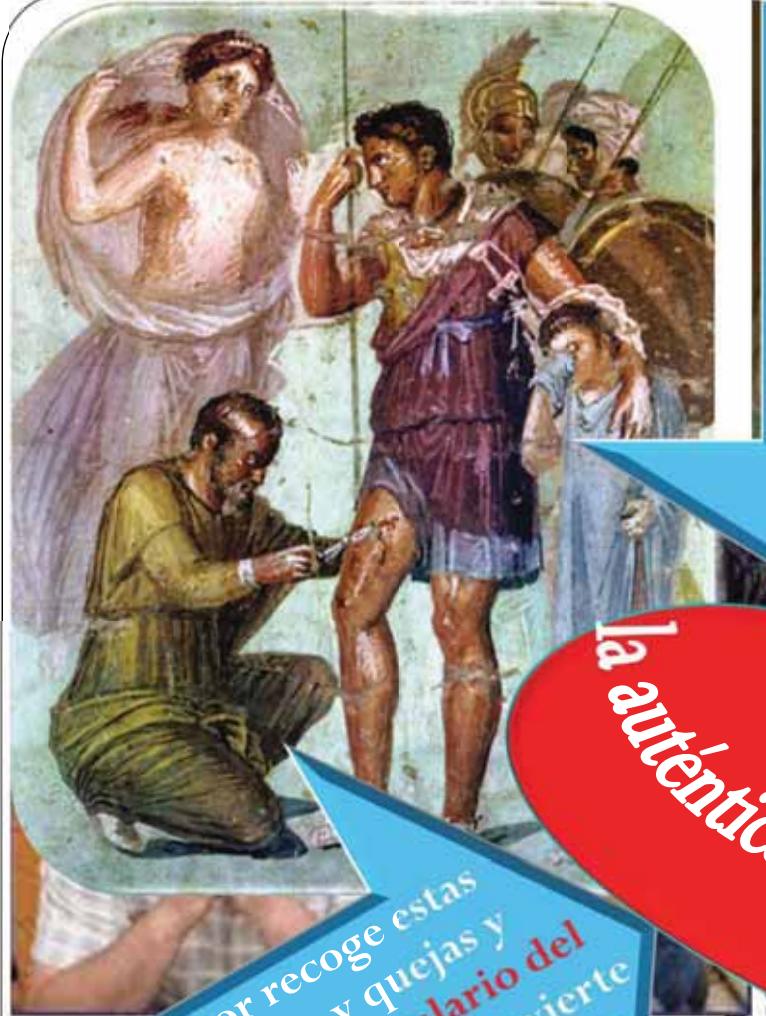
# ¿Por qué a mí?



**“El lenguaje sobre el sufrimiento”**

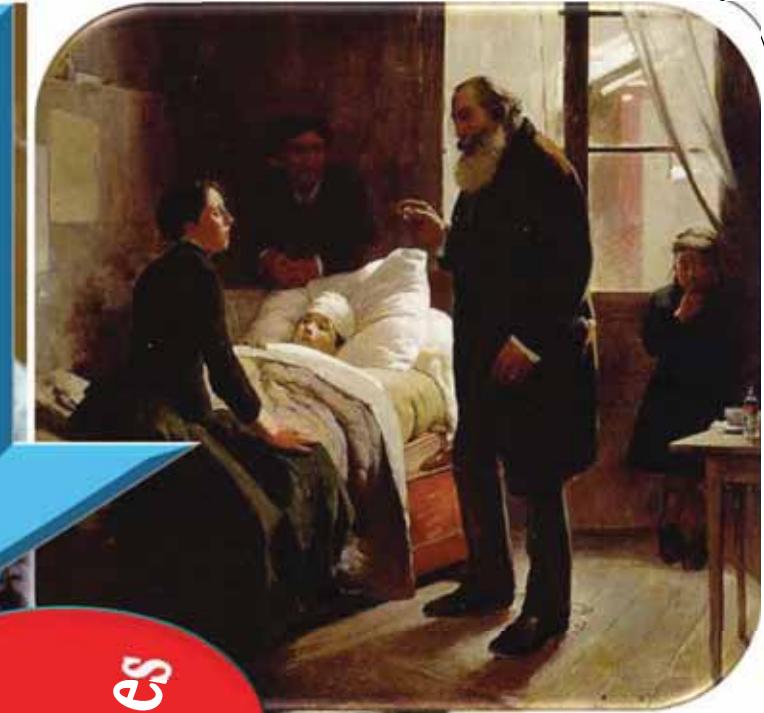
**Arnaldo Pangrazzi**  
**Ed. San Pablo, 1994 - Madrid**

