

## **EL DUELO ES UN TRABAJO**

**Clara Cecilia Mesa**

Psicóloga USB, Psicoanalista, Miembro de la Asociación de Foros del Campo Lacaniano de Colombia.

Esta pregunta por lo nuevo en la atención en duelo invita a pensar en varias direcciones: qué hay de nuevo como oferta médica para ayudar a soportar la situación de pérdida que el duelo arrastra consigo, por un lado, pero por otro, qué hay de nuevo en el duelo? Es difícil saber si las condiciones de elaboración del duelo se modifican con las particularidades de una época o con las particularidades propias de cada modalidad de sufrimiento, igualmente existe una tesis que afirma que nuestra época no es ya la época de la muerte romántica más bien que la condición de guerra haría a su vez que las coordenadas del duelo podrían pensarse de manera distinta, sin embargo detrás de lo nuevo siempre encontramos lo viejo: la muerte.

Parafraseando el último verso de “Las Flores del Mal” de Baudelaire:

***Ir hasta el fondo de lo desconocido para encontrar ahí algo nuevo***

Lo nuevo, después de todo es lo que según Freud hace que lo familiar (heimlich), lo íntimo se transforme en lo siniestro, lo ominoso, lo unheimlich, así destaca como detrás de lo nuevo encontramos siempre la mirada siniestra de la muerte, lo mismo, lo ineluctable, lo ineludible, el marco sin el cual la vida misma no se llamará vida, su opuesto dialéctico. Esto es lo que hace Sigmund Freud, ir hasta el fondo de lo desconocido para encontrar algo nuevo, es lo que sirve de motor y curso para cada cura en particular, pero que es lo que las curas encuentran como nuevo? Lo antiguo, la repetición inmemorial, fuera de tiempo, fuera de las coordenadas supuestas de la realidad del sujeto, de una forma de goce, de un modo de amar y de aferrarse a los objetos, una idea de lo que para él significa habitar un cuerpo, encarnarlo, y de un modo singular de darse un sentido para la vida.

Entonces, detrás de la fórmula de lo nuevo, Freud encuentra la repetición siniestra de la relación de un sujeto con lo más antiguo: la muerte. Sin duda una elaboración sobre

este problema no puede realizarse al margen de una concepción de la muerte. En ese sentido dicha concepción tendrá que asistir la reflexiones finales, sobre ellas volveré para concluir, pues sin duda para Freud, es de ello de lo que depende el curso del duelo.

Así pues para introducirnos formalmente en nuestro tema, será necesario comenzar por lo viejo de la muerte y lo viejo del duelo.

Freud se ocupa del duelo de una manera singular que podemos encontrar a lo largo de toda su obra, pues lo considera un afecto “normal”, incluso en comparación con el enamoramiento. En “Adición metapsicológica a la teoría de los sueños”, de 1917 dice: Para la investigación nos servimos, con fines comparativos, de ciertos estados y fenómenos que pueden concebirse como los modelos normales de afecciones patológicas, entre ellos se cuentan estados afectivos como el duelo y el enamoramiento...” de esta manera su gran texto sobre el duelo es en comienzo el gran texto Freudiano sobre la melancolía, esa afección que los clásicos habían definido por la presencia de un profundo dolor moral, dolor de existir. En este texto pues, Freud compara la melancolía con el duelo, patológica la primera, dolor normal el segundo, que se consume espontáneamente una vez que se haya renunciado a todo cuánto se ha perdido, esto es que se haya agotado la libido puesta en ello y sea posible recuperarla para otros objetos.

“La conjunción de melancolía y duelo parece justificada por el cuadro total de esos dos estados (ver nota). También son coincidentes las influencias de la vida que los ocasionan, toda vez que podemos discernirlas. 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. A raíz de idénticas influencias, en muchas personas se observa, en lugar de duelo, melancolía (y por eso sospechamos en ellas una disposición enfermiza). Cosa muy digna de notarse, además, es que a pesar de que el duelo trae consigo graves desviaciones de la conducta normal en la vida, nunca se nos ocurre considerarlo un estado patológico...” Duelo y melancolía, pág. 2091

