



CONCEPCIONES SOBRE MUERTE Y DUELO.

Trabajo Final de Grado

Modalidad: Monografía

Estudiante: Katerine Giménez. C.I: 4.673.465-9

Tutora: Mercedes Couso

Revisora: María Ana Folle

Montevideo, Uruguay

Octubre de 2020

Índice

Resumen	2
Introducción	3
Marco Teórico	5
Concepciones sobre muerte - recorrido sociohistórico-cultural	5
¿Qué sucede con la muerte en la actualidad?	10
Concepciones sobre duelo.....	13
Duelo para el Psicoanálisis.....	13
Otras miradas sobre duelo	30
Determinantes que hacen al proceso de duelo	36
El duelo como oportunidad	36
Reflexiones finales	38
Referencias bibliográficas	41

Resumen

El objetivo de este trabajo es abordar la temática de la muerte y el duelo. En el mismo se hará un breve recorrido sobre las diferentes concepciones sobre la muerte a lo largo de la historia, desde la edad media hasta la actualidad, así como también se verá la función de los ritos, como lo son el luto, los ritos funerarios y los rituales religiosos.

Además se expondrán diferentes concepciones sobre el duelo y su proceso, se verán sus posibles manifestaciones, las etapas por las cuales el sujeto transita, así como también las diferentes determinantes que influyen en la elaboración del duelo; por último se rescata el carácter de oportunidad que el duelo tiene, siendo una posibilidad de desarrollo y crecimiento personal.

Palabras Claves: Muerte - Duelo - Oportunidad

Introducción

La presente monografía se enmarca en el Trabajo Final de Grado correspondiente a la Licenciatura en Psicología de la Universidad de la República, se parte de una revisión bibliográfica con el objetivo de sistematizar y problematizar las diferentes concepciones sobre muerte y duelo, se tomarán aportes de la teoría psicoanalítica así como también de otras corrientes y disciplinas.

El interés por la temática nace a partir de mis experiencias de vida, muerte y duelo. Tras el dolor y desconcierto generado por la muerte de seres queridos surgió en mí la necesidad de explorar tanto en la teoría como en mí misma, con la intención de encontrar sentidos y respuestas a lo que estaba sintiendo. Caminando mi proceso descubrí que no era casual sino más bien causal y esta era la oportunidad para crear y crecer personal e intelectualmente.

A continuación y a modo de introducción se comparte el relato de una experiencia de vida en relación a la muerte...

Esa madrugada ella se despertó con el sonido de una llamada, ¿por qué la llamaban a esa hora?, seguro era para darle una noticia pero ¿qué tipo de noticia? Algo no andaba bien, una sensación extraña recorrió su cuerpo y como si algo presintiera atendió el teléfono, del otro lado una de sus hermanas lloraba y repetía: “Coni se fue, ¡que dolor, por qué nos pasa esto! Coni se fue”.

No le queda claro cuánto tiempo pasó, solo recuerda lo que vivió. Sintió cómo cada parte de su cuerpo se rompía, quebraba y fracturaba. Le invadió el dolor y su recuerdo, el enojo, la ira y la tristeza; llantos, gritos y silencios. Todo conviviendo en un mismo momento, se preguntaba una y otra vez ¿por qué? Estaba inestable, paralizada y no podía creer lo que había sucedido.

Coni era el quinto de siete hermanos, ella y él se llevaban seis años. Era joven y con muchas ganas de vivir, o al menos así lo creía ella. Esos hechos

iban y venían en su cabeza: “¡no es justo, ésto no tenía que suceder, no ahora! ¿Podría haberse evitado, se habrá sentido solo?”

Muchas preguntas surgían, casi ninguna con respuesta. Se sentía muy enojada con ella, con él, con los médicos y con la vida misma. Nuevamente la vida le recordaba que en algún momento todos vamos a morir, otra vez le tocaba afrontar una pérdida tan significativa, su partida la interpelaba a todo nivel. No podía dejar de pensar en lo que había sucedido, se manifestaron los recuerdos y las preguntas sin que ella les convocará. Intentaba encontrar explicación al mismo tiempo que sentía ganas de romperlo todo, la pena la conducía indefectiblemente a la rabia y al enojo. La idea de muerte ahora le generaba miedo, temía por su propia muerte y por la de sus seres queridos.

De a poco fue tomando contacto con que Coni ya no volvería y que ella no lo volvería a ver, todo aflora con mucha intensidad y ella se siente agotada, vacía, le duele la cabeza y solo quiere retroceder el tiempo pero sabe que no se puede y que debe aprender a vivir con la ausencia, al menos física de su hermano.

La vida demanda seguir pero ella no tiene ganas ni fuerzas, no encuentra sentidos, sus tiempos son otros y no coinciden con los tiempos de los demás. Le abruma la velocidad con la que la sociedad exige y espera. Sus tiempos son más lentos, cuando lo pudo reconocer se animó a explorar, a ahondar en sí y en su propio proceso.

Algo había que hacer con todo eso...

K.G.

Marco teórico

Concepciones sobre muerte - recorrido sociohistórico-cultural

“El temor a la muerte, no es otra cosa que considerarse sabio sin serlo, ya que es creer saber sobre aquello que no se sabe.

Quizás la muerte sea la mayor bendición del ser humano, nadie lo sabe, y sin embargo todo el mundo le teme como si supiera con absoluta certeza que es el peor de los males”
Sócrates.

Según Ceriani (2001) históricamente el ser humano ha intentado darle sentido a la muerte mediante representaciones y simbologías, las cuales han variado según la época y la cultura; esa búsqueda de sentidos da cuenta de lo angustiante que le resulta al ser la idea de finitud.

La muerte como acontecimiento es una construcción social, atravesada por circunstancias históricas, políticas y económicas propias de cada contexto.

El hombre no sólo es un ser social, sino también un ser histórico, sujeto al cambio y la transformación (de la naturaleza, de la sociedad y de sí mismo). A través de los dos milenios de historia del Occidente cristiano, la visión general del hombre ante la muerte ha variado profundamente y no es azaroso o extraño que así lo sea. Han variado nuestras formas de vida, nuestras costumbres y creencias, nuestra visión del mundo y hasta el sentido del hombre dentro del mismo. (Ceriani, 2001, p.335)

Ceriani (2001) considera que el cambio en la mentalidad de las personas en relación a la muerte es correlativo a otros cambios que la civilización occidental fue transitando, como ser cambios demográficos, tecnológicos, etc.

(...) la especie humana es la única para la cual la muerte está presente durante la vida, la única que representa a la muerte mediante ritos

funerarios y también, la única que cree en una vida posmortem, en la resurrección o en la reencarnación. (Morin citado en Ceriani, 2001, p.326)

La necesidad del ser humano de simbolizar a sus muertos data desde sus orígenes, la ritualización aparece con el Homo Sapiens “que pintaba a sus muertos y los adornaba con objetos. Las momias del antiguo Egipto muestran la necesidad de preservación del cuerpo para el pasaje a la próxima vida. Los mayas enterraban a sus muertos según su clase social (...)” (Bacci, 2003, s/p). Los ritos típicos como lo son el luto, los rituales religiosos o ritos funerarios buscan dar a conocer la pérdida, así como también ayudan al deudo a afrontarla. “El ritual funerario debe tener por función la socialización de la pérdida, hacerla pública y participativa a la comunidad que abandona el difunto” (Allué, 1998, p.75).

Los rituales separan los vivos de los muertos, demarcan, escriben y dan al deudo alguna representación para la angustia; algún marco, algún lugar. Son lo que el Otro Social ofrece al doliente como un piso simbólico ante el desamparo, ante el temblor, ante la catástrofe. (Elmiger, 2017, p.26)

Según Cazenave “El rito funerario regula así a la angustia, aportando una inscripción simbólica sobre el agujero en lo real” (2010, s/p).

El morir es un proceso de separación que afecta tanto al individuo que parte como al grupo que lo pierde. Para Cifuentes (2011) cuando la muerte irrumpe tiene como primer efecto la desorganización tanto individual como social; dirá que la muerte perturba la organización psíquica del sujeto y a su vez desarticula (provisionalmente) los lazos internos de la comunidad. “(...) el rito tiene por objeto la restauración del equilibrio social e individual” (Cifuentes, 2011, s/p).

Elmiger (2017) entiende que

La muerte de un ser querido siempre confrontó al humano con el vacío, con el desamparo. Por esto precisa de la totalidad de lo que cada cultura, grupo o comunidad (lo público) eche a andar para envolver lo real. Cada época o cada sistema de pensamiento designó arquitecturas políticas, legales y míticas que definieron estilos y modos de morir; maneras de juzgar la muerte, al muerto y al deudo. (p.125)

Por su parte Bacci (2003) refiere que desde el siglo VI al XII el concepto de muerte que se manejaba era el de muerte domesticada. Se la consideraba así ya que se daba en el ámbito doméstico, familiar, donde el escenario era la cama. “La gente espera la muerte en la cama, con una aceptación y simplicidad (...) sin dramatismos ni exceso de gestos emotivos” (Ceriani, 2001, p.328). Esa espera vivida sin dramatismos y sin temor da cuenta de cómo era aceptado lo inevitable.

En esa época la muerte se consideraba un acontecimiento familiar, cercano, era vivida como algo natural, aceptada sin temor y sin rechazo. “La muerte se vivía en la ligazón comunitaria y tenía la característica de desplegarse en lo familiar y no ser ajena ni extraña” (Bacci, 2003, s/p). “Pero si la muerte se presentaba de improviso, sin anunciarse, por sorpresa y no había posibilidad de espera socializada se configuraba en marca de maldición” (Bacci, 2003, s/p).

La muerte vivida como una ceremonia pública y organizada “(...) donde el que agoniza es el anfitrión y representa el papel social del moribundo. Su habitación privada, a causa de la muerte esperada, se convierte en lugar público, donde la gente entra y sale en su encuentro social” (Bacci, 2003, s/p). “La muerte de todos y cada uno era un acontecimiento público que emocionaba (...) a la sociedad entera: no era solo un individuo el que desaparecía, sino la sociedad la que había sido alcanzada y que necesitaba cicatrizar” (Ariés, 1983, p.465).

Para los siglos XIII y XIV esa perspectiva y actitud ante la muerte se fue reconfigurando, “(...) a partir de entonces comenzaron a manifestarse sutiles modificaciones (...) que habrán de conferir un significado dramático y personal a la tradicional familiaridad que imperaba entre el hombre y la muerte” (Ceriani, 2001, p.329).

En esa misma línea Bacci (2003) manifiesta que a partir del siglo XII hasta finales del siglo XVI la muerte pasó a ocupar otro lugar. A esa época se la denominó la época de la muerte propia, “donde se produce la concientización de que la muerte implica el final de la vida y la descomposición biológica” (Bacci, 2003, s/p). Ahora el hombre toma conciencia de sí mismo, se percibe terrenal, biográfico y sufriente, comprende que tarde o temprano va a morir, es consciente de su finitud. Es a partir de la muerte de los otros que las personas adquieren mayor conciencia de sí mismas.