**Secretariado de Pastoral de la Salud  
Diócesis de Málaga  
Curso 2.011/12**



El autor recoge estas reacciones y quejas y elabora un **vocabulario del sufrimiento**, que se convierte en clave para comprender **el mosaico del dolor**

Los interrogantes ante el dolor suenan con más fuerza que nuestra capacidad para darles una respuesta



Con la convicción de que  
la auténtica respuesta al dolor es  
el amor



Porque el dolor más que un problema que solucionar es un misterio que vivir

Y en elaboración de **itinerarios constructivos** que deben recorrerse para curar las heridas y dar significado a una vida cambiada

# **El vocabulario del sufrimiento es tan extenso como la H<sup>a</sup> humana**

**La crónica diaria habla de tragedias provocadas por la irresponsabilidad del hombre**

**Y otras provocadas por la naturaleza**

**Y lo inevitable de los acontecimientos incontrolados**

**Este libro pretende ceñirse especialmente al dolor provocado por la enfermedad y la muerte y a las reacciones, actitudes y recursos desplegados por los protagonistas**

# Tema 1: El mosaico del sufrimiento

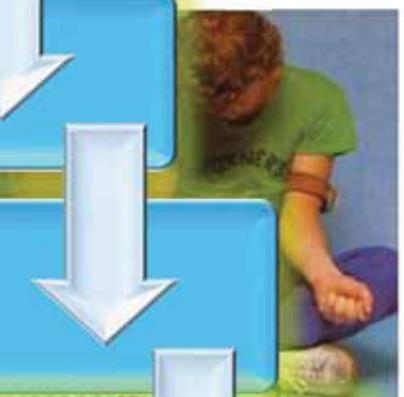
El sufrimiento del corazón



El sufrimiento del espíritu



El sufrimiento del cuerpo



El sufrimiento de la mente



El sufrimiento social y las  
llamadas enfermedades sociales



Tiene que ver con quienes experimentan dificultades interpersonales, o son incapaces de establecer/mantener amistades, con quienes sienten dificultad para su inserción social o se atormentan por un complejo de abandono...

**Ahí tenemos la presencia de  
esta herencia para la  
humanidad que peregrina**

**Cambian las  
caras de los  
protagonistas**

**Y a veces los  
nombres de las  
enfermedades**

**Con estas rápidas alusiones he tratado de dibujar  
el variadísimo mosaico del sufrimiento en el  
pasado y en el presente**