La melancolía se caracteriza psíquicamente por un estado de ánimo profundamente doloroso, una cesación del interés por el mundo exterior, la pérdida de la capacidad de amar, la inhibición de todas las funciones y la disminución de amor propio. Esta última se traduce en reproches y acusaciones de que el paciente se hace objeto a sí mismo, y puede llegar incluso a una delirante espera de castigo. Este cuadro se nos hace más inteligible cuando reflexionamos que el duelo muestra también esos caracteres, a excepción de uno solo; la perturbación del amor propio. El duelo intenso, reacción a la pérdida de un ser amado, integra el mismo doloroso estado de ánimo, la cesación del interés por el mundo exterior – en cuanto no recuerda a la persona fallecida-, la pérdida de la capacidad de elegir un objeto amoroso – lo que equivale a sustituir al desaparecido- y al apartamiento de toda actividad no conectada con la memoria del ser querido. (Pág. 2092)

Esta inhibición y restricción del yo es entendida por Freud como el signo de que el yo se ha entregado completamente al proceso del duelo, ha dispuesto toda su energía en dicha tarea y no retiene nada para otras actividades u otros intereses, la libido dirigida al dolor produce una anhedonia hacia la vida. Sin embargo, si este estado no es juzgado como patológico es tan solo porque lo podemos explicar perfectamente. La tarea principal a la que se dedica es a la de dar una explicación a este proceso, en terminos económicos, es decir en terminos libidinales.

### **El trabajo del duelo**

Una de las acepciones que tiene la palabra duelo, es la confrontación entre dos rivales potencialmente antagónicos, en la cual, uno de los dos debe triunfar sobre el otro. Freud, en su texto "Duelo y Melancolía", texto de 1915 que se ha convertido de alguna manera en la matriz de las elaboraciones psicoanalíticas, aunque no solamente, también de otras disciplinas, sobre la concepción del Duelo, presenta de alguna manera, una propuesta que se inscribe en la lógica del duelo en que dos registros antagónicos se debaten, esto es una tendencia que empuja hacia la vida y otra tendencia que empuja a mantenerse del lado de la muerte, del lado del objeto perdido.

En qué consiste este trabajo? Es un procedimiento lento y doloroso que tiene como punto de partida la noticia de la pérdida de un objeto amado y como punto de llegada la

renuncia y el reencuentro con un deseo por la vida, pero este proceso debe ser ejecutado pieza por pieza con un gran gasto de tiempo y de energía de investidura, resulta extraordinariamente dolorosa.

El trabajo de duelo entonces, se podría expresar como un proceso que está estructurado en una dialéctica, una especie de diálogo entre la realidad expresada como un mandato y la respuesta libidinal del sujeto. En *Duelo y Melancolía* hay una cita más adelante en la cual nos da una referencia precisa al respecto, dice que el yo humano se constituye sobre una contradicción, como en una división pues vemos como una parte del yo se sitúa enfrente de la otra y la valora críticamente, como si la tomara por objeto y la censurara y le exigiera o maltratara incluso como el propio yo podría hacerlo con otro. Esta dualidad, esta división estructural entonces está en el fundamento de esta dialéctica.

1. En un primer avance del proceso de duelo el “examen de la realidad le ha dicho al sujeto que el objeto no existe más, que ha muerto. Este mandato le exige retirar las cargas de libido puestas en él. A esta exigencia la respuesta subjetiva es la negación. El sujeto dice No!, no es posible, no puede ser, mentira, no puedo creer. Puesto que el sujeto posee una tenaz adherencia a las fuentes de placer disponibles y la dificultad a renunciar a ellas es una tendencia general del aparato psíquico que se rige por principio del placer. En un texto anterior a este: “Los dos principios del suceder psíquico Freud plantea que a pesar de la introducción del principio de realidad que se caracteriza por la atención, la percepción, la memoria, el discernimiento y el pensamiento consciente esto es, que se rige por el mandato de la realidad, una porción de nuestra vida anímica permanece disociada, libre de toda confrontación con la realidad, esta porción de la vida anímica esta regida por el principio de placer y busca su satisfacción de manera independiente, siendo así mismo lo que verdaderamente comanda las relaciones del sujeto con lo real, por paradójico que ello pueda parecer.

2. En un segundo avance, Freud antepone nuevamente lo normal como la victoria de la realidad, pero la respuesta del sujeto, es lenta, paulatina y con un enorme costo de dolor, asumir la realidad, despertar, implica un enorme gasto de tiempo y energía.

