

La silla vacía

eduardo sellenave

# La silla vacía



# Capítulo 1

## **La silla vacía**

La exposición masiva de sentimientos, sobre todo si son referidos a la pérdida de un ser querido, es algo a lo que no estoy acostumbrado. ¿Alguien lo está?, si además le sumamos que se haga delante de extraños, mucho menos.

La curiosidad era más fuerte que cualquier prejuicio. La consigna de la reunión por zoom era la proximidad de las fiestas y cómo afrontar “la silla vacía” que representaba la partida de un familiar en estas fechas especiales.

Puntualmente a las 19 hs me conecte. No encendí la cámara. Muchos sí lo hicieron. Quería ver de qué se trataba esa reunión y no sé porque sentía que no quería exponer mi imagen. ¿Por qué quería participar? ¿Qué pretendía encontrar allí? ¿Qué estaba buscando dentro de mi duelo reciente y que seguía tomando formas antojadizas? Algunas de las preguntas en mi cabeza mientras esperábamos que se unieran más participantes a la reunión.

La institución que organizaba esto, eran especialistas en temas referidos a duelo y muerte. Me entere ahí en el momento, porque no había averiguado antes sobre ellos, solo acepte inscribirme en la charla y dejarme sorprender, cosa rara en mí.

Éramos unas cincuenta personas. Sólo dos hombres. No me sorprendió. Esto confirmaba mi mirada de cómo las mujeres tienen un umbral del dolor físico más alto que el hombre y sin duda también se refleja en afrontar el dolor espiritual, en este caso de forma compartida, abierta y expuesta.

Se planteó la consigna, respecto a compartir sensaciones y expectativas ante la llegada de las fiestas y que se trabajaría en grupos pequeños en salas que se habilitaron por cuarenta minutos y aleatoriamente fuimos asignados.

Ya en la sala, la coordinadora nos pidió que prendiéramos la cámara, dado que se compartirían cosas tan personales que es bueno hacer sentir nuestra presencia y que podamos mirarnos. Como en un grupo presencial. Lo hice. Salude con un movimiento de mano. Sonrisa. Me sentía raro. No tenía ganas de hablar.

En esos minutos, algunas se animaron a compartir sus vivencias respecto a sus pérdidas, cuándo habían sucedido y cómo enfrentaban la llegada de la navidad, año nuevo y cómo vivían eso personalmente y en familia. El

rol de los parientes, qué se les dice a los hijos, si se disimula el dolor o no, cómo pesan las ausencias, todo en un marco de emociones expuestas. Lágrimas al principio algo tímidas y luego fluidas. Yo no hablé. Pero mis pensamientos sí me hablaban. Estaba movilizado por ver cómo ese punto de encuentro de almas en pena, sin filtro para las emociones iba convirtiéndose en un grupo donde el dolor unía. Donde no se disimulaba nada y ante personas extrañas que en minutos se convirtieron en cercanas. Me preguntaba qué pasaba con mi dolor. Por dónde estaba fluyendo.

Volvimos a la sala general. Hubo unas palabras a modo de cierre de los coordinadores. Y debo confesar me salí antes del zoom. Algo de ansiedad me invadió y comencé a escribir esto. Estaba algo confundido, incómodo. ¿No debía haber participado? ¿No me debería haber emocionado? ¿Estuve demasiado analítico y no me conecte con mí ser más profundo?

Quizás el paso fue haber participado de algo así. Impensado meses atrás. Escribir la experiencia también es parte de sanar. Alguien podría preguntarme si recomendaría una actividad como esta. Claro. Son variantes que pueden abrir caminos impensados, y que el objetivo final es estar más tranquilos y en paz.

¿La silla vacía? Sí claro. Ahí está.