A partir del siglo XVII el fenómeno de la muerte pasa a la órbita institucional y cobra un sentido religioso, “El cuerpo del muerto ya no es expuesto a la mirada en el escenario de lo familiar y se disimula con el ceremonial y el ritual eclesiástico” (Bacci, 2003, s/p).

En el siglo XVIII la sociedad occidental inicia una transformación en desarrollo de conocimiento médico con consecuencias en las concepciones de salud y enfermedad. El desarrollo y avance en el ámbito científico-médico construyó un nuevo sujeto con nuevas formas y actitudes frente a la muerte. (Bacci, 2003)

(...) los avances del conocimiento y la tecnología médica junto a mejoras –en mayor o menor medida– en la calidad de vida expandieron la esperanza de vida; en consecuencia y ligado a otras variables, fueron “desfamiliarizando” nuestras actitudes ante la muerte. (Ceriani, 2001, p.329)

Este fenómeno ya no es un problema religioso sino que pasa a ser un problema médico. “La muerte pasa a ser ahora un fenómeno técnico, obtenido por una interrupción de asistencias, es decir, de manera más o menos explícita, por una decisión del médico y del equipo clínico” (Ceriani, 2001, p.331).

“La regulación médica sobre la vida y la muerte decantará en el modelo médico hegemónico de la sociedad occidental y se llevará a cabo hasta las primeras décadas del siglo XIX” (Bacci, 2003, s/p). En esta época se produce una nueva forma de vinculación con la muerte, denominada “muerte invertida” donde se desintegra la ritualidad familiar y la muerte se rechaza. “Durante la segunda mitad del siglo XIX, de forma bastante general, la muerte deja de seguir siendo vista como bella, se subrayan incluso sus aspectos repugnantes” (Ariés, 1983, p.472). Los rituales se han minimizado, las señales públicas que acompañaban a la muerte se han invertido “Ya nada señala en la ciudad que ha pasado algo” (Ariés, 1983, p.466), los duelos devienen más discretos e íntimos, privados y disimulados. “De las sociedades salvajes a las sociedades modernas, la evolución es irreversible: poco a poco los muertos dejan de existir” (Baudrillard, 1980, p.145).

Descubrir que la muerte se aproxima siempre fue un momento doloroso y tal vez desagradable para las personas, pero como plantea Ariés (1983) se

aprendía a superarlo. A mediados del siglo XIX sucede un cambio esencial entre el moribundo y su entorno, esta relación se invierte dejando al enfermo bajo la dependencia total de su entorno, quien tiene como deber mantener al moribundo en la ignorancia de su estado. Se vuelve difícil y doloroso transmitirle a la persona que su muerte se avecina, esa dificultad va a generar un encubrimiento de la muerte por parte de los familiares y de los médicos. Poco a poco la muerte es empujada a la clandestinidad, se tapa y niega, cambia su sentido.

Aries sostiene que es en siglo XX donde se vino a dar

la prohibición del duelo y de todo lo que en la vida pública recuerda a la muerte, al menos la muerte considerada como normal, es decir, no violenta. La imagen de la muerte se contrae como el diafragma de un objetivo fotográfico que se cierra. (citado en Allouch, 2011, p.448)

Se ha formado una nueva imagen de la muerte, fea y oculta; se oculta por considerarse fea y sucia, se vuelve indecente e inconveniente. La misma se desplaza al hospital, lugar considerado indicado para que la persona pase sus últimos días. (Ariés, 1983)

“La habitación del moribundo ha pasado de la casa al hospital” (Ariés, 1983, p.474).

Ya no se muere en casa, junto a parientes y allegados, ahora se muere en el hospital y generalmente a solas. La gente muere en el hospital porque evidentemente este sitio garantiza unos cuidados ya imposibles de prestar en casa. Pero conjuntamente a esta ineludible función curativa, el hospital se transformará, poco a poco, en el sitio privilegiado –y socialmente aceptado– para morir. (Ceriani, 2001, p.331)

La muerte se ha profesionalizado, se ha convertido en un acto sanitario, controlado por los hospitales y por las empresas fúnebres. La misma se convirtió en un asunto higiénico, “Esterilizar la muerte a cualquier precio, vitrificarla, refrigerarla, climatizarla, maquillarla, «señalarla», acosarla con el mismo encarnizamiento que al mugre, al sexo, al deshecho bacteriológico o radioactivo. Make-up de la muerte” (Baudrillard, 1980, p.212).

La muerte ya no es aceptada y pública como en siglos anteriores, ésta pasó a ser un asunto individual, que se niega y se intenta postergar a toda costa.

¿Qué sucede con la muerte en la actualidad?

Hoy se es parte de una cultura llena de excesos, atravesada por un paradigma que se caracteriza por el avance científico-tecnológico, por la circulación veloz de la información y por la necesidad de consumo, tornándose este extremo y compulsivo. Los avances en el ámbito médico pretenden eliminar el sufrimiento humano, la sociedad y el individuo se sienten poco preparados para admitir el sufrimiento y el dolor, es por esa razón que hoy se considera como buena muerte aquella que se da de forma rápida, sin dolor e inconsciente, cosa impensable en otro momento de la historia donde si la muerte se daba de esa manera se la consideraba una maldición.

El dolor resulta intolerable, no sólo ante la muerte sino también en el curso de la vida misma, a lo largo de la existencia como plantea Tizón (2007) se sufren pérdidas, traumas, conflictos y estos son inseparables de la vida, no hay vida sin sufrimiento, sin ansiedad, sin dolor pero como este resulta intolerable constantemente se buscan métodos que alivien o desaparezca dicho sufrimiento. “la medicina moderna se ha convertido en una especie de profeta que ofrece una vida sin dolor” (Kübler-Ross, 1997, p.3).

La sociedad hoy pone mucho énfasis en los aspectos vitales y en la juventud, por lo tanto la actitud ante la muerte es de rechazo. La consciencia de muerte genera angustia y ansiedad en las personas, tal vez porque el sistema capitalista (del que se es parte) fomenta la ilusión de vivir muchos años, alimentando la negación de la muerte. Una de las características que predomina en esta época es no permitir que la vida social se vea interrumpida por la muerte, “ni siquiera un instante” (Ceriani, 2001, p.334). Baudrillard agrega que “El bienestar prohíbe toda referencia a la muerte” (1980, p.215).

Frente a esta imposibilidad de pensar y hablar de la muerte (propia y/o ajena) el hombre en su cotidianidad se ha encargado de producir, crear e inventar cosas con el fin de aumentar la esperanza de vida y así escapar de dicha muerte. Se buscan soluciones científicas, quirúrgicas y de cosmética para eludir el hecho. “La muerte es el inexorable destino de todo ser. Una realidad

desconocida a la que cada una de las civilizaciones se ha enfrentado inventando formas felices, tristes o indiferentes de coronar sus vidas” (Caycedo, 2007, p.333).

Como se planteó en líneas anteriores la muerte se ha profesionalizado, esta profesionalización produce una negación de la misma, “negada (conscientemente) y de-negada (inconscientemente)” (Tizón, 2007, p.375).

“Tal vez no negamos abiertamente que hemos de morir, lo cual supondría disfunción cognitiva o delirio agudo, pero sí podemos vivir y, de hecho, vivimos como si no fuera con nosotros, como si no fuéramos a morir” (Tizón, 2007, p.382). La muerte resulta la mayor amenaza para el individuo, pensar en su propio fin le significa dar cuenta de que hay algo que puede hacerle desaparecer. En esta ilusoria denegación de la muerte colaboran tanto la cultura como la sociedad, a veces no se trata de una negación racional sino más bien emocional, actitudinal.

Tizón (2007) dirá que el miedo a la muerte deriva de percibir a la misma como una entidad concreta, definida, ella viene por ti, es alguien que puede hacerte daño, mejor no nombrarla para no llamarla. Se teme y atormenta el cómo y el cuándo ocurrirá, así como también el qué pasará después de la misma.

Y si bien la muerte es incierta ya que no se sabe cómo ni cuándo ocurrirá sí es seguro que se producirá, la misma es la culminación prevista de toda vida, es el destino inevitable de todo ser humano. (Oviedo, Parra, Marquina, 2009)

(...) es universal y nadie escapa de ella, sin embargo cada cultura la ha vivido y la ha asumido de diferentes formas, puede sobrevenir de manera repentina o gradual, es decir, su llegada puede preverse o ser en un momento determinado. El proceso de la muerte no se ha modificado, pero las actitudes, las creencias y las conductas que lo rodean son tan variadas como los individuos que la practican. (Oviedo et al, 2009, p.2)

“El miedo a la muerte, la muerte vivida como objeto persecutorio tiene que ver con cómo se ha ido configurando en nuestra mente ese objeto interno y, además, con el predominio de la ansiedad persecutoria en esas vivencias” (Tizón, 2007, p.381).

la ansiedad que acompaña a la muerte, de tipo persecutorio y confusional entremezclado, o persecutorio dominante, lleva a la de-negación de la muerte: Es la muerte negada (...) o, al menos, disociada, escindida de nuestras vivencias cotidianas durante meses y años. Intentamos eludir la vivencia y el conocimiento de la muerte como si no fuera con nosotros, como si no fuera a pasarnos nunca. (Tizón, 2007, p.382)

Hacerle frente a la muerte no resulta fácil, quizás porque el ser se ha encargado de no hablar de la misma, volviéndola un tema tabú, obscuro y molesto, del que nadie quiere oír. Se evita hablar de los tabúes así como de las experiencias desagradables (Caycedo, 2007).

la sociedad no soporta ya la vista de las cosas de la muerte (...) ni la del cuerpo del muerto ni la de los parientes que lo lloran. El superviviente queda aplastado por tanto entre el peso de su pena y el de la prohibición de la sociedad. (Aries citado en Allouch, 2011, p.60)

Baudrillard (1980) dirá que en un momento anterior de la historia la muerte era revelada y reconocida, por otro lado la sexualidad era reprimida y prohibida; por el contrario hoy “La sociedad, «al liberar» la sexualidad, la reemplaza progresivamente por la muerte en función de rito secreto y de prohibición fundamental” (Baudrillard, 1980, p.217).

Con la exclusión de la muerte también se excluye y rechaza el duelo. “El duelo en la actualidad es una «enfermedad insoportable» de la que hay que curarse cuanto antes y se demandan terapéuticas para dominar o eliminar el dolor producido por la muerte” (Bacci, 2014, p.34).

Hay que reponerse cuanto antes para poder seguir funcionando “normalmente”; Las personas se encuentran sin herramientas afectivas para darle sentido a la muerte, las expresiones públicas de luto se han visto disminuidas y los rituales están relegados, a su vez Bacci (2014) plantea que a la falta de ritos se le suma la ausencia de palabras por parte del deudo para expresar su dolor. Ocurre que el lugar de la palabra es ocupado por el síntoma, la depresión y la medicalización justamente por la disminución de los mecanismos sociales de luto, que como se ha mencionado, funcionan como regulador de la crisis que despierta la muerte de un ser querido, los mismos

buscan resguardar al deudo de experiencias que podrían resultar autodestructivas. (Ceriani, 2001)

Allué (1998) expresa que con la prohibición de la palabra y la falta de rituales se redujeron los contextos sociales donde poder manifestar el sufrimiento, cosa que repercute negativamente en la tramitación del duelo ya que como plantea Cazenave (2010) “Los ritos funerarios son consustanciales al trabajo de duelo siendo una de las condiciones de su posibilidad. Allí donde se impiden no puede operar el trabajo del duelo, se interrumpe” (s/p).