3. En un tercer avance, al imperativo de la inexistencia del objeto, le responde el sujeto conservando mientras tanto su existencia psíquica. Entonces, si en el primer avance Freud confronta al principio del placer con el principio de realidad, en este avance, confronta al objeto real con un objeto de existencia psíquica, con el cual el sujeto se ha independizado de la exigencia de la realidad. Entonces de qué objeto se trata ahora en el proceso del Duelo, de un objeto amado, idealizado, temido, odiado, pero un objeto que el sujeto ha cargado de representaciones y de libido ya no contando con los atributos propios del objeto en la realidad sino con los atributos de su propio deseo. El estatuto psíquico del objeto depende de la libidinización, de la opción del sujeto, de las respuestas del lado del sujeto.

4. Por esto, en el cuarto avance, mientras la realidad no ha cesado de exigir su obediencia, no deja de insistir en la falta, el sujeto aún da unos rodeos económicos más: “Cada uno de los recuerdos y esperanzas que constituyen un punto de enlace con el objeto es sucesivamente despertado, sobrecargado, realizándose en el una sustracción de libido.

5. En el momento final del proceso hay por fin una *renuncia* al objeto, un consentimiento con su pérdida, un desprendimiento de la libido puesta en él, y es esto lo que finalmente le permite al sujeto optar nuevamente por la vida.:

“El duelo mueve al yo, a renunciar al objeto, comunicándole su muerte, ofreciéndole como premio la vida para decidirla”  
(Duelo y Melancolía pág. 2100)

Al final pues de todo este proceso al que Freud llama trabajo lo que aparece de manera evidente es que el sujeto es quien realiza el trabajo y que su salida es una elección del sujeto que se plantea ya no el debate entre el principio de realidad y el principio del placer sino entre el goce y la vida. Entre permanecer aferrado al dolor como último modo de amar o apostar por un nuevo amor que sea compatible con la vida hay un esfuerzo, trabajo aquí también se refiere a un esfuerzo un acto que depende de la decisión del sujeto en tanto renuncia dice Freud, renuncia sin duda al objeto, pero renuncia también al goce que el dolor reporta. Esto suena sin duda paradójico pero, lo novedoso que el aporte Freudiano revela es que el sujeto no siempre dese su bien y a

veces procedemos dice él como los “asras que mueren cuando mueren aquellos a quienes aman” (Nuestra actitud frente a la muerte. Tomo II pág. 2111)

Así, nos muestra que esto que llama trabajo es en sí mismo un proceso, una elaboración, una formación, un tratamiento. El sujeto trata lo real, o innombrable, lo enigmático, lo imposible de soportar de la muerte con lo simbólico, de la misma manera que en el curso de toda su obra refiere al trabajo del sueño, para decir que el sueño elabora, transforma ideas latentes, huellas mnémicas carga pura sin representación de palabra, en imágenes verbales en texto consciente, legible. O en su referencia al trabajo de la psicosis a través del cual el delirio le permite al sujeto decir su verdad, hablar del punto de fractura con la realidad e interpretar lo real del goce del otro de la persecución en una misión para redimir la humanidad, incluso en lo que llama el trabajo analítico a través del cual un sujeto puede, sirviéndose de la palabra, tratar lo insoportable de la pulsión.

### **Los tratamientos del duelo**

Para concluir, me interesa revisar una afirmación Freudiana con respecto al tratamiento posible del duelo:

“A pesar de que el duelo trae consigo graves desviaciones de la conducta normal en la vida, nunca se nos ocurre considerarlo un estado patológico, ni remitirlo al médico para su tratamiento. Confiamos en que pasado cierto tiempo se lo superará, y juzgamos inoportuno y aun dañino perturbarlo. ...” Duelo y melancolía, pág. 2091)

Qué quiere decir Freud cuando dice que no se debe intervenir el duelo? Es una afirmación que se debe seguir al pie de la letra o hay otras consecuencias que se pueden derivar de ello y que permitan aportar una respuesta a la pregunta sobre las nuevas modalidades de intervención en el duelo?

Si el duelo es ya un proceso que indica que el sujeto ha iniciado una labor de descargar la energía libidinal del objeto perdido para reintentar vincularse nuevamente a la vida, entonces, qué es lo que se espera que una intervención pueda efectuar?

Si el dolor es la energía que moviliza el proceso de duelo, es pertinente o no, intentar suprimir el dolor?