# Factores clave en la respuesta a la crisis provocada por la enfermedad:

1. Las circunstancias del sufrimiento

2. El apoyo externo

3. Los recursos internos

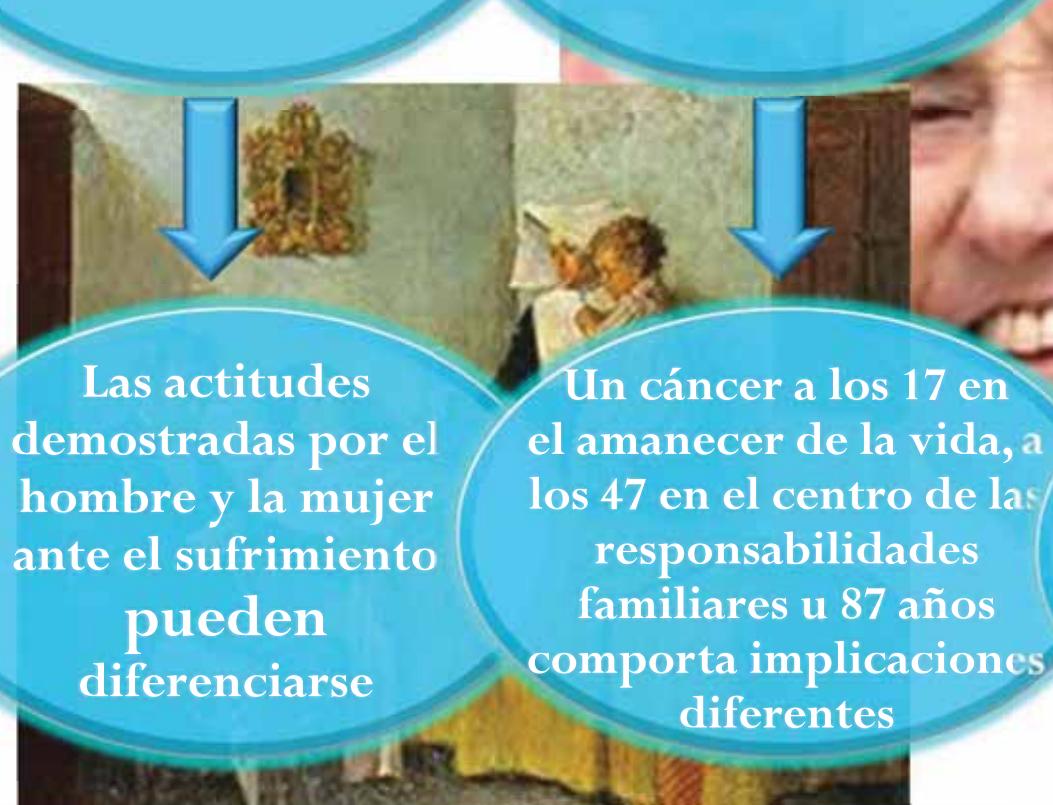
Actitudes asumidas ante el sufrimiento

# 1. Las circunstancias personales y el tipo de enfermedad

El sexo

La edad

Las funciones que desempeña



Las actitudes demostradas por el hombre y la mujer ante el sufrimiento pueden diferenciarse

Un cáncer a los 17 en el amanecer de la vida, a los 47 en el centro de las responsabilidades familiares u 87 años comporta implicaciones diferentes



Ser madre de familia con niños dependientes, tiene facetas distintas a las de una persona que vive sola, que ha enviudado o se ha divorciado

Además de estas variables personales y familiares, hay que tener en cuenta **las patologías específicas y las circunstancias de la pérdida de un ser querido**

Las preocupaciones y el estrés varían según **el tipo de diagnosis**

Una gastritis, problemas pulmonares, infarto, ictus, cáncer, sida, el trauma de un accidente, la esclerosis, la cirrosis, una embolia, Parkinson, Alzheimer...

Lo mismo cabe decir del **dolor por la pérdida de un ser querido**, según las circunstancias

Si se debe a la vejez, a una enfermedad crónica o terminal, es menos dramática que si es inesperada a causa de un infarto o de un accidente, o si es por suicidio o por un asesinato

**En 2º lugar, la enfermedad de una**

## **2. El sistema de apoyo externo**

**Si un individuo se siente solo y marginado, su camino de recuperación será probablemente más complicado**

**En cambio, la presencia y el apoyo de personas queridas contribuyen a la recuperación**

**La capacidad de afrontar la crisis depende mucho de las terapias de apoyo humano disponibles**



# Algunos elementos de ayuda que pueden estar presentes:

Personas  
hábiles en  
el arte de  
ayudar

Los centros  
de ayuda  
y las  
instituciones  
sanitarias

El ámbito  
del trabajo

Los grupos de  
pertenencia  
(social, recreativo  
voluntariado)

Los amigos

La Iglesia  
y la  
comunidad  
parroquial

La familia



### 3. Los recursos personales

#### Recursos psicológicos

Tienen que ver con el autoconocimiento, con la imagen que una persona tiene de sí misma y de sus aptitudes. Incluye la autoaceptación, la integración de críticas, la fuerza de voluntad, paciencia, equilibrio, dominio de sí...

#### Recursos culturales

Están relacionados con la propia filosofía de la vida y tiene que ver con el nivel de educación alcanzado, el clima cultural en que vive, aficiones, intereses...

#### Recursos interpersonales

Comprende las funciones y responsabilidades que ejerce dentro de la familia y la sociedad. Algunas manifestación específicas son: amistad, diálogo, solidaridad, honradez, buen humor, sinceridad, generosidad, altruismo