Elmiger (2010) sostiene que en la vida contemporánea existe una banalización del duelar, cuestión que genera en el sujeto una escasez de recursos simbólicos e imaginarios, recursos que le serían de gran utilidad para envolver el trauma que produce la muerte de un ser querido.

En esta era se oculta lo que antiguamente se exponía. “La función del público se ha convertido en prohibir toda manifestación pública del duelo” (Allouch, 2011, p.139). Hoy se considera como buen duelo aquel “que no se manifiesta, que se mantiene solapado y que especialmente no interrumpe o busca no interrumpir la vida social del deudo” (Ceriani, 2001, p.334).

Concepciones sobre duelo

Duelo para el Psicoanálisis

En este capítulo se tomarán los aportes de diferentes autores de corte psicoanalítico para comprender el concepto y la dinámica del proceso, algunos de ellos considerados clásicos y otros más bien contemporáneos.

Freud en su escrito “Duelo y melancolía” publicado en 1917 entiende que “El duelo, es por regla general, la reacción frente a la pérdida de una persona amada o de una abstracción que haga sus veces, como la patria, la libertad, un ideal, etc.” (Freud, 1917, p.241).

En consideración de Freud el duelo no solo se pondrá en marcha luego de la pérdida/muerte de un ser querido, sino que también se pondrá en marcha a partir de pérdidas sustanciales/significativas para una persona, como ser un objeto particular o una abstracción, esas pérdidas que si bien no son tangibles

(como los ideales) enfrentan al sujeto a la falta. Queda claro aquí que se hace duelo por aquello que se considera perdido, como proponen Mejía y Fernandez (2012) para que una persona o un objeto cobre estatuto de perdido previamente debió ser una presencia “es decir, si tenía un lugar en el mundo subjetivo. Por tanto, no se hace duelo por aquello que no significa nada. El duelo, entonces, implica que algo falta, algo que encarnaba un valor particular” (p.1). Según Freud para que exista duelo es necesario que el sujeto haya incorporado al objeto, una vez el objeto se asunte/desaparezca el sujeto deberá ir desinvistiendo gradualmente las representaciones que se encontraban anudadas al mismo.

La teoría freudiana considera al duelo como un proceso normal, que será superado naturalmente luego de un tiempo, luego de un trabajo de elaboración psíquica, “trabajo de duelo”. Ahora bien ¿en qué consiste el trabajo que el duelo opera?

El examen de realidad ha mostrado que el objeto amado ya no existe más, y de él emana ahora la exhortación de quitar toda la libido de sus enlaces con ese objeto. A ello se opone una comprensible renuncia; (...) el hombre no abandona de buen grado una posición libidinal, ni aun cuando su sustituto ya asoma. Esa renuncia puede alcanzar tal intensidad que produzca un extrañamiento de la realidad y una retención del objeto por vía de una psicosis alucinatoria de deseo. Lo normal es que prevalezca el acatamiento a la realidad. Pero la orden que está imparte no puede cumplirse enseguida. (Freud, 1917, p.242)

Como propone Freud el proceso se inicia con el examen de realidad que muestra que el objeto amado ya no existe, ahora es necesario quitar toda libido depositada en él; el examen de realidad es quien dicta el veredicto de que la persona/objeto amado ha desaparecido, exhortando al yo a quitar todos los enlaces libidinales con ese objeto.

Freud introduce la expresión “trabajo de duelo” y la usa como se plantea líneas más arriba para describir la reacción de un sujeto a una pérdida significativa, ya sea real o simbólica. Con el término trabajo propone que el mismo es un trabajo psíquico, interior, que tiene una tarea específica, desligar al deudo del objeto perdido, quitar la libido de ese objeto y desplazarla a uno nuevo. “El duelo tiene una tarea psíquica bien precisa que cumplir; está

destinado a desasir del muerto los recuerdos y expectativas del supérstite” (Freud citado en Elmirger, 2017, p.43).

Anteriormente se hizo referencia a que el sujeto no abandona de buen grado una posición libidinal, hay resistencias por parte de la persona a abandonar el objeto. “Esta situación no es aceptada de manera inmediata fácilmente por el sujeto. Se lleva a cabo, luego de un tiempo, con mucho esfuerzo por parte de quien debe tramitar la pérdida” (Bacci, 2017, p.52). Esas resistencias hacen que el trabajo de duelo se torne un proceso lento y doloroso, que se “ejecuta pieza por pieza con un gran gasto de tiempo y de energía de investidura, y entretanto la existencia del objeto perdido continúa en lo psíquico” (Freud, 1917, p.242,243). La lentitud del proceso “tiene que ver con la importancia y los múltiples lazos que el yo ha tenido con el objeto (múltiples representaciones singulares o huellas mnémicas inconscientes) y que ante su ausencia se ve obligado a desanudar” (Miramón y Barna citado en Ruda y Argumedo, 2008, p.6).

Es decir que la existencia del objeto persiste en el psiquismo del doliente mientras se realiza el trabajo de duelo, donde lentamente “cada uno de los recuerdos y cada una de las expectativas en que la libido se anudaba al objeto son clausurados, sobreinvertidos y en ellos se consuma el desasimiento de la libido” (Freud, 1917, p.243).

Singer (1999) opina que

La libido permanece ligada al objeto perdido en cada uno de sus recuerdos, hasta que la realidad se impone, el yo termina por aceptar que el objeto no existe más, y escoge permanecer vivo y romper su lazo con el objeto muerto. Esta ruptura es lenta y progresiva, y el duelo concluye cuando el yo puede renunciar al objeto declarándolo muerto. (p.131)

Freud sostiene que “se necesita tiempo para ejecutar detalle por detalle la orden que dimana del examen de realidad; y cumplido ese trabajo, el yo ha liberado su libido del objeto perdido” (Freud, 1917, p.250). Una vez se realiza el trabajo de duelo, el yo regresa otra vez a ser libre y desinhibido. Pasado cierto tiempo el duelo “(...) desaparece sin dejar tras sí graves secuelas registrables” (Freud, 1917, p.250).

El psicoanalista plantea que durante el trabajo de duelo se produce un angostamiento e inhibición del yo debido a la entrega total al duelo, "(...) que nada deja para otros propósitos y otros intereses" (Freud, 1919, p.242). Establece que en el duelo se produce

Una desazón profundamente dolida, la pérdida del interés por el mundo exterior –en todo lo que no recuerde al muerto-, la pérdida de la capacidad de escoger algún nuevo objeto de amor –en reemplazo, se diría, del llorado-, el extrañamiento respecto de cualquier trabajo productivo que no tenga relación con la memoria del muerto. (Freud, 1917, p.242)

Estos rasgos para Freud son compartidos con la melancolía a excepción de uno, "en todo lo demás es lo mismo" (Freud, 1917, p.242). En la melancolía se produce según el autor "un enorme empobrecimiento del yo" (Freud, 1917, p.243), una rebaja del sentimiento de sí, del sentimiento yoico. Dirá que "En el duelo, el mundo se ha hecho pobre y vacío; en la melancolía, eso ocurre al yo mismo" (Freud, 1917, p.243). Esa rebaja del sentimiento de sí se exterioriza a través de autoreproches y autodenigraciones, el propio yo se denigra, se castiga.

Sucede en la melancolía que "(...) la libido libre no se desplazó a otro objeto sino que se retiró sobre el yo. Pero ahí no encontró un uso cualquiera, sino que sirvió para establecer una identificación del yo con el objeto resignado. La sombra del objeto cayó sobre el yo" (Freud, 1917, p.246). Al retirarse sobre el yo esa energía libidinal, se produjo una identificación narcisista con el objeto perdido, además agrega que el sujeto melancólico pierde una parte de sí con la pérdida del objeto amado. "(...) él ha sufrido una pérdida en el objeto; pero de sus declaraciones surge una pérdida en su yo" (Freud, 1917, p.245).

El psicoanalista Luis Juri (2006) propone que para el modelo freudiano

el desenlace normal o patológico del duelo es algo que se determina dentro del aparato mental. La libido "sobreinvierte" ciertas representaciones, las "desinvierte", "desplaza" sus catexias a un nuevo objeto o queda "fijada" en el objeto perdido. El destino del duelo dependería de los "itinerarios intrapsíquicos de la libido". El resultado normal es el desplazamiento de la libido hacia un objeto nuevo; en un resultado patológico la libido se desplaza desde la investidura de objeto hacia el narcisismo. (s/p)

Gorer citado por Allouch (2011) sugiere que Freud no aspiraba a comprender el duelo, además agrega de que en sus escritos no hay ni una palabra que de cuenta (por ejemplo) sobre la función del rito fúnebre, inaugurando así la “tendencia a escribir como si la persona de duelo estuviera completamente sola, sin otra preocupación en la vida que acostumbrarse a su aflicción y elaborar su duelo” (p.54).

Gorer prosigue y sostiene que

(...) esa imagen del enlutado solitario, solo con su dolor, parece resultar de una notable simplificación. Por supuesto, la aflicción es una experiencia psíquica personal y el trabajo del duelo una cuestión psicológica. Pero sostengo que el trabajo del duelo es favorecido u obstaculizado y su evolución se ve facilitada o se torna peligrosa de acuerdo a la manera en que la sociedad en general trata a quien está de duelo (...). (citado en Allouch, 2011, p.54)

Tanto este autor (Gorer) como otros le reprochan a esta versión psicoanalítica del duelo el haber pasado por alto la función social, la función del ritual y del público en la realización del duelo.

Por otro lado Melanie Klein toma las conceptualizaciones de Freud y las complejiza, al igual que él considera que el juicio de la realidad es el método más importante para vencer los estados de duelo. Asimismo hay quienes sostienen que la función de la prueba de realidad será distinta a la asignada por Freud.

Para Freud la “prueba de realidad” consiste en ir al mundo para comprobar ahí la inexistencia del objeto, se trata de un juicio de existencia. Para Melanie Klein, en cambio, la prueba de realidad tiene otra función, que se comprende a partir de que ella plantea una correlación entre el mundo interior y el mundo externo. (Hernández citado en Ruda y Argumedo, 2008, p.22)

Buscando contribuir a una mayor comprensión del tema Klein establece una relación entre duelo normal y los procesos mentales tempranos, sugiere que los duelos posteriores revivirán los primeros duelos. Expresa que, tanto en el duelo

normal, como en el patológico o en los estados maníaco-depresivos se reactiva la posición depresiva infantil; “cualquier dolor causado por experiencias dolorosas, cualquiera sea su naturaleza, tiene algo de común con el duelo y reactiva la posición depresiva infantil” (Klein, 1940, s/p).