Para Freud, hay más de una respuesta frente a la pérdida de los objetos de amor. El duelo es una de ellas, la melancolía es la salida patológica que anuncia ella misma que había una predisposición estructural para ello, el dolor y la angustia son otras que son indicadores de que el sujeto no ha logrado hacer un tratamiento ya sea del montante pulsional en juego, ya sea del objeto en si. Adicionalmente, Freud descubre el sentimiento de ambivalencia propio de todo vínculo amoroso, es decir “el padre, la madre, el esposo, la esposa, un hermano, un hijo, un amigo, son para nosotros, por un lado, un patrimonio íntimo, partes de nuestro propio yo, pero también son , por otro lado, parcialmente extraños o incluso enemigo” ( Nuestra actitud sobre la muerte, EN “Consideraciones sobre la Guerra y la Muerte” Tomo II pág. 2116) Es una afirmación que pone en evidencia una compleja relación con el ser amado que involucra además del amor el sentimiento de odio, incluso de deseo de muerte, que luego retornará convirtiéndose en el resorte fundamental del dolor bajo la forma de culpa insensata, siendo ésta finalmente el mayor obstáculo para el proceso del duelo llamado normal o el mayor enemigo del propio sujeto en la melancolía en tanto retorna bajo la autoacusación y la idea delirante de autocastigo.

En estos casos nos encontramos frente a situaciones patológicas que bien pueden requerir de una intervención que favorezca la movilización del sujeto hacia el inicio del duelo, es decir, lo que el psicoanálisis nos enseña es que no es el duelo que el que se interviene, para acelerar su proceso y jamás debe ocurrírse nos impedir su proceso, o eliminar el dolor como motor, ni desculpabilizar al sujeto.

En el psicoanálisis podemos pensar tres vías posibles de intervención al duelo, es decir tres registros de intervención sobre lo real de la muerte, una intervención de lo real por lo simbólico, una por la vía imaginaria y una intervención de lo real por lo real.

La primera, la intervención de lo real por lo simbólico la podemos derivar de la idea Freudiana según la cual, la intervención debe consistir en poner al sujeto en posición de realizar su duelo, de procesar la pérdida, de tramitarla por la vía simbólica, ya sea por el ritual, por el recuerdo que sucesivamente le permite ir agotando la libido, por la palabra, ésta como vía privilegiada pues es la única vía por la cual nos es posible saber qué es lo

que el sujeto ha perdido con el objeto. Si el duelo es la respuesta del sujeto frente a una pérdida y pérdida de algo fundamental, la primera pregunta que ha de orientar el trabajo ha de ser “¿qué ha perdido con él?” En él más que a él.

Sin duda nuestra cultura se ha inventado, además de los recursos simbólicos, recursos imaginarios para el tratamiento de lo real de la muerte como las catarsis, el juego de la ojiva para mantener comunicación con el difunto, esto es, no admitir que se ha perdido definitivamente, las ritualizaciones por la imagen, las fotos, los altares y homenajes que invaden de singularidades musicales y monumentales de los cementerios de nuestra ciudad, las catarsis y las terapias del perdón y el olvido, incluso en su forma más radical, la venganza, que pretende destruir al supuesto responsable del dolor. Este tratamiento de lo real por lo imaginario finalmente no es más que una de las formas a través de las cuales en lugar del duelo lo que los sujetos hacen es “despojar a la muerte de su significación de aniquilación de la vida” entre ellas Freud ubica además las creencias primitivas, no sólo en el sentido de su ubicación en la historia de la humanidad, sino también en el sentido de su función en la vida psíquica en general. Dichas creencias son: La inmortalidad, la vida después de la vida, incluso la existencia de un alma que permite un desdoblamiento entre un cuerpo mortal, pero un alma que sobrevive y triunfa sobre la muerte, pero aún más un borramiento de los límites entre la vida y la muerte implicó que se prolongue la vida en el pasado, lo que permitió el invento de las vidas pasadas, la transmigración de las almas y la reencarnación.

