



LA CULPA EN EL DUELO

María Paulina Mejía Correa¹
Sofía Fernández Fuentes²

Resumen

El duelo se encuentra acompañado en muchas ocasiones por la culpa, sentimiento que revierte contra el sujeto hostilidad y autorreproches por la pérdida del ser querido. ¿Qué explica su presencia? De la mano de Freud se explora la naturaleza de los vínculos, para con su lucidez habitual comprender por qué dolor y culpa se entremezclan de manera tan extraña.

Palabras claves: Duelo, dolor, culpa y palabra.

Dolor y culpa

Se hace duelo por lo perdido. Y para el sujeto una persona o un objeto cobra el estatuto de perdido si ha sido una presencia *significativa*, 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.

Partiendo de esta idea se podría suponer que cuando se pierde algo significativo, el afecto principal y único que acompaña esta pérdida es un

¹ Psicóloga. Profesora Asociada. Departamento de Pedagogía. Universidad de Antioquia. Magister en Ciencias sociales: Énfasis Psicoanálisis, cultura y vínculo social. Coordinadora grupo de investigación, Conversaciones entre pedagogía y psicoanálisis. Autora libro Las Mujeres y el superyó. Coautora libro "Psicología social y psicoanálisis: Pichón con Lacan". Coautora separata La Relación maestro- alumno desde el psicoanálisis. Un estado del arte. Revista Educación y Pedagogía. Correo electrónico: mpmejia17@gmail.com

² Psicoanalista. Profesora vinculada. Universidad de Envigado. Profesora cátedra. Universidad de Antioquia. Magister en Ciencias Sociales. Énfasis: Psicoanálisis, Cultura y Vínculo Social. Miembro de los grupos de investigación, Psicología y filosofía estética. PSIFE y Conversaciones entre pedagogía y psicoanálisis. Coautora del libro: Mujer y feminidad en el Psicoanálisis y el Feminismo. Coautora separata Relación maestro-alumno desde el psicoanálisis. Un estado del arte. Revista Educación y pedagogía. Correo electrónico: hoisis@yahoo.com

profundo dolor. Dolor que se manifiesta como desazón, pérdida de interés por el mundo exterior, pérdida de la capacidad de amar, inhibición de la productividad.

Sin embargo, se encuentra que en algunos casos aparece un afecto supremamente molesto e incómodo que complica el proceso de duelo. Y este afecto es el sentimiento de culpa.

Ese sentimiento de culpa se manifiesta como una gran angustia, acompañada de un fuerte autorreproche y un juicio severo contra sí, pues la persona considera que no hizo lo suficiente frente al ser querido que perdió, que en algún punto causó esa muerte o que quizás la pudo evitar, pero por alguna razón no lo hizo. Esta culpa, por tanto, se asocia a una rebaja del sentimiento de sí, es decir, a un desprecio del ser.

Situación que plantea una pregunta. ¿Cómo es posible que la culpa esté presente en tantos duelos de seres queridos, incluso en aquellos en los cuales la persona hizo todo lo que estuvo a su alcance para cuidar al enfermo? ¿Cuál es la naturaleza de los lazos afectivos que se establecen entre los seres humanos que la pérdida del objeto de amor se constituye en una ocasión privilegiada para que salga a la luz una culpa aparentemente injustificada?

Al respecto se puede encontrar en la teoría psicoanalítica un puntal de apoyo para intentar explicar esta paradoja. Freud anota que los seres queridos son, por un lado, una propiedad interior que se ama y se valora; pero, a su vez, el otro es también un extraño, quien en ocasiones es sentido como un estorbo y, quizás, como un enemigo. Es así como el más tierno y más íntimo de nuestros vínculos amorosos también está teñido de hostilidad, es decir, de un deseo de eliminar al otro. Un ejemplo de ello se encuentra en el dicho de una niña quien supuestamente deseaba mucho tener un hermanito. Cuando éste nace le pregunta a su madre con tierno tono: “Mamá, ¿será que yo puedo *estripar pasitico* a mi hermanito?”.

Este ejemplo es muy ilustrativo porque señala cómo en medio del afecto existe también una hostilidad que la niña intenta dominar y reprimir, frente a la cual propone y asegura que “va a “estripar pasitico” a su hermanito.

Es así como cualquier vínculo humano está atravesado por la *ambivalencia*, es decir, por la existencia simultánea del amor y del odio. Sin embargo, ese odio no siempre sale a la luz. La persona logra reprimir ese impulso hostil, se abstiene de manifestarlo, lo que a su vez se constituye en una de las condiciones para poder preservar y conservar los vínculos amorosos. Al respecto Freud (1979, p.300) afirma: “Es lícito decir que los despliegues más hermosos de nuestra vida afectiva los debemos a la *reacción* contra el impulso hostil que registramos en nuestro pecho”.

Es así como en ningún vínculo humano prima solamente el amor. Aún en las relaciones aparentemente menos ambivalentes, como por ejemplo en la relación madre - hijo, se presenta la hostilidad. Incluso se dan casos en los cuales una gran ambivalencia de la madre hacia su hijo se compensa con un exagerado cuidado.