Creo que el niño pasa por estados mentales comparables al duelo del adulto y que son estos tempranos duelos los que se reviven posteriormente en la vida, cuando se experimenta algo penoso. El método más importante para que el niño venza estos estados de duelo es, desde mi punto de vista, el juicio de realidad. Este proceso es, tal como Freud lo señaló, parte del trabajo de duelo. (Klein, 1940, s/p)

Klein (1940) sostiene que el niño/a experimenta sentimientos depresivos que llegan a su culminación antes, durante y después del destete, a ese estado mental le llama “posición depresiva”, considera que esta posición es central para el desarrollo del niño, siendo una parte importante en el proceso de organización e integración. “La evolución normal del individuo y de su capacidad de amor parecen basarse ampliamente en el grado en el cual el yo temprano logró elaborar y superar esa posición decisiva” (Klein citado en Bacci, 2017, p.54).

Con la idea de posición, tanto esquizo-paranoide como depresiva nos da la pauta de que es posible volver a ellas en cualquier momento de la vida, siendo esto central en esta teoría. “El concepto de «posición» va a indicar que las características (ansiedad, angustia, mecanismos de defensa) propias de la etapa que se vivió podrán reaparecer en cualquier momento de la vida, en función de las circunstancias” (Bacci, 2017, p.54).

Para la autora, en la vida del lactante, la posición depresiva es antecedida por la esquizoparanoide. Aquí, debido a la posibilidad que le otorga el estatus de objeto parcial y a los mecanismos de escisión propios de esta posición, la gratificación del pecho constituirá a este como objeto bueno y amado y la frustración como objeto malo, persecutorio y odiado. (...) Será en la sucesión de la posición paranoide a la depresiva donde el yo realizará el paso que dará lugar a la transformación del objeto parcial en total. Esto implicará que la posición depresiva infantil se desarrollará en un

niño con un yo en camino de la integración, donde se constituirán los objetos como totales. (Bacci, 2017, p.54,55)

El objeto de duelo será el pecho de la madre y todo lo que significa para él, amor, seguridad, bondad; el niño/a se considera a sí mismo/a responsable de la pérdida y cree que la misma se produce por “su incontrolable voracidad y de sus propias fantasías e impulsos destructivos contra la madre” (Klein, 1940, s/p). Sucede que los objetos amados son atacados en la fantasía y su posible pérdida es vivida por el niño/a con preocupación, dolor, culpa y gran temor, la posición depresiva es justamente esa preocupación que surge a partir de la posibilidad de haber dañado el objeto y en consecuencia perderlo, “la posición depresiva, es (...) la fuente más profunda de los conflictos dolorosos en la situación edípica, así como las relaciones de todo niño con su medio ambiente en general” (Klein, 1940, s/p). “El yo está conducido por ansiedades depresivas” (Klein, 1940, s/p) esas ansiedades depresivas expresan el temor de destruir tanto al yo como a los objetos amados. Siguiendo esta línea la psicoanalista manifiesta que en el duelo, la pena del sujeto por la pérdida real de la persona amada es en gran medida aumentada por esas fantasías inconscientes de haber perdido también los objetos “buenos” internalizados, sentir que predominan los objetos internos “malos” genera el peligro de que su mundo interno se desgarre. (Klein, 1940)

Klein considera que tanto las personas, como las cosas y las situaciones experimentan un proceso de internalización, primero la madre, después el padre y luego otras personas cercanas. El niño/a al incorporar estas figuras (padres, hermanos, etc.) los sentirá vivos dentro de sí, “Ellas son, en su mente, objetos internos”(Klein, 1940, s/p).

Propone que el mundo interno del niño/a es construido por las experiencias reales, experiencias del mundo exterior. Por ejemplo en la mente del niño/a “la madre “interna” está ligada a la “externa” de la que es un “doble” (...) Cuando las situaciones externas se internalizan (...) siguen este mismo patrón; se hacen dobles de las situaciones reales y son luego alteradas por las mismas razones” (Klein, 1940, s/p) aunque como dice la autora, lo que se internaliza se ve transformado justamente por ese proceso y su imagen está “influida por sus fantasías y por los estímulos y experiencias internas de toda clase” (Klein, 1940, s/p). Todos los objetos internalizados que no pueden ser verificados son de gran

importancia para el mundo interno de naturaleza fantaseada, entiende que para el niño/a las incertidumbres y las ansiedades funcionan como incentivo para seguir observando y conociendo los objetos del mundo externo, esto le generará al niño/a seguridad sobre los objetos, además le permite conocer su propio mundo interno ya que este surge de la internalización de las experiencias externas. Por otra parte también dirá que “una cierta cantidad de acontecimientos displacenteros son importantes en el juicio de realidad” (Klein, 1940, s/p), ya que una vez que el niño/a logra vencerlas sentirá que puede preservar a sus objetos y el amor de estos. Las alegrías que vive el niño/a con su madre, se presentan como pruebas de que dentro y fuera de su cuerpo, aquellos objetos amados no están perjudicados y además no se transformarán en personas vengativas.

El aumento de amor y confianza y la disminución de los temores a través de las experiencias felices, ayuda al niño paso a paso a vencer su depresión y sentimiento de pérdida (duelo). (...) Al ser amado y a través de la alegría y comodidad que experimenta en relación con el mundo, se fortalece su confianza en su propia bondad, así como en la de las personas que lo rodean, aumenta su esperanza de que los objetos buenos y su propio yo puedan salvarse y preservarse, y disminuye al mismo tiempo su ambivalencia y sus temores a la destrucción del mundo interno. Las experiencias desagradables y la falta de experiencias gratas, en el niño pequeño, especialmente la falta de alegría y contacto íntimo con los seres amados aumenta la ambivalencia, disminuye la confianza y la esperanza y confirma sus ansiedades sobre la aniquilación interna y la persecución externa; además, lentifica y a veces detiene permanentemente el proceso beneficioso a través del cual, a la larga, se logra una seguridad interior. (Klein, 1940, s/p)

Solo obteniendo confianza en los objetos externos y en múltiples valores el sujeto en duelo podrá ser capaz de “fortalecer su confianza en la persona amada perdida. Solo así puede aceptar que el objeto no fuera perfecto, solo así puede no perder la confianza y la fe en él, ni temer su venganza” (Klein, 1940, s/p).

“Mediante la reparación e identificación con el objeto de amor se produce la mitigación del odio por el amor, disminuyendo el temor de haber destruido el

objeto en el pasado o de destruirlo en el futuro” (Klein citado en Bacci, 2017, p.55).

A través de cada experiencia el niño/a va adquiriendo conocimientos, los cuales se ajustan a la realidad psíquica de él, la cual está gradualmente influida por el conocimiento de la realidad exterior. Paralelamente, los objetos buenos internos se establecen cada vez más firmes y serán utilizados por su yo como medio para vencer la posición depresiva.

Juri acerca de la teoría kleiniana propone que

El duelo será normal o patológico - junto con el juicio de realidad que vence la omnipotencia - por la capacidad del sujeto de introyectar un objeto bueno. En la medida que el bebé va entrando en la posición depresiva y restaura el objeto interno destruido por su agresividad, va instalando el “objeto bueno” con el que se irá identificando. De la posibilidad de instaurar el objeto bueno depende el buen desenlace del duelo; de su imposibilidad nacen los cuadros psicopatológicos. Según Klein quien no ha vencido la Posición Depresiva en los primeros meses de vida estableciendo objetos buenos internos, fracasará en el trabajo de duelo en la adultez. (Juri, 2006, s/p)

Klein (1940) manifiesta que en el duelo el sujeto luchará en su inconsciente al igual que el niño que pasa a través de la posición depresiva por restablecer y reintegrar su mundo interno. Esta reconstrucción del mundo interno es quien dará la pauta del éxito de la labor de duelo. “La reconstrucción del orden logrado en la infancia con la estabilización de los objetos internos, luego de la reactivación del caos, implica la superación del duelo” (Bacci, 2017, p.56).

Sabemos que en el sujeto en duelo, la pérdida de la persona amada lo conduce hacia un impulso de reinstalar en el yo este objeto amado perdido (Freud y Abraham). (...) no solamente acoge dentro de sí a la persona que ha perdido (la reincorpora), sino que también reinstala sus objetos buenos internalizados (en última instancia sus padres amados), que se hicieron parte de su mundo interno desde las fases tempranas de su desarrollo en adelante. Siempre que se experimenta la pérdida de la persona amada,

esta experiencia conduce a la sensación de estar destruido. (Klein, 1940, s/p)

La autora sostiene que el sujeto en duelo es un enfermo, pero no se le llama enfermedad al duelo ya que se lo considera un estado mental común y natural. “(...) el sujeto en duelo atraviesa por un estado maniaco-depresivo modificado y transitorio, y lo vence, repitiendo en diferentes circunstancias y por diferentes manifestaciones los procesos por los que atraviesa el niño en su desarrollo temprano” (Klein, 1940, s/p).

Entonces “Toda pérdida posterior va a reactivar la culpa y la angustia infantil de la posición depresiva, así como los mecanismos reparatorios puestos en juego para la elaboración de la pérdida” (Bacci, 2017, p.55). Las características de como el sujeto en la adultez transita y supera el duelo “dependerán de cómo el niño haya procesado las pérdidas de esta posición, de la confrontación entre sus objetos internos y externos y de cómo se elabore la relación entre ellos, mediatizada por la fantasía inconsciente” (Bacci, 2017, p.55).

En su teoría Klein agrega el carácter positivo, productivo y creativo del duelo, afirmando que cuando

el dolor se experimenta con toda intensidad y la desesperación alcanza su punto culminante, surge el amor por el objeto, y el sujeto en duelo siente más poderosamente que la vida interna y la externa seguirán existiendo a pesar de todo, y que el objeto amado perdido puede ser conservado internamente. En esta etapa del duelo el sufrimiento puede hacerse productivo. Sabemos que experiencias dolorosas de toda clase estimulan a veces las sublimaciones, o aun revelan nuevos dones en algunas personas. (1940, s/p)

“No hablamos aquí de sustitución sino de reparación y creatividad en la modificación obligada del mundo interno y externo que acarrea el procesamiento de la pérdida” (Bacci, 2017, p.56).

Del Valle siguiendo esta línea, plantea que “El trabajo de duelo consiste por tanto en la reinstalación del objeto perdido en el mundo interno pues elaborar el

duelo significa más que olvidar y enterrar a los muertos, recordarlos y repararlos” (citado en Ruda y Argumedo, 2008, p.18).

Por su parte Jean Allouch (2011) en su libro “Erótica del duelo en tiempo de la muerte seca” hara algunas criticas a la teoría freudiana, en principio dirá que Freud no escribió el artículo “Duelo y melncolia” para establecer una versión psicoanalítica del duelo sino que basándose en una versión no crítica del mismo, pretendió comprender la melancolía. También va a cuestionar varias de las nociones que maneja Freud en su teoría, como ser “trabajo de duelo”, “sustitución de objeto” y “prueba de realidad”, además de no concibir al duelo como una afeccion normal.

A diferencia de Freud, Allouch considera que “el duelo es patología, y no normalidad. Al mismo tiempo, estima que una clínica del duelo apunta más al reconocimiento de una pluralidad de duelos y a su red diferencial, que a la búsqueda de una normativa generalizadora” (Singer, 1999, p.131).