■ Hay por último una tercera vía de intervención sobre el duelo que podemos definir como “tratamiento de lo real por lo real”, me refiero a los modos de intervención que rechazan la opción del sujeto, que suprimen el dolor por medios físicos en un esfuerzo de redoblamiento de la denegación estructural, como el sujeto no quiere saber lo que ha perdido, los otros no quieren saber de su dolor. Es esta una modalidad propia de nuestra época que se funda en el rechazo de saber sobre la muerte: “eterna juventud” “hacer como si no hubiera pasado nada” “lo nuevo siempre nuevo como un rechazo de la muerte”, amparado por los progresos de la ciencia que parece pretender cada vez más la objetivización del sufrimiento humano tratando de reducirlo a una anomalía del organismo, o a explicarlo por una disfunción cerebral a estudiar por las neurociencias y



la causa latente de esta disfunción se revelaría en una huella genética a descubrir por la genética molecular, de este modo la ciencia excluye la subjetividad del sujeto y amordaza la palabra que pueda aportarle algún sentido que a su vez le permita nombrar el vacío que la pérdida produce. Ahora bien, no hemos de ignorar que esta forma de tratamiento por las vías físicas o químicas actúan sobre los afectos que el sujeto manifiesta sean estos angustia o depresión, pero no sobre el sujeto. Le ofrecen un modo de hacer soportable el dolor, para que lo ignore, para que lo olvide, pero no los medios que lo confronten con su condición y le permitan encontrar una salida que lo comprometa como sujeto.

El duelo es pues una confrontación siempre con la salud mental, especialmente porque la muerte, la pérdida de un objeto amado, de un objeto valioso libidinalmente para el sujeto, será siempre una confrontación con una falta en ser fundamental que nos constituye en tanto que seres parlantes, en tanto que seres humanos. Ese es el punto al que se dirigen las vías posibles de elaboración de un duelo. La muerte nos evidenciará siempre que el ideal de salud mental es como todos los ideales una exigencia que rebasa en el hombre sus posibilidades de adecuación a la muerte.

En este sentido me interesa concluir con la reflexión sobre la muerte que dejé anunciada en un comienzo, pues sin ella el duelo no se nos hace comprensible..... Hay en la teoría Freudiana 4 premisas sobre la muerte que le dan el fundamento a su obra:

- La muerte es el desenlace natural de la vida, cada sujeto humano es un deudor de una muerte a la naturaleza, sin embargo nos comportamos como si la muerte no existiera, como si pretendiésemos eliminarla de la vida.
- Hay dos concepciones antagónicas que sin embargo coexisten tanto en el hombre primitivo que en los hombres de nuestros días: Una que reconoce a la muerte como aniquilamiento de la vida y otra que la niega, le da el carácter de irreal, despojándola de su significación.
- tercera premisa: La muerte propia es inimaginable, nuestros esfuerzos por pensar en nuestra muerte nos presentan siempre como espectadores, no podemos pensarnos más que como siendo otro el muerto, es decir, dice Freud,

nadie cree en su propia muerte, en el inconsciente no hay representación de la muerte, somos inmortales, de hecho la expresión que le escuchamos a diario a la gente es “Yo nunca me imaginé que esto me pudiera pasar a mi”, o incluso la pregunta “Por qué a mi? De esto se deriva una pregunta sobre la intervención en Duelo. Es que puede un sujeto elaborar el duelo por su propia muerte? O más bien elabora el duelo por la vida que puede perder? Por los seres amados que perderá? O es que no puede más que mantenerse en la pregunta estructural en todo sujeto humano por la falta que su ser puede producir en el Otro?

- El enigma de la muerte, el enigma más específicamente frente a la muerte propia, pero más aún el doloroso conflicto frente a la muerte de seres amados, es la piedra angular del pensamiento, del pensamiento filosófico, de la psicología misma. (Confróntese “Nuestra actitud frente a la muerte, Tomo II pág. 2113)

“No sería mejor dar a la muerte, en la realidad y en nuestros pensamientos, el lugar que le corresponde ... esto ofrece la ventaja de tener más en cuenta la verdad y hacer de nuevo más soportable la vida, en tanto soportar la vida es y será siempre, el deber primero de todos los vivientes (Será por eso que Lacan sitúa la vida en el registro de lo real?...!!!!)

## **BIBLIOGRAFÍA**

FREUD, Sigmund. Duelo y Melancolía. Editorial Biblioteca Nueva, Madrid, 1974.

----- “Nuestra actitud frente a la muerte” EN Consideraciones de actualidad sobre la guerra y la muerte

----- “Lo perecedero”