



General | | Actualitzat el 23/11/2022 a les 08:00

Com parlar de la mort dels avis o d'un familiar proper amb els infants

De la mà de la periodista Isabel Palà, autora del llibre "On s'amaga l'avi?"

[inicicentrareport]"L'única cosa que tenim clara quan **naixem**, és que **morirem**". Tots l'hem sentida i molts l'hem fins i tot verbalitzat en algun moment de la nostra vida. Però que hi hagi **certeses irrefutables** no significa que les tinguem **interioritzades i acceptades**.

De fet, amb la mort, passa una mica això: venim d'una cultura que ens ha creat un **tabú**, segurament per la **incertesa** i el **dolor** que genera. O, en conseqüència, no sabem com **gestionar-la** ni transitar-la.

I si com a **adultes** ja ens costa fer-nos càrrec del nostre propi procés de **dol**, com representa que hem de sustentar, també, el dels nostres **fills i filles**? D'on traiem les **eines** per explicar-los el que durant molt de temps se n'ha dit el "son etern", si no ens n'han donat mai? I si estem tan tocats que els acabem encomanant la **pena**?

Són interrogants que li van aparèixer a la **periodista Isabel Palà** quan, arran de la mort dels seus quatre **avis** (un per any des del 2019), va enfrontar-se a la infinitud de **preguntes innocents i curioses** del seu fill gran, el **Jan**.

A mesura que les anava responent, va néixer-li la necessitat d'immortalitzar tot el que estava aprenent d'aquell **procés d'adeu compartit** amb algú que viu la mort per primer cop.

Així és com va sorgir **On s'amaga l'avi? (Parcir Edicions Selectes)**, un **àlbum il·lustrat** de la mà de **Valentí Gubianas** que busca ser un instrument que ajudi les famílies a transitar el dol però també a saber com **acompanyar** el dels més petits de casa.

Tot plegat, a través d'una breu **guia de consells i eines** que l'autora va cocrear amb la psicòloga **Gemma Calmet**.

[GotaVerdaPle] Amb el conte no hi ha dubte: de la mort se n'ha de parlar amb la canalla.

[GotaVerdaBuit] Sens dubte.

[GotaVerdaPle] Com?

[GotaVerdaBuit] Hem de pensar que cada família té la seva realitat i que hi ha moltes variables a tenir en compte: l'estat d'ànim de cadascú, el caràcter de l'infant, el vincle que hi havia amb la persona que marxa... No obstant això, una cosa que penso que és interessant de fer és explicar-los que, en la majoria de casos, la mort sol venir quan les persones ens fem grans. Això ajuda a no generar-los un estat d'angoixa excessiva.

[GotaVerdaPle] Què més ha après durant aquest temps de dols compartits amb el Jan?

[GotaVerdaBuit] Moltíssimes coses. Per exemple, que com a adults no hem d'amagar les nostres emocions davant dels infants. No podem perdre de vista que som un mirall per a ells, i la gestió emocional que fem en moments difícils també els servirà d'exemple en situacions futures.

De fet, un dels objectius del llibre és advocar per validar els sentiments, vinguin de qui vinguin. És a dir, no passa res si les emocions es materialitzen en un plor; plorar és una eina, un mitjà

d'expressió bo i necessari. I sí! Els pares i mares també plorem; no només és terreny dels infants. És paradoxal perquè la gent adulta reclamem a la canalla que expressi les seves emocions, però, en canvi, reprimim les nostres davant seu...

[GotaVerdaPle] I ells això ho veuen...

[GotaVerdaBuit] No estic descobrint res si dic que els infants comprenen moltes més coses de les que ens pensem. En el terreny perceptiu i emocional, són capaços d'integrar tot allò que passa al seu voltant d'una forma brutal. Això ho he vist claríssim durant aquests processos de dol que hem viscut junts. Tenir el Jan a prop em va servir per abordar les diverses situacions d'una manera molt lliure.



El Jan, el fill gran de la Isabel i artífex del conte Foto: Lars Serra

[GotaVerdaPle] Què vol dir?

[GotaVerdaBuit] Les converses que vaig tenir amb ell (i que van ser la llavor del conte) em van ajudar a respirar la mort d'una altra manera. A explicar-la i explicar-me-la com si m'hi enfrontés per primera vegada. Em van "obligar" a seure i pensar-hi, a posar-hi paraules i a agafar-ne més consciència. Tot plegat, des d'una mirada més pura, tranquil·la i respirada.

[GotaVerdaPle] Quina pau i quina serenor que desprenen, aquestes paraules!

[GotaVerdaBuit] Escriure *On s'amaga l'avi?* ha estat terapèutic, realment. Potser ha estat la meua manera de tancar un cercle: parlar de la mort, que és el final de la vida, amb aquells que tot just comencen a caminar-la. Aquesta realitat se m'ha fet molt palesa durant els darrers anys, hi he pensat més que mai.



El naixement del Jan (que ara té 6 anys) i del Biel (que en té 2) ha coincidit amb la mort dels meus avis, i això ha fet que la dualitat vida-mort m'hagi ressonat amb molta força. La vida arriba com una revolució amb els batecs de qui neix, i això contrasta amb aquells que ens deixen i que tant ens han ensenyat.

[GotaVerdaPle] En la sinopsi, diu que el conte és realista però positiu. Com aconsegueix aquest equilibri?

[GotaVerdaBuit] El que vull amb aquest àlbum il·lustrat és explicar una realitat, que és que la mort és una part del procés de la vida. I que quan un ésser estimat es mor, ja no el tornarem a veure. Això és així. La mort no és reversible. Però d'altra banda, la intenció del conte també és traslladar a l'infant que, encara que aquella persona ja no hi sigui, per aquells que hi hem compartit moments, no acaba marxant mai del tot.

[GotaVerdaPle] Ningú no mor si hi ha algú que el recorda, que diuen.

[GotaVerdaBuit] Exacte! Sempre hi serà en allò que hem viscut: en els nostres espais de records, en les nostres converses, en el que ens va fer feliços plegats... Potser és una idea un xic poètica, però jo hi crec molt. Sense anar més lluny, als meus avis, tot i el dolor de la pèrdua, els sento molt vius en mi.

Recordo algunes converses i consells que em van donar, tinc gravada com era la seva rialla o l'olor que feia casa seva i que encara avui impregna alguns objectes seus que tinc... I això fa que quan hi pensí, no ho faci sempre des del plor i la llàgrima, sinó també des del somriure i la gratitud.