

El llibre *El dol* està editat per Publicacions de l'Abadia de Montserrat

## **El P. Bernabé Dalmau dóna pautes per viure el dol i per saber reaccionar davant de persones que el sofreixen**

**“El dol es pot convertir en repte per a un progrés cada vegada més gran en l'estimació”, assegura l'autor del llibre, que creu que cal “saber ser capaços de passar de sofrents a consoladors dels qui el pateixen”**

Montserrat, desembre de 2016. “El dol és una experiència universal, indefugible. La pitjor conseqüència que envolta l'experiència del dol és la dificultat de viure-la. La conseqüència èticament sana és reaccionar amb compassió. Tothom, un moment o altre, i més aviat diverses vegades a la vida, haurà de passar pel dol. És una experiència única, perquè la relació que tenim és diferent en cada persona, i cada persona és única”. El P. Bernabé Dalmau, monjo de Montserrat, acaba de publicar el llibre ***El dol* (Publicacions de l'Abadia de Montserrat)**, en el qual analitza quines són les situacions que poden provocar dol en nosaltres i la importància de com saber reaccionar davant de persones que el sofreixen.

“L'experiència del dol, a més del dolor de la pèrdua, de la separació d'un ésser estimat, ens remet a una percepció fonamental de la nostra pròpia mortalitat. La mort dels altres ens recorda que també nosaltres hem de morir –assegura el P. Bernabé en el llibre-. Ho sabem, però normalment ho oblidem. Sabem que som mortals, però no integrem aquest coneixement. La distància entre el que és cadascú i la seva pròpia mort desapareix de sobte quan ens trobem davant la mort d'un altre ésser humà, sobretot si l'hem conegut i estimat. És quan ens ve el record brutal que també nosaltres som mortals. Ben mirat, en la forja de la personalitat de cadascú, el dol hi té un paper decisiu”.

En el llibre, el P. Bernabé analitza diverses situacions de dol, com per exemple davant la pèrdua dels pares, la del propi marit o la pròpia muller, la d'un fill, la depressió, el suïcidi, la relació amb els difunts, les etapes del dol, com cercar i trobar ajut, valorar els rituals... per acabar afirmant que “el dol és una malaltia d'amor, i en això rau la seva bellesa”. “El secret per a entomar el dol és aprendre a acompanyar els qui són provats a causa d'un adéu; en altres paraules: saber ser capaços de passar de sofrents del dol a consoladors dels qui el pateixen”, conclou.

**El P. Bernabé Dalmau** (Igualada, 1944) va ingressar a Montserrat el 1960 i va ser ordenat sacerdot el 1972. Va cursar estudis eclesiàstics a Montserrat i a Estrasburg, on es va llicenciar en teologia i en dret canònic. Des del 1986 és director de *Documents d'Església*. Com a traductor també ha format part en les edicions catalanes del *Codi de dret canònic* (1983), del *Catecisme de l'Església catòlica* (1993) i dels *Documents del Concili Vaticà II* (2003). Ha publicat nombrosos llibres de divulgació cristiana.