Allouch (2011) dirá que las primeras palabras que salen de la mente y de la boca de la persona que está de duelo cuando se entera de la noticia es “¡No es verdad!” (p.73). Para él esa frase introduce al sujeto en su estatuto de enlutado, dando cuenta de que la realidad para quien está de duelo ya no puede constituir una prueba debido a que en el duelo “la realidad como tal se halla puesta a prueba (...) en la experiencia del duelo, la realidad ya no le sirve de pantalla a algo real” (Allouch, 2011, p.74). Expresa que en el duelo el reconocimiento de la inexistencia del ser querido que murió no se da al comienzo del duelo, ya que la pérdida no puede ser admitida, si es que esto sucede en algún momento sería al final del duelo, no basta con ser un cadáver y ser enterrado o quemado para ser inexistente en la realidad.

El autor refiere a que uno de los rasgos esenciales de la versión freudiana de duelo es la de objeto sustitutivo, “Si los objetos son destruidos o si los perdemos, nuestra capacidad de amor (libido) queda libre de nuevo. Puede tomar otros objetos como sustitutos o volver temporariamente al yo” (Freud citado en Bacci, 2017, p.53). Esta teoría entiende que “la finalización del duelo supone la sustitución del objeto amado perdido por un nuevo objeto” (Bacci, 2017, p.53).

El nuevo “objeto de amor” es planteado por Freud como el “reemplazo” del objeto perdido, solo la reinvestidura de dicho objeto probará para la teoría freudiana que el duelo se ha efectuado. “un quite de la libido de ese objeto [perdido] y su desplazamiento a uno nuevo” (Allouch, 2011, p.128).

Allouch considera la sustitución de objeto propuesta por Freud una versión romántica del duelo ya que “les promete a todos la felicidad de un nuevo encuentro con su objeto, no en la vaguedad de alguna especie de lugar extra-terrestre más o menos espiritualizado, ¡sino en lo más concreto de la satisfacción pulsional carnal” (Allouch, 2011, p.144). “(...) es el romanticismo hecho ciencia” (Allouch, 2011, p.139).

En una carta que Freud le escribe a Binswanger en abril de 1929 con motivo de pésame por la muerte de su hijo admite que el duelo no desemboca en la sustitución de objeto. Luego de la muerte de su hija Sophie, Freud reconoce la imposibilidad de la sustitución y escribe

Aunque conocemos que tras una pérdida así persistirá el estado agudo de duelo, sabemos también que permaneceremos inconsolables y no hallaremos jamás un sustituto. No importa aquello que pueda llenar el vacío; aunque quede completamente lleno, algo permanecerá, no obstante. Y así debe ser, efectivamente. Es el único modo de perpetuar aquel amor al que no queremos renunciar. (Juri, 2006, s/p)

Si bien Freud en esa carta reconoce la no sustitución de objeto y se aleja de esa versión romántica del duelo no toma esas observaciones para su teoría, “nunca llegó a hacer de esa observación un punto de refutación efectiva de dicha teoría” (Allouch, 2011, p.159). “(...) podemos conjeturar que la manera que tuvo de producir su versión del duelo sin interrogarse verdaderamente sobre el duelo (...) se debió en gran parte a lo vislumbrado sobre la enormidad del cuestionamiento que el duelo requería” (Allouch, 2011, p.129).

Allouch agrega además que para “Freud el duelo es una operación que no deja resto, mientras que para Lacan, hay disparidad entre la situación anterior y la ulterior al duelo, y lo que así se inscribe, es la esencial no sustitución del objeto” (citado en Singer, 1999, p.131), para Freud se trata de una operación exacta, para Lacan no.

Para Allouch la sustitución no resulta posible ya que

El estatuto simbólico que Lacan le otorga a la repetición tiene como consecuencia que no haya objeto sustitutivo, por la sencilla razón de que en la repetición la cuenta... cuenta; y por sí sola inscribe la esencial no-sustitución del objeto (ya que por sostenido que sea el esfuerzo por hacer de un nuevo objeto un objeto de sustitución, quedará el hecho mismo de la sustitución como diferencia ineliminable: la segunda vez nunca será la primera). (Allouch, 2011, p.205)

El autor sostiene que la problematización del duelo no debe de ser a partir de la sustitución de objeto sino más bien en función de su carácter absolutamente único e irremplazable, "cada ser hablante es tan único y por lo tanto irremplazable como cualquier otro" (Allouch, 2011, p.168).

Lacan añade que "Los seres de los que cuya muerte nos enluta son precisamente aquellos, poco numerosos, que entre nuestros allegados tienen el estatuto de irremplazables" (Lutereau, 2011, s/p).

En contraposición al psicoanálisis freudiano Allouch hablará de subjetivación de la pérdida y no de trabajo de duelo, sostiene que "hay un abismo entre trabajo y subjetivación de una pérdida" (Allouch, 2011, p.9) caracteriza además al duelo como un acto sacrificial gratuito, la noción de "acto es capaz de efectuar en el sujeto una pérdida sin compensación alguna, una pérdida a secas. Kenzaburo Oé caracteriza ese acto (...) como gratuito sacrificio de duelo" (Allouch, 2011, p.9). Para la teoría de Allouch el deudo suplementa la pérdida del objeto amado con un pequeño trozo de sí, el objeto de dicho sacrificio de duelo es "ese pequeño trozo ni de ti ni de mí, de sí; y por consiguiente, de ti y de mí pero en tanto que tú y yo siguen siendo, en sí, indistintos" (Allouch, 2011, p.10).

Allouch plantea que quien está

de duelo se relaciona con un muerto que se va llevándose con él un trozo de sí. Y quien está de duelo corre detrás, los brazos tendidos hacia delante, para tratar de atraparlos a ambos, al muerto y al trozo de sí mismo, sin ignorar en absoluto que no tiene ninguna posibilidad de lograrlo. De modo que el grito del duelo es: "¡Al ladrón!" (...) hay un robo, y

por lo tanto se abre la posibilidad del grito. Un grito así nos incita a contar al menos tres, sin duda cuatro personajes: el ladrón, lo robado, el auxilio (a quien el grito se dirige) y... la muerte. (Allouch, 2011, p.30)

Bacci (2003) va a plantear que el autor cuestiona la postura freudiana mostrando “como la superación del duelo se complejiza en la medida que lo que se debe retirar del objeto de amor perdido implica a un registro narcisista propio ubicado en el otro” (s/p). Dirá que “El sujeto habrá perdido entonces no solamente a alguien sino, además, sino, aparte, sino, como suplemento, un pequeño trozo de sí” (Allouch, 2011, p.300).

Para este autor “hay un duelo efectuado cuando quien está de duelo, lejos de recibir algo del muerto, lejos de extraer alguna cosa del muerto, suplementa la pérdida sufrida con otra pérdida, la de uno de sus tesoros” (Allouch, 2011, p.14). La finalización del mismo consiste entonces en la capacidad de cederle al muerto aquello que se ha robado, “el débil le daría al fuerte lo que el fuerte le ha sacado” (Allouch, 2011, p.13). “La efectuación del duelo pasa por el sacrificio de una parte de sí. La muerte convoca la muerte” (Singer, 1999, p.132).

A su vez explica, que quien está de duelo no solamente pierde a su ser querido o a un pasado en común con este, sino que también perderá “todo aquello que potencialmente el hijo hubiera podido darle si hubiese vivido (...)” (Allouch, 2011, p.362). O sea, la medida del horror para quien está de duelo será en función del incumplimiento de la vida de ese ser querido que murió. “cuanto menos haya vivido el que acaba de morir según el enlutado, cuanto más su vida haya seguido siendo para este último una vida en potencia (...), más espantoso será su duelo, más necesaria será la convocatoria de lo simbólico” (Allouch, 2011, p.362).

El incumplimiento está primero, es aquello por lo cual el superviviente se relaciona en primer lugar con la muerte de quien le era cercano. En un instante de ver, esa vida se le aparece en lo que tiene de inacabado definitivamente, en todo aquello que no pudo realizar. El tiempo del duelo será entonces el tiempo para comprender que desemboca en el momento de concluir que en verdad esa vida se cumplió y en qué medida. (Allouch, 2011, p.366)

Entonces el duelo será también por “aquello que no llegó a ocurrir por faltar el tiempo necesario para que algo se efectúe, un duelo imposible de tramitar sobre lo no acontecido, un duelo por una vida no vivida pero proyectada imaginizada” (Bacci, 2017, p.62).

Allouch (2011) muestra además como Lacan califica al duelo como un acto creador, proponiendo que

No se trata de recobrar un objeto o una relación con un objeto, no se trata de restaurar el goce de un objeto en su factura particular, se trata de un trastorno en la relación de objeto, de la producción de una nueva figura de la relación de objeto. (p.205)

Susana Perales también hace mención al alcance creador que tiene el duelo, sosteniendo que

el vacío pide ser llenado, y con un duelo hay una tramitación posible para que ese hueco, para que ese vacío produzca algo nuevo, para transformar la Cosa en Otra Cosa. Gracias al duelo el acto de creación convoca un significante muy particular. Un significante muy particular que podría transformarse en una obra de arte. (2008, s/p.)

Maria Elena Elmiger por su parte esboza que “Freud y Lacan afirman que la muerte confronta al deudo con un agujero que puede perder su borde, su circunferencia, sus barreras protectoras, y “chuparlo”, cual agujero negro” (Elmiger, 2017, p.1). A modo de contornear la inevitable fractura y su concomitante angustia devendrá lo que proponen como operación subjetivante del duelo.

En su texto “La subjetivación del duelo en Freud y Lacan” (2010) plantea que son los aportes de Lacan sobre el sujeto del inconsciente los que llevaron a reflexionar sobre la subjetivación en los duelos como posibilidad para pensar la recomposición subjetiva del sujeto luego de la muerte de un ser querido. El concepto de subjetivación amplía el horizonte teórico y va más allá de la palabra “trabajo” como propone Freud o de “tramitación” o “proceso” como propone Klein. La autora dirá que subjetivación abarca y articula tanto lo público, como lo privado y lo íntimo. “(...) los discursos sociales, políticos, religiosos que refieren

en cada tiempo a la muerte de las personas queridas – lo público. Los modos, las costumbres, estilos de duelar en la vida privada de cada época – lo privado – y la inscripción inconciente de los mismos – lo íntimo” (Elmiger, 2010, p.15,16).

Frente a la muerte de un ser querido el sujeto en duelo se ve asediado por lo traumático y su subjetividad se ve modificada. Sucede que ante el golpe producido por la pérdida la trama de significativo se desarma, desgarrar, rompe su encadenamiento, quedando el sujeto en duelo vaciado de significantes como para enfrentar la embestida traumática. Por esa razón es importante trabajar la función subjetivante en el duelo, la misma buscará reconstruir lo que del sujeto quedó dañado, su escena del mundo, su trama de significativo, sus recursos tanto simbólicos como imaginarios (necesarios para hacerle frente a la embestida de lo real que la pérdida ocasionó). La subjetivación del duelo consiste en que “el sujeto (deudo) pueda reconocer, luego de ese pasaje, las marcas que esa muerte dejó en él y restablecer el lazo con la memoria del muerto, con su filiación, por lo tanto, con el tejido social” (Elmiger, 2010, p.18).