Pero, ¿qué sucede con esos impulsos hostiles cuando un ser querido se enferma? Esos impulsos hostiles generalmente se desalojan de la conciencia y se exagera, por el contrario, una gran ternura la cual muchas veces se refleja en un exagerado cuidado. De igual modo, la hostilidad se puede reprimir cuando el ser querido muere. De ello da muestra una gran idealización que se hace sobre el ser fallecido. Quizás a esto se deba el dicho según el cual “no hay muerto malo”.

Sin embargo, aunque esa hostilidad se desaloje de la conciencia, aunque se obre en forma totalmente contraria a los actos que dictaría la hostilidad, el sujeto en duelo puede quedar preso de un fuerte sentimiento de culpa. Pero ¿cómo es que dicha ambivalencia desalojada de la conciencia en el momento de una pérdida se torna en culpa? Para responder esta pregunta es necesaria una breve reflexión sobre este sentimiento.

Ya se anotó que la culpa es una modalidad de la angustia, acompañada de un desprecio de sí. Por tanto, si la culpa supone un afecto tan molesto y una representación de sí mismo tan deteriorada, es lógico suponer que las personas tratarán de evitar que ese sentimiento se active en su interior. Pero ¿cómo lo evitan? Se desaloja de la conciencia la hostilidad. Sin embargo, la

culpa aparece con fuerza cuando se pierde a un ser querido. Ahora bien, la persona se siente culpable porque de alguna manera se realizó en la realidad un deseo hostil que ya había sentido y/o fantaseado.

Es necesario aclarar que la emergencia de la culpa no supone necesariamente que la persona se haya imaginado eliminando al otro. Basta un sentimiento hostil más o menos intenso, que se puede manifestar de muchas formas, para que aparezca la culpa. Ello permite afirmar que el sentimiento de culpa es una forma como la persona intenta expiar un daño imaginado, que se convirtió en realidad, aunque fuese a su pesar. Y lo expía, precisamente, castigándose con los autorreproches e incluso con síntomas físicos.

La culpa que acompaña un duelo puede manifestarse de varias formas, incluso aparecer sin estar acompañada de un autorreproche conciente. Es más, una culpa que no es elaborada puede causar estragos. Esta premisa puede ser ilustrada a través de un caso. Cierta joven tenía una relación muy hostil con su padre. En noviembre de 1998 su padre muere de repente. Acto seguido el joven empieza a decir que presiente que él también va a morir muy pronto, pero no se explica por qué tiene esa sensación. Meses después le diagnostican un cáncer y al año siguiente muere en noviembre, el mismo mes en el cual falleció su padre. Alguien podría decir que esto es una casualidad, pero la hipótesis que en este artículo se propone es contraria. La culpa causada por la hostilidad hacia un ser querido puede derivar en un deseo de ser castigado, deseo que puede ser actuado de distintos modos, incluso a costa de la propia vida.

En otros casos menos dramáticos puede ocurrir que la persona se castigue adquiriendo uno u otro síntoma físico de los que tenía el ser fallecido. Otro caso ilustra esta situación. Un hombre adulto pierde a su padre, con el cual primaba una relación de mucha hostilidad y rivalidad. Este joven empieza a sentir mucha culpa por esta muerte, aún sabiendo que las causas para nada lo involucraban, y empieza a sentir unas picadas en el pecho, síntoma pasajero similar al dolor de su padre antes de morir.

La culpa también puede aparecer en los sueños. Es el caso de Freud (1979b, p.274) quien luego de la muerte de su padre sueña que él como hijo debió haberlo acompañado en todo el funeral. Sueño que Freud interpreta

como una especie de autorreproche por la evidente hostilidad que él tenía hacia su padre.

O, es el caso de una mujer de 44 años quien consulta repetidas veces al médico por dolor abdominal bajo y “ardor” para orinar, luego de un año de la muerte de su madre; estas molestias sólo desaparecen cuando relata el sueño de que su madre y ella “estaban encerradas en una candelada” de la cual la madre se libera dejándola a ella allí, y luego logra verbalizar que había sacrificado su posibilidad de tener esposo e hijos por cuidar la enfermedad de su mamá.

La culpa, entonces, es un afecto que puede estar asociada a representaciones conscientes o no, y frente a la cual habría que hacer un trabajo de elaboración, pues si ella queda disociada de dicha representación puede retornar en el cuerpo, en el acto, en el ánimo, y causar estragos.

Trabajo de duelo cuando hay sentimientos de culpa:

La presencia de la culpa en el duelo plantea una pregunta ineludible ¿cómo tramitar este afecto en un proceso que busca posibilitar la elaboración del duelo?