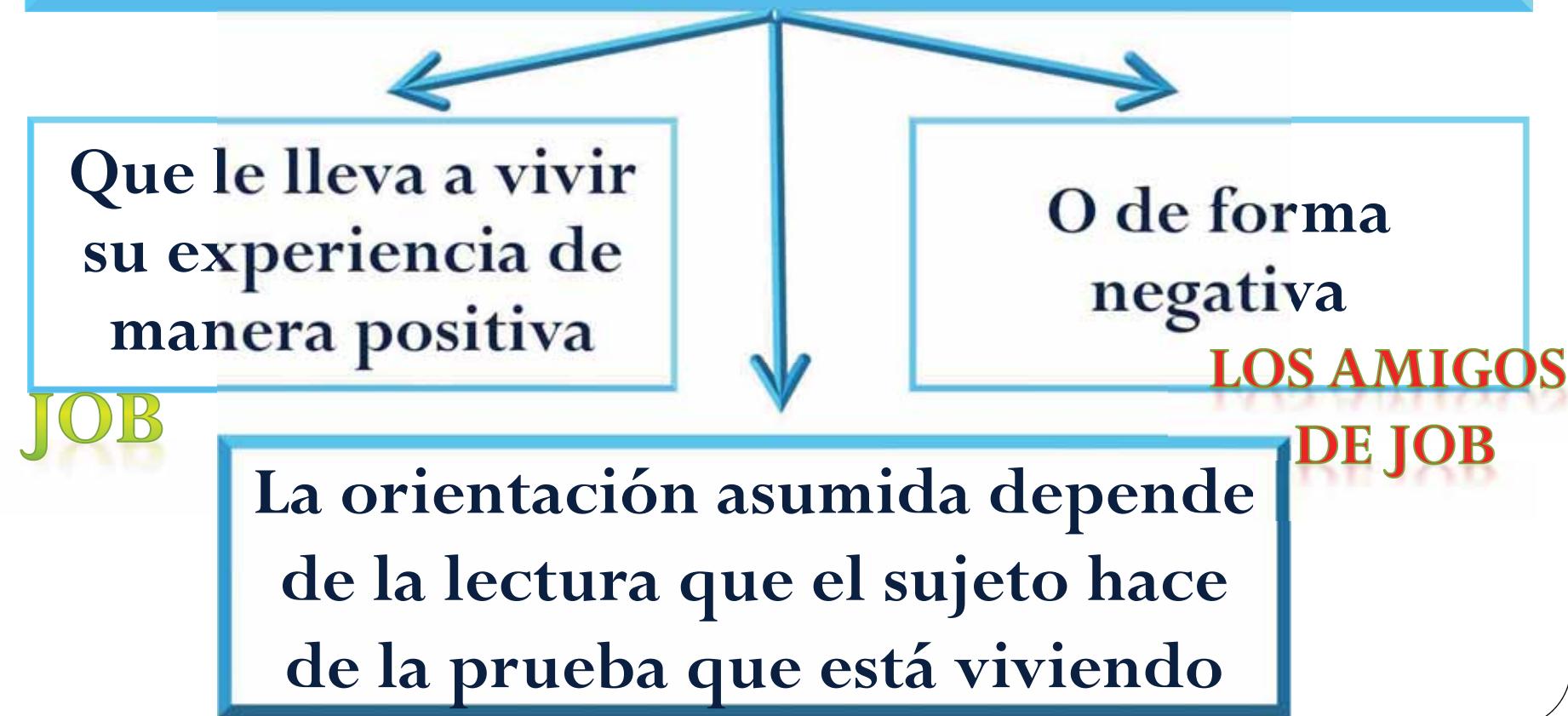
#### Recursos espirituales

Son importantes para superar las dificultades de la vida. Entre ellos está la fe, escuchar la Palabra de Dios, la oración, la meditación... forman parte de la H<sup>a</sup> de cada persona y se expresa en su forma de relacionarse con Dios, los demás, la naturaleza y consigo misma. Debe diferenciarse de la tradición religiosa, la cual está condicionada por la cultura y la pertenencia comunitaria

# Actitudes diversas asumidas ante

Toda situación que comporta dolor provoca momentos de cansancio e impaciencia, días de desorientación y desconfianza

Luego paso a paso se va formando una actitud de fondo



# **La experiencia de Job**

**Con otras caras**

**Y contenidos**

**Se repite a lo largo de los tiempos**

**Su drama, sus desahogos y sus interrogantes se mantienen y reflejan la íntima aflicción de millones de personas heridas en las cosas que más quieren**

**Libro:** "¿Por qué a mí?". Arnaldo Pangrazzi.  
"El lenguaje sobre el sufrimiento."  
**Ed. San Pablo. 1994. MADRJD**

**Realizado por:**  
**Carmen M<sup>a</sup>. Martínez Berbel**  
Para el  
**Secretariado de Pastoral de la Salud**  
de la  
**Diócesis de Málaga**