Esa función subjetivante en el duelo permite el pasaje del campo de lo traumático (de la compulsión de repetición), a la posible reinscripción de la falta entretejida por el conjunto significativo. (...) Y decimos “posible” porque no siempre esto se logra, quedando muchas veces el saldo de la desubjetivación, la pérdida de la subjetividad tal como ocurre en el pasaje al acto. (Elmiger, 2010, p.19)

La autora sostiene que es común la muerte del deudo durante el duelo, ya sea por accidentes o suicidios “disfrazados”, esto sucede porque “el sujeto transitará por los bordes de la tentación a ofrecerse él mismo a fin de evitar el encuentro con el desamparo que supone el reconocimiento de la muerte del prójimo” (Elmiger, 2010, p.18), cuando se produce esto se da lo que dieron a llamar duelo desubjetivado, pérdida de la subjetividad.

Los muertos de cada deudo no dejan de habitar el mundo – simbólico – de los vivos. Pero, como veremos – en la desubjetivación – tampoco dejan de habitar el mundo de otros modos (...) lo que planteamos como padecimientos, pathos, angustias, suicidios u homicidios, adicciones,

violencias... son maneras de conservar al muerto y a la muerte, pero silenciosa y coactivamente. (Elmiger, 2010, p.31)

“(...) el sujeto atravesará cada duelo desde la singularidad: tanto la del sujeto como la del duelo. Y cada duelo dejará en él marcas subjetivas, íntimas, subjetivadas o desubjetivadas” (Elmiger, 2017, p.28). Afirma que “un duelo subjetivado deja como saldo mayor pacificación de la subjetividad y los duelos desubjetivados dejan como saldo mayor pathos, más sufrimiento” (Elmiger, 2010, p.17).

Lacan manifiesta que “Sólo estamos de duelo por alguien de quien podemos decirnos Yo era su falta” (citado en Elmiger, 2010, p.20).

Estamos de duelo por personas a quienes hemos tratado bien o mal y respecto a quienes no sabíamos que cumplíamos la función de estar en el lugar de su falta. Lo que damos en el amor es esencialmente lo que no tenemos, y cuando lo que no tenemos nos vuelve hay, sin duda, regresión y al mismo tiempo revelación de aquello en lo que faltamos a la persona para representar dicha falta. Pero aquí, debido al carácter irreductible del desconocimiento acerca de la falta, tal desconocimiento simplemente se invierte, o sea que la función que desempeñábamos de ser su falta ahora creemos poder traducirla como que hemos estado en falta con esa persona —cuando precisamente por eso le éramos preciosos e indispensables—. (Lacan citado en Vargas, 2009, p.4)

Jacques Lacan va a tratar la cuestión del duelo no solo desde que o a quien pierde el sujeto, sino que pierde de él en esa pérdida.

Es decir que sólo es posible hacer duelo por aquel cuya falta fuimos y cuyo deseo causamos, en suma, Lacan se interesa por la subjetividad del duelante, por el impacto en el duelante de la pérdida no sólo del ser querido, sino algo de sí que se pierde en el duelo. Por eso quien está de duelo, efectúa su pérdida con “un pequeño trozo de sí” (Allouch, 1995, p. 10). Un sujeto en duelo sufre siempre un colapso traumático y queda expuesto a lo real. Su trama significativa se rompe y no hay inmediatas respuestas desde lo imaginario-simbólico, por eso un sujeto en duelo se queda muchas veces no sólo sin palabras, queda vacío. Y es importante

trabajar en torno a esto la función subjetivante en el duelo. Tal como decíamos más arriba la posible recomposición significativa. (Elmiger, 2010, p.19)

Para que se produzca dicha función subjetivante en el duelo (como se mencionó anteriormente) será preciso según Elmiger (2010)

que el Otro Social, lo público, sancione la muerte y legitime con los medios que dispone (Sistemas de la Lengua, Jurídico, Político, Religioso...) el lugar del deudo como tal. Esto le permitirá transitar los tiempos del duelo, permitiéndose en lo privado, los amarres y separaciones necesarios con el ser querido muerto para que en lo íntimo éste pueda inscribirse de otra manera. El deudo no será nunca el mismo antes y después de la subjetivación del duelo. De allí que lo público aportará los recursos simbólico – imaginarios para contornear lo real del trauma y traducir – o sea – significar lo que el deudo perdió con su muerto querido. (p.20)

“La función del duelo, nos enseña Lacan, es la de subjetivar la pérdida inscribiendo un trazo nuevo, que recubra ese agujero en lo real producido por la pérdida” (Cazenave, 2010, s/p).

Otras miradas sobre duelo

"En ninguna otra situación como en el duelo, el dolor producido es TOTAL: es un dolor biológico (duele el cuerpo), psicológico (duele la personalidad), social (duele la sociedad y su forma de ser), familiar (nos duele el dolor de otros) y espiritual (duele el alma). En la pérdida de un ser querido duele el pasado, el presente y especialmente el futuro. Toda la vida en su conjunto, duele" J. Montoya Carraquilla.

En esta cultura generalmente suele considerarse al duelo como la reacción ante la pérdida/muerte de un ser querido “(...) suele referirse al conjunto de

procesos psicológicos y psicosociales que siguen a la pérdida de una persona con la que el sujeto en duelo, el deudo, estaba psicosocialmente vinculado” (Tizón, 2009, p.19). Así mismo los procesos psicológicos de duelo también pueden ponerse en marcha ante la pérdida de los ideales, de una oportunidad, de un trabajo, de una capacidad concreta, de una pareja, etc. es decir cualquier pérdida vivida emocionalmente como significativa.

Sigueiendo la concepción biopsicosocial que propone Tizón, Pelegrí y Romeu (2011) manifiestan que los procesos de duelo tiene consecuencias tanto en el ámbito fisiológico como en el social, agregan, que tanto la duración como la intensidad, así como sus implicaciones serán proporcionales a la dimensión y significado de la pérdida, además de las particularidades psíquicas de cada sujeto.

Aslan (1996) señala que etimológicamente el duelo tiene dos raíces; una deriva del latín tardío: “dolus” que significa dolor, la segunda acepción proviene del latín duellum: que significa “combate o guerra entre dos”. Tizón (2007) va a decir justamente que el término elaboración de duelo hace o intenta hacer hincapié en que todo duelo supone esfuerzo, trabajo doloroso y desafío emocional. Elmiger (2017) entiende que los dos significados (dolor, tristeza, pena, por un lado, y guerra, combate, por el otro), permiten pensar “la ambivalencia estructural en el lazo con el semejante” (p.42), es decir que la propia etimología da cuenta de sentimientos de amor/odio inevitables en todo proceso de duelo. La autora dirá que se duela lo amado-odiado, para aclarar el tema recurrirá a Freud y Lacan.

Dice Lacan que en el fondo de todo duelo hay una “ofensa inexpiable”(…); Freud habla de “ambivalencia en los sentimientos” hacia el muerto, (...) El duelo es, entonces, una producción humana ante la muerte que enmascara y permite contabilizar el paradójico lazo con el extinto. (Elmiger, 2017, p.31)

Jaramillo sostiene que el duelo es “un proceso activo de adaptación a la pérdida de un ser amado, de un objeto o un hecho significativo, que suele involucrar reacciones de tipo emocional, físico, familiar, conductual, social y espiritual que se presentan como respuesta a dicha pérdida” (citado en Yoffe, 2013, p.135). Esas respuestas emocionales y comportamentales se prolongan

en el tiempo, siendo necesario para elaborar la falta, “El duelo ocupa la vida del sujeto, no hay interés por otras cosas. El doliente puede transcurrir el día pensando, y a veces hablando, del objeto perdido” (Pelegrí y Romeu, 2011, s/p).

“Dada la división estructural del sujeto, éste no abandona fácilmente su lazo con el muerto. Lo alucina, habla con él y de él, lo incluye en su vida cotidiana y su falta deja un agujero “presente” durante mucho tiempo” (Elmiger, 2010, p.29).

Mejías y Fernández (2012) consideran que cuando se pierde algo significativo el afecto principal que acompaña la pérdida es un profundo dolor; ese dolor se manifiesta de diferentes maneras, puede producir desazón, pérdida de interés, inhibición de la productividad, así como también pérdida de la capacidad de amar.

(...) el deudo se regodea en el dolor y en la culpa, o en diversas actuaciones dedicadas a su muerto, pues son maneras de no desprenderse de él, aunque también sean el camino por el que la culpa pueda subjetivarse, derivar en deuda simbólica y anudarse a la función subjetivante del duelo. (Elmiger, 2017, p.62)

Algunas de las reacciones que pueden surgir en el sujeto ante la pérdida de un ser querido son

a) manifestaciones afectivas de depresión, desesperación, ansiedad, culpa, rabia, hostilidad, falta de deseo y sentimientos de soledad; b) manifestaciones de conducta como agitación, fatiga, llanto, retirada, aislamiento social; c) manifestaciones cognitivas como preocupación con pensamientos sobre la persona fallecida, baja autoestima, autorreproches, sentirse desvalido y/o desesperanzado, sentimientos de irrealidad, problemas de memoria, de atención y/o de concentración; y d) manifestaciones fisiológicas y/o somáticas tales como falta de apetito, perturbaciones del sueño, falta de energía, quejas somáticas, sentirse exhausto, quejas físicas similares a las padecidas por el ser querido en vida, vulnerabilidad y susceptibilidad a enfermedades. (Yoffe, 2013, p.135)

Se acuerda con Cabodevilla cuando sostiene que aceptar la realidad de la pérdida lleva tiempo, ya que implica una aceptación racional y también emocional “La persona en duelo puede ser intelectualmente consciente de la

pérdida mucho antes de que las emociones le permitan aceptar plenamente la información como verdadera” (Cabodevilla, 2007, s/p). El proceso de duelo le significa a la persona un gran gasto de energía “Ese gasto y esa retirada afectiva del mundo, están al servicio de una aceptación gradual de la pérdida. Y se espera que esa aceptación de la pérdida posibilite una conciliación interior, una especie de pacificación y de serena tristeza” (Mejía y Fernández, 2012, p.6).

La Dra. Elisabeth Kübler-Ross en su libro “sobre duelo y el dolor” propone cinco etapas (negación, ira, negociación, depresión y aceptación) para poder pensar esas reacciones que se activan frente a la pérdida. Entiende que si bien muchas personas transitan por ellas en su proceso no todas reaccionan igual, “no hay una reacción a la pérdida típica, ni tampoco existe una pérdida típica. Nuestro duelo es tan propio como nuestra vida” (Kübler-Ross, 2006, p.23). Las etapas son concebidas por la autora como instrumentos, las mismas tienen como objetivo enmarcar e identificar lo que la persona en duelo está sintiendo. Se hace hincapié en que los procesos no son lineales, ni generales, “no son paradas en ningún proceso de duelo lineal. No todo el mundo atraviesa todas ni lo hace en un orden prescrito” (Kübler-Ross, 2006, p.23).