Sobre el proceso de duelo Freud (1979c, p.242) escribe:

El examen de la realidad ha mostrado que el objeto amado ya no existe más y de él emana ahora la exhortación de quitar toda libido de sus alcances con ese objeto. A ello se opone una comprensible renuencia. Universalmente se observa que el hombre no abandona de buen agrado una posición libidinal, ni aun cuando su sustituto ya asoma. Esa renuencia puede alcanzar un extrañamiento de la realidad y una retención del objeto por vía de una psicosis alucinatoria de deseo.

Si se toma esta cita a la letra, de ella se puede derivar que un duelo supone una serie de procesos psíquicos.

Uno de esos procesos supone que el doliente constata de alguna manera que la persona ha muerto. Esta constatación no siempre pasa por la percepción del fallecido, es una verificación simbólica, es la representación de la muerte del otro como dato que exhorta al sujeto a aceptar esa realidad. Es un llamado a suspender las vacilaciones.

Si la vacilación se suspende el sujeto podrá hacer una resta, es decir una operación que consiste en quitarle a la persona la significación que tenía. Pero esa resta es difícil, implica mucho esfuerzo y gasto psíquico, por tanto el doliente no dejará de oponerse a ello.

Una de estas oposiciones puede ser el crear formas imaginarias de hacer existir al muerto; por ejemplo, decir que él le habla, lo acompaña, o que siempre siente su presencia.

Así, es posible decir que el trabajo de duelo conlleva un gran gasto psíquico que lógicamente disminuye el interés por el mundo. 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.

Desde diferentes visiones se propone como método para la elaboración del duelo la verbalización. Ella posibilita descubrir la significación singular e histórica de la pérdida, lo que, a su vez, ayuda a resignificar el vínculo con la persona que se ha perdido. Trabajo de duelo que es vivenciado por el sujeto de acuerdo a las deudas simbólicas adquiridas con el fallecido, a la intensidad y a la ambivalencia de esta relación. Trabajo en el que hay una gran inversión de tiempo el cual supone un proceso de reconstrucción subjetivo altamente doloroso. Una vez realizado, la energía psíquica deja de concentrarse en la persona que se ha perdido y puede recubrir otros objetos amorosos y otras actividades.

Como se ha puntuado durante el texto, en medio de la pérdida de esa relación tan singular que tenía el doliente con el ser querido fallecido, puede aparecer un sentimiento de culpa, que en muchos casos no tiene ningún asidero en la realidad, es decir, la persona no causó la muerte del otro. Pero, más allá de los hechos de la realidad, terreno sobre el cual es un juez el que debe indicar si alguien es o no culpable jurídicamente, hay otro ámbito que interesa y es el de la *realidad psíquica*. Es decir, todos aquellos pensamientos y afectos que habitan a un sujeto independientemente de sí son o no del orden de la realidad material.

Ya se anunció que no se trata de reprimir la representación asociada a la culpa. Tampoco se trata de negarla, desculpabilizando al sujeto, pues de hacerlo es posible que ese sentimiento retorne, causando estragos. Se trataría, por el contrario, de elaborarla. Ello supone que el sujeto pueda tener noticia de aquellas representaciones hostiles ligadas al muerto, pueda elaborar el desprecio que en otrora sintió por el fallecido, para que no siga pagando con la angustia, la muerte del otro.

Así, la culpa indica caminos que no se deben eludir. Enric Berenger (2010, p.21) lo dice de manera precisa cuando enuncia que la angustia:

es un letrero que indica algo que muchas veces es lo que hace límite a aquello de lo que el sujeto cree que es capaz. También abre una puerta para que pueda reconocer parte de sí mismo que no conoce, es algo que apunta a la dirección de situar y reconocer deseos ignorados...

Entonces, más allá de la pérdida, más allá de la culpa es posible acudir a la palabra como dice el poeta español Blas de Otero (2005) para no quedarse preso de la angustia:

EN EL PRINCIPIO

Si he perdido la vida, el tiempo, todo
lo que tiré, como un anillo, al agua,
si he perdido la voz en la maleza,
me queda la palabra.

Si he sufrido la sed, el hambre, todo
lo que era mío y resultó ser nada,
si he segado las sombras en silencio,
me queda la palabra.

Si abrí los ojos para ver el rostro
puro y terrible de mi patria,
si abrí los labios hasta desgarrármelos,
me queda la palabra.

BIBLIOGRAFÍA

De Otero, Blas, "En el principio", Hojas sueltas de Silsh,
<http://silsh.blogcindario.com/2005/12/00004-quot-en-el-principio-quot-blas-de-otero.html>,
(Consultado enero 21 de 2011)

Enric, Berenger. (2010). "Elogio de la angustia". En: Conferencias pública. Bogotá: Net Educativa.

Freud, Sigmund, (1979a). "Nuestra actitud hacia la muerte". En: Obras completas. Buenos Aires: Amorrortu,

_____ (1979*b*). "Carta 50" (2 de noviembre de 1896). En: Obras completas. Buenos Aires: Amorrortu

_____ (1979*c*). "Duelo y melancolía". En: Obras completas, Buenos Aires, Amorrortu, 1979.