

FREYA VON STÜLPNAGEL

**ACCANTO A TE,
SENZA DI TE**

Un aiuto per i giorni del lutto

Postfazione all'edizione italiana
di ANGELO BRUSCO

Queriniana

Prefazione

Attraversare un lutto rende sapienti. È l'esperienza che ho fatto lavorando con genitori in lutto. Da molti anni accompagno attraverso dei seminari i genitori che hanno perso un figlio. La perdita di un figlio è una delle ferite più profonde che possano essere inflitte ad un cuore umano. Le persone che hanno subito una ferita del genere hanno bisogno, a maggior ragione, di un aiuto particolare. Da circa vent'anni è cresciuta la consapevolezza dei doveri e del sostegno nei confronti dei genitori rimasti orfani. Si può parlare, a ragione, di una nuova cultura di sostegno in caso di lutto. Seminari, conferenze, celebrazioni liturgiche, privati, associazioni e accademie offrono un aiuto per il superamento del lutto e in molti gruppi di autoaiuto le persone sperimentano conforto, forza e speranza. E io, personalmente, posso dire di dovere moltissimo ai genitori rimasti orfani. Mi hanno fatto avere parte del loro dolore e donato e trasmesso un sapere a cui altrimenti non avrei mai avuto accesso.

Un aiuto particolarmente efficace e credibile può essere offerto da coloro che sono stati e sono colpiti in prima persona, ma sono riusciti a volgersi di nuovo alla vita con un 'sì'

che ne include tutti gli aspetti. Durante gli ultimi anni Freya von Stülpnagel mi ha accompagnato nei miei seminari come madre colpita in prima persona, fornendomi un supporto straordinario. Ora, con il suo libro *Accanto a te, senza di te*, indica in maniera credibile e convincente la strada che porta dal dolore disperato ad una nuova speranza, energia vitale e gioia per l'esistenza. E ciò vale per ogni perdita, così che, in questo libro, possono sentirsi chiamati in causa tutti coloro che attraversano un lutto. I lettori sono invitati ad aprirsi, nel corso del processo del lutto, alla «forza della trasformazione», come scrive Freya von Stülpnagel.

Il presente volume, però, si rivolge ugualmente ai «non colpiti». Ai lettori vengono comunicate delle esperienze che li aiuteranno a relazionarsi con le persone in lutto. La cultura della mente e del cuore che la persona viva cura nel rapporto con l'agonia, la morte e il lutto, può ripercuotersi come una benedizione sulla nostra qualità di esseri umani. Questa cultura non porta mai alla cupezza, ma allarga il cuore nella sua sensibilità verso ogni cosa presente e futura, donando allo spirito un'autentica sapienza di vita. «Insegnaci a contare i nostri giorni e acquisteremo un cuore saggio», dice il salmista (90,12).

Non di rado l'essere umano viene messo a confronto in maniera repentina con la propria caducità, nel modo peggiore quando la persona che ama di più se ne va. Nessuno, però, è costretto a disperare, se riesce ad aprirsi ad un aiuto che davvero lo consola. Il libro di Freya von Stülpnagel non elargisce soltanto conforto, ma regala a tutti noi quella pace del cuore che sgorga dall'armonia tra caducità ed eternità.

P. Claudius Bals
benedettino di St. Ottilien