La gente a menudo cree que las etapas del duelo duran semanas o meses. Olvida que son reacciones a sentimientos que pueden durar minutos u horas mientras fluctuamos de uno a otro. No entramos ni salimos de cada etapa concreta de una forma lineal. Podemos atravesar una, luego otra y retornar luego a la primera. (Kübler-Ross, 2006, p.33)

A continuación se detallarán las cinco etapas que Kübler-Ross (2006) a partir de sus experiencias identificó y describió.

Negación, se entiende que la misma es simbólica y no literal, no se niega la muerte propiamente dicha sino la idea en sí. Significa que aún no se puede llegar a entender que esa persona amada no volverá más. Muchas veces se presenta a través de preguntas del tipo ¿será cierto? ¿habrá pasado? ¿será un sueño?, se cuestiona la realidad ya que la misma al principio resulta excesiva, todo pierde sentido, se vuelve absurdo y opresivo, la vida pierde sentido.

La negación y la conmoción nos ayudan a afrontar la situación y a sobrevivir. La negación nos ayuda a dosificar el dolor de la pérdida. Hay

alivio en ella. Es la forma que tiene la naturaleza de dejar entrar únicamente lo que somos capaces de soportar. (p.25)

“La irreversibilidad de la muerte comienza a instaurarse gradualmente. Ella no va a volver. Esta vez, él no lo consiguió. Con cada pregunta que nos hacemos, comenzamos a creer que la persona se ha ido realmente” (p.26).

Ira, esta puede manifestarse de muchas formas, las personas en duelo pueden sentir ira contra el sistema de salud (por no haber salvado a quien tan importante era para uno), contra la vida, contra el ser querido que fallece (por no haberse cuidado o por haberles abandonado), contra uno mismo (sintiendo culpa por no haber estado más presente o por no haber podido evitarlo).

“Es importante sentir la ira sin juzgarla, sin intentar hallarle un sentido. (...) La vida es injusta. La muerte es injusta. La ira es una reacción natural a la injusticia de la pérdida” (p.31).

La autora considera que la ira podrá volver a lo largo del proceso en sus múltiples formas, “La ira remitirá y los sentimientos que provoca la pérdida volverán a cambiar de forma” (p.32).

Negociación, sucede que la persona entra en un laberinto de “ojalá”, se busca o se quiere que la vida vuelva a ser como era antes de la pérdida, que el ser querido les sea restituido. “Queremos retroceder en el tiempo: encontrar antes el tumor, reconocer la enfermedad con más rapidez; impedir que el accidente suceda... ojalá, ojalá, ojalá” (p.32). En esta etapa la persona se encuentra haciendo pactos

Quando aceptamos que se va a morir, podemos pactar para que su muerte sea indolora. Cuando ha muerto, la negociación a menudo se desplaza del pasado al futuro. Podemos pactar para volver a verla en el cielo. Podemos pedir una tregua para que no haya más enfermedades en nuestra familia, o que ninguna tragedia más visite a nuestros seres queridos. (p.35)

Quando se atraviesa esta etapa de negociación “la mente modifica los acontecimientos pasados mientras explora todo lo que se podría haber hecho y

no se hizo. Lamentablemente, la mente siempre llega a la misma conclusión...: la trágica realidad es que el ser querido se ha ido realmente” (p.35).

Depresión, aparece la sensación de vacío y el duelo entra en un nivel más profundo, la persona permanece en un estado de intensa tristeza, donde se pregunta una y otra vez el sentido de seguir adelante sin su ser querido.

Por muy difícil que sea de aceptar, la depresión posee elementos que pueden ser útiles en el duelo. Nos obliga a ir más lentos y nos permite evaluar de forma real la pérdida. Nos obliga a reconstruirnos de nuevo desde la nada. Limpia el camino para crecer. Nos lleva a un lugar en lo más hondo del alma que no exploraríamos en circunstancias normales. (p.38)

Aceptación, “En esta etapa, se acepta la realidad de que nuestro ser querido se ha ido físicamente y se reconoce que dicha realidad es la realidad permanente” (p.39).

Las cosas han cambiado para siempre, la persona tiene que aprender a reorganizarse en esa nueva realidad, debe de readaptarse. Si bien esa realidad nueva no gusta y en muchos casos no se elige al final se termina aceptando, “La aceptación no consiste en que te guste una situación. Consiste en ser consciente de todo lo que se ha perdido y en aprender a vivir con dicha pérdida” (p.41).

A lo largo de este trabajo al hablar de duelo se lo ha hecho en términos de proceso; proceso que pasa por diferentes momentos, que va cambiando a lo largo de los días, los meses y los años. Sus efectos son variables y como proponen Gamo y Pazos (2009) pueden ser reactivados por otras pérdidas, otros duelos, incluso pueden reactivarse frente a acontecimientos biográficos (fechas significativas por ejemplo). “las pérdidas significativas plantean una serie de desafíos continuados, a los que volvemos una y otra vez en etapas posteriores del viaje de la vida” (Neimeyer, 2002, p.69).

“El impacto del duelo en la biografía es siempre un proceso; lo importante no es solo el acontecimiento, si no la situación y la evolución” (Gamo y Pazos, 2009, p.467).

Determinantes que hacen al proceso de duelo

1. Quién era la persona. 2. La naturaleza del apego. La fuerza del apego: (la intensidad del amor). (...) La seguridad del apego: ¿cómo era de necesario el fallecido para la sensación de bienestar del superviviente?. (...) La ambivalencia en la relación (...) Los conflictos con el fallecido (...) 3. Tipo de muerte. Como murió la persona nos dirá algo sobre cómo elabora el duelo el superviviente. Tradicionalmente las muertes se han catalogado bajo las categorías NASH: natural, accidental, suicidio y homicidio. (...) 4. Antecedentes históricos. Si ha tenido pérdidas anteriores y cómo se elaboraron dichos duelos. (...) 5. Variables de personalidad. Las variables incluyen la edad y el sexo, la inhibición de sentimientos que tiene, cómo maneja la ansiedad y cómo afronta las situaciones estresantes. Si son personas muy dependientes o han tenido relaciones tempranas complicadas. Las personas diagnosticadas de ciertos trastornos de personalidad pueden pasar momentos difíciles al manejar la pérdida. (...) 6. Variables sociales. (...) Se han de conocer los antecedentes sociales, étnicos y religiosos del superviviente. (...) El grado de apoyo emocional y social percibido que se recibe de los demás, tanto dentro como fuera de la familia, es significativo. 7. Otros tipos de estrés simultáneos. Cambios simultáneos y crisis que surgen después de la muerte, incluyendo graves cambios económicos. (Neimeyer, s/f, p.13,14)

El duelo como oportunidad

“Aunque el desenvolvimiento de la vida es cronológico, las lecciones nos llegan cuando las necesitamos” E. Kübler-Ross.

Tarockova sostiene que “las pérdidas de seres queridos son, entre los sucesos negativos, las situaciones más difíciles de la vida, pero, al mismo tiempo, pueden servir como oportunidades para el crecimiento personal y para trascender las pérdidas sufridas” (citado en Yoffe, 2013, p.134). Attig expresa que “Aunque la pérdida de un ser querido es un acontecimiento que no puede

escogerse, la elaboración del duelo es un proceso activo de afrontamiento lleno de posibilidades” (citado en Neimeyer, 2002, p.68).

Como proponen Oviedo, Parra y Falcón (2009) el mundo del deudo queda transformado tras la pérdida, siéndole necesario reconstruir un nuevo mundo de significados. Esa reconstrucción como sostienen los autores “(...) no necesariamente lleva a la normalidad previa a la pérdida, sino que da la oportunidad de llegar a un estado de mayor desarrollo personal” (p.7). Al igual que estos, Bacci opina que “(...) la pérdida genera una acción psíquica particular en cada sujeto (...) cuyos efectos más que aceptación de una nueva realidad implicarán la producción de sentido sobre ella” (2014, p.45).

Cabodevilla (2007) entiende que, siempre y cuando la persona sea capaz de afrontar e integrar la pérdida el duelo por más doloroso y complicado que resulte puede ser una oportunidad excepcional para el crecimiento personal. Agrega además que la persona sana es aquella que no escapa del dolor sino que sabiendo que sucederá intenta manejarlo.

“Pensar en el dolor sin negarlo, sin dulcificarlo, pero también sin reducirlo a una experiencia oscura y sin salida, esa es la clave” (Cabodevilla, 2007, s/p).

Reflexiones finales

“la muerte transforma las relaciones con la
persona querida, en lugar de ponerles fin”
Neimeyer.

Actualmente las personas le temen a la muerte y la niegan, siendo que la vida se encuentra atravesada por la muerte, la misma es cotidiana, de todos los días. Los cambios, las pérdidas, los duelos son “inherentes a la vida, propias del proceso evolutivo y constituyentes del sujeto” (Pelegri y Romeu, 2011, p.137), definen formas de pensar, sentir y actuar, definen la subjetividad, “Toda nuestra existencia, desde el nacimiento hasta la muerte, nos confronta con momentos de transición, de separación, de renuncia que nos enseñarán a vivir el duelo” (Pillot citado en Allué, 1998, p.78). Pero sucede que esos momentos de transición y de separación en muchos casos generan ansiedad, frustración y angustia, emociones y estados que hoy no se toleran, “Nuestra sociedad sigue negando la muerte excluyéndola del discurso y minimizando su presencia entre los vivos” (Allué, 1998, p.78), se aplaza el dolor y todo lo que remite a él, al negarlo se niega la posibilidad de transformación. Si la persona en vez de ocultar, negar o tapar el dolor se anima a caminarlo, el proceso de duelo puede resultar una posibilidad de crecimiento y desarrollo personal.

La actitud que la persona tiene ante la muerte y al duelo, es decir, cómo lo vive y cómo lo procesa esta ligado (entre otras cosas) a la historia de esa persona, al contexto y a la cultura a la que pertenece, Tizón (2007) plantea que la actitud ante la muerte tiene que ver con el símbolo y el significado de la misma transmitido en la familia y en la cultura a lo largo de generaciones. Partiendo de la influencia que lo cultural, social y familiar tienen sobre los procesos de duelo es necesario pensar y pensar-se en relación a los sentidos y significados de nuestros días, buscando rescatar lo natural del hecho, la muerte es un evento natural de la vida del ser humano, concebirlo como tal puede incluso rescatar el sentido de la vida, reconociendo las pérdidas y la muerte. “El pensamiento existencialista en general implicaba una idea de que la muerte asumida y reflexionada rescata el sentido de la vida” (Tizón, 2007, p.377).

La muerte de los seres queridos es una de las pérdidas más difíciles de elaborar, de transitar, el impacto que produce sobre la subjetividad de la persona es muy fuerte, muy doloroso, recomponer la realidad interna/externa y poder aceptar la pérdida lleva tiempo y energía psíquica, ya que cuando se rompe el vínculo con la persona que falleció todo alrededor, incluyendo la vida pierde sentido, se cuestiona la realidad y se pone en juicio hasta las más profundas creencias, los valores, etc.

La muerte trae consigo el desamparo, el vacío, por eso es fundamental el apoyo y la contención emocional, familiar y social para poder restablecer el equilibrio, un escenario favorable sería aquel donde el sujeto pueda expresar sus sentimientos y todo aquello que necesite. Compartir la experiencia de pérdida con otras personas puede tener propiedades curativas, “Cuando compartimos nuestras historias con los demás, damos nombre y forma a los significados de nuestra experiencia vital” (Harvey citado en Neimeyer, 2002, p.84). Kübler-Ross plantea que “Las personas a menudo se descubren contando la historia de su pérdida una y otra vez, lo cual es una de las formas en que nuestra mente afronta los traumas” (2006, p.26).

Se comparte con Gamo y Pazos cuando sostienen que generalmente en los procesos de duelo “hay una mejoría de los síntomas y bienestar psico-social, pero persiste la añoranza del fallecido, lo que lleva a pensar que la elaboración del duelo es una tarea nunca finalizada” (2009, p.166). Conforme se va transitando el proceso las emociones se van transformando, tal vez algunas bajan en intensidad pero se siguen sintiendo a lo largo del tiempo, “(...) una persona en duelo nunca olvida del todo al fallecido al que tanto valoraba en vida y nunca rechaza totalmente su rememoración. Nunca podemos eliminar a aquellos que han estado cerca de nosotros, de nuestra propia historia” (Volkan citado en Neimeyer, s/f, p.8). Así mismo aunque persiste la añoranza llega un momento donde se hace necesario la producción de nuevos sentidos ante una realidad que ya no es la misma y no volverá a serlo.

Es necesario una mirada más humana, amorosa y espiritual para acompañar en los procesos de muerte y duelo, es necesario propiciar espacios de encuentro, donde las palabras, los silencios, los llantos y demás se expresen. Brindarle a la persona la posibilidad de un espacio y un tiempo donde pueda

desplegar su subjetividad, donde pueda encontrarse con la pérdida, con lo perdido y consigo mismo, donde “el sujeto (deudo) pueda reconocer (...) las marcas que esa muerte dejó en él y restablecer el lazo con la memoria del muerto” (Elmiger, 2010, p.18).

A lo largo de este trabajo se han visto puntos de congruencia y puntos de divergencia en las concepciones que los autores manejados tienen sobre la muerte, el duelo, sus tiempos y las formas en que los sujetos lo transitan, para “abordar el tema y sus controversias es preciso bucear en textos que nos permitan interrogar a distintos autores y confrontar lo que investigaron” (Elmiger, 2017, p.7). Estos diversos posicionamientos conceptuales se consideran fueron enriquecedores para la problematización y elaboración de dicho trabajo, Elmiger sostiene que trabajar esta temática supone “soportar ambigüedades, contradicciones, disputas y acuerdos” (Elmiger, 2017, p.7).

Se opina que la psicología desde su que hacer y con sus herramientas puede seguir aportando a la comprensión de la muerte y el duelo, se entiende que abordar la temática es esencial para la formación tanto personal como profesional, ya que las pérdidas, los duelos y los cambios son inherentes a la vida y constituyen al sujeto.

“Retroceder en la muerte para avanzar en la vida”

Referencias bibliográficas

- Allouch, J. (2011). Erótica del duelo en el tiempo de la muerte seca. Buenos Aires: El cuenco de plata. (Texto original publicado en 1995)

- Allué, M. (1998). La ritualización de la pérdida, en Anuario de Psicología, vol. 29, núm. 4, pp. 67-82. Recuperado de <https://www.raco.cat/index.php/AnuarioPsicologia/article/view/61501/88348>

- Ariés, P. (1983). El hombre ante la muerte. Madrid: Taurus. Recuperado de https://www.academia.edu/7327574/El_hombre_ante_la_muerte_Philippe_Aries_Libro

- Aslan, C. M. (1996). Metapsicología del duelo. Recuperado de <http://www.psicoanalisis.com.ar/aslan/metapsidelduelo.htm>

- Bacci, P. (2017). Pérdida y permanencia. El duelo en personas que donan los órganos de un familiar fallecido. Recuperado de https://www.csic.edu.uy/sites/csic/files/bacci_perdida_y_permanencia_psico.pdf

- _____ (2014). Particularidades del duelo en personas que deciden donar los órganos de un familiar fallecido. Recuperado de <https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/bitstream/20.500.12008/4486/1/Ma.%20Pilar%20Bacci.pdf>

- _____ (2003). La muerte y el duelo en la Hipermodernidad. Recuperado de http://www.querencia.psico.edu.uy/revista_nro13/pilar_bacci.htm

- Baudrillard, J. (1980). El intercambio simbólico y la muerte, Caracas: Monte Avila Editores.

- Cabodevilla, I. (2007). Las pérdidas y sus duelos. Recuperado de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1137-66272007000600012

- Caycedo, M. (2007). La muerte en la cultura occidental: antropología de la muerte. Revista Colombiana de Psiquiatría, vol. XXXVI. 332-339 Recuperado de [-http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80636212=](http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80636212)

- Cazenave, L. (2010). El duelo en la época del empuje de la felicidad. En: Revista Virtualia N° 21. Recuperado de <http://www.revistavirtualia.com/articulos/359/actualidad-del-lazo/el-duelo-en-la-epoca-del-empuje-a-la-felicidad>

- Ceriani, C. (2001). Notas histórico-antropológicas sobre las representaciones de la muerte. En: Revista Archivo Argentino de Pediatría. 326-336 Recuperado de: <http://www.sap.org.ar/docs/publicaciones/archivosarg/2001/326.pdf>

- Cifuentes, F. (2011). El malestar en el duelo: nuevas formas de relación con nuestros muertos. Revista de Psicoanálisis: Desde el Jardín de Freud. Recuperado de <http://www.revistas.unal.edu.co/index.php/jardin/article/view/27257>

- Elmiger, M. (2017). Duelo. Íntimo. Privado. Público. Recuperado de <http://www.argus-a.com.ar/archivos-ebooks/673-1.pdf>

_____ (2010). La subjetivación del duelo en Freud y Lacan. Revista Mal-estar E Subjetividade, vol. X, núm. 1, pp. 13-33. Brasil. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/271/27116941002.pdf>

- Freud, S. (1917). Duelo y melancolía. En: Obras Completas. Volumen XIV. Amorrortu Editores: Buenos Aires [1996].

- Gamo, E. Pazos, P. (2009). El duelo y las etapas de la vida. Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría. 29 (2) 455-469. recuperado de <http://scielo.isciii.es/pdf/neuropsiq/v29n2/11.pdf>

- García Hernández, A. (2012). Duelo y emociones desde una perspectiva cultural. En: La pérdida y el duelo. Una experiencia compartida. Editorial Bubok.

- Juri, L. (2006). Duelos intersubjetivos: el duelo segregado de Charles Darwin. Recuperado de <http://www.aperturas.org/articulo.php?articulo=0000403>

- Klein, M. (1940). El duelo y su relación con los estados maníacos depresivos. Recuperado de <https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:zINPb9IoGX8J:https://www.psic analisis.org/klein/20.doc+&cd=1&hl=es-419&ct=clnk&gl=uy&client=safari>

- Kübler-Ross, E. (2006). Sobre el duelo y el dolor. España. Ediciones Luciérnaga. Recuperado de https://www.planetadelibros.com/libros_contenido_extra/32/31277_Sobre_el_duelo_y_el_dolor.pdf

_____ (1997). La rueda de la vida. Recuperado de <https://docs.google.com/viewer?a=v&pid=forums&srcid=MTgzOTAYMzY5OTU1NTU0MzQ1MzYBMDk5NTkyNDU2NjgyMTIxNDg1OTcBUGNtYlZzeWlxYThKATAuMQEBdjl>

- Lutereau, L. (2011). El acto del duelo, el duelo como acto. Una hipótesis clínica acerca del duelo en el inicio del análisis. Revista de Psicoanálisis: Desde el jardín de Freud, 11, 207-220. Recuperado de <http://www.revistas.unal.edu.co/index.php/jardin/article/view/27252>

- Mejía, M. Fernández, S. (2012). La culpa en el duelo. Revista Electrónica de Psicología Social «Poiésis». Núm.23. Recuperado de <https://www.funlam.edu.co/revistas/index.php/poiesis/article/view/331/304>

- Mella, D. (2016). El hermano mayor. Uruguay: Editorial Hum.

- Neimeyer, R. (2002). Aprender de la pérdida. Una guía para afrontar el duelo. Editorial Paidós. Recuperado de <https://docs.google.com/viewer?a=v&pid=sites&srcid=ZGVmYXVsdGRvbWFpbnxpYWVzZGFjYW1waWxsb3xneDoyNTFmMjU4ZjJmM2Q3Y2Rh>

_____ (s/f). Aprender de la pérdida. Una guía para afrontar el duelo. Recuperado de <https://www.recuperacionemocionalecuador.com/images/cere/Aprender-de-la-perdida-Neimeyer.pdf>

- Oviedo SJ. Parra, FM. Marquina, M. (2009). La Muerte y el duelo. Revista electrónica cuatrimestral de enfermería. N° 15. Recuperado de <https://revistas.um.es/eglobal/article/view/50381/48301>

- Pelegrí, M. Romeu, M. (2011). El duelo, más allá del dolor. Universidad Nacional de Colombia. Recuperado de <https://revistas.unal.edu.co/index.php/jardin/article/view/27228>

- Perales Lavín, S. (2008). Duelo y creación en: Arte y psicoanálisis. México.[2007]. Recuperado de http://arteypsicoanalisis-susana.blogspot.com/2008/07/duelo-y-creacin_18.html
- Ruda, M. Argumedo, D. (2008). ¿Duelo frente a la propia muerte?: Aplicabilidad de la teoría del duelo a la muerte de uno mismo. Recuperado de: <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio//handle/20.500.12404/4653>
- Singer, F. (1999). El duelo, ¿Qué modelización? Revista Latinoamericana de Psicopatología Fundamental. Recuperado de: <https://www.scielo.br/pdf/rlpf/v2n1/1415-4714-rlpf-2-1-0129.pdf>
- Tizón, J. (2009). Pérdida, pena duelo. Vivencias, investigación y asistencia. Ediciones Paidós. Recuperado de <https://books.google.com.pe/books?id=-jrPFKEtoZQC&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>
- _____ (2007). Muerte en tanto pérdida de vida. CEIR. Revista electrónica de Psicoterapia. Vol. 1. España. Recuperado de <https://www.psicoterapiarelacional.es/CeIRREVISTA-On-line/CeIR-Buscador-Valor-y-comente-los-trabajos-publicados/ID/121/La-muerte-en-tanto-que-perdida-de-la-vida-Jorge-LTizon-Garcia>
- Vargas, D. (2009). El duelo: una batalla. Revista Affectio Societatis. Recuperado de <https://revistas.udea.edu.co/index.php/affectiosocietatis/article/view/5314>
- Yoffe, L. (2013). Nuevas concepciones sobre los duelos por pérdida de seres queridos. Av. psicol, Vol.21 (Nº2). 129-153. Recuperado de

<http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2013/2/Laura%20-Yoffe.pdf>