

# El duelo

Un espacio intermedio  
de aprendizaje  
en la vida



Alfonso Miguel García Hernández





# EL DUELO. UN ESPACIO INTERMEDIO DE APRENDIZAJE EN LA VIDA

Alfonso Miguel García Hernández

© El duelo: un espacio intermedio de aprendizaje en la vida  
© Alfonso Miguel García Hernández  
ISBN papel: 978-84-686-2218-7  
ISBN ebook: 978-84-686-2219-4

Editor Bubok Publishing S.L.  
Impreso en España / Printed in Spain

# **EL DUELO. UN ESPACIO INTERMEDIO DE APRENDIZAJE EN LA VIDA**

## **Contenidos**

|   | Página |
|---|--------|
| <b>Nota del autor</b>   | 7      |
| <b>Agradecimientos</b>  | 9      |
| <b>Prologo</b>  | 11     |
| <b>Introducción. Unas reflexiones pertinentes</b>                             | 19     |
| Cómo se entiende hoy la muerte  | 41     |
| <b>Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida</b>                              | 49     |
| El mundo interno  | 62     |
| Sobre el pensamiento de los dolientes. La construcción de una nueva identidad | 64     |
| Cuando Los hijos que “se van” son especiales                                  | 82     |
| <b>La continuidad de vínculos con el fallecido</b>                            | 89     |
| El amor y los sueños en el duelo  | 100    |
| Comunicación con el hijo  | 102    |
| 1. Detectar la presencia del hijo   | 112    |
| 2. Revivir la relación: conversaciones  | 112    |
| 3. Soñar o anhelar la presencia del hijo                                      | 114    |
| 4. Una realidad: más allá de los sueños                                       | 121    |
| Repertorios evocadores de recuerdos de los padres que perdieron hijos         | 124    |
| Vinculación con objetos del hijo  | 131    |
| <b>Decidir sobrevivir en pareja. Diferentes parejas, diferentes viajes</b>    | 153    |
| <b>Grupos de apoyo</b>  | 163    |
| <b>Los territorios de la trascendencia</b>                                    | 179    |
| <b>A modo de conclusión</b>   | 203    |
| <b>Referencias bibliográficas</b>   | 215    |

Recuperado por:  
Roberto C. Ramos Cuzque

## NOTA DEL AUTOR

El libro que tiene en sus manos *El duelo. Un espacio intermedio de aprendizaje en la vida*, es el segundo libro de una trilogía sobre el duelo, escrito a continuación del libro *La pérdida y el duelo. Una experiencia compartida* desde la idea central de acercar al entendimiento de aspectos relativos a la vivencia de la pérdida y el proceso de duelo a profesionales y personas interesadas en la materia. El presente ejemplar se centra en particular en la continuidad de vínculos con el hijo fallecido, la vivencia del duelo en la pareja, en el seno de los grupos de apoyo y en el transitar por esos nuevos territorios que posibilita el duelo, en ocasiones, relativos a la trascendencia. De manera que su lectura ayude a profundizar en el tema, y a quienes han vivido una pérdida importante en sus vidas a encontrar sentido y orientación en pro de caminos del duelo resilientes, que posibiliten aprender a vivir de nuevo, con la mirada puesta en el hoy y en la trascendencia de la vida.

El presente libro incorpora referentes a investigaciones además de experiencias vividas en primera persona por personas en duelo, fundamentalmente padres que perdieron hijos, pues busca ampliar nuestras perspectivas en el entendimiento del duelo que nos permita comprender las historias de padres y madres que nos invitan a acercarnos a la subjetividad del ser humano, al morir de su hijo, a su historia de vida en su tiempo y a su fenomenología. De modo que entendamos que los dolientes necesitan reconciliarse con un mundo al que han nacido de nuevo como unos extraños, y en el que en la medida de su específica unicidad,

permanecerán como extraños si no son capaces de dar sentido a lo sucedido. Una búsqueda de sentido que se logra gracias al intento de dar comprensión a lo que acontece desde la necesidad de armonizarnos con nosotros y con el mundo, mediante el amor a nuestro ser querido y al mundo.

Invitamos al lector, si lo desea, a que se permita saltarse la lectura de capítulos que considere oportunos o ir a los capítulos que le resulten más interesantes, pudiendo ir de adelante para atrás sin tener la sensación de que pierde el hilo conductor del presente libro.

## **AGRADECIMIENTOS**

A todos los niños y jóvenes que han muerto y a sus madres y padres, que recordamos como amigos del corazón, les nombramos y dejamos que sean las palabras de boca de sus padres las que hablen de ellos.

Ellos saben que contar lo que han vivido les ha ayudado a ellos y a quienes les han seguido. A cientos, a miles de padres que han experimentado lo mismo... la experiencia de perder un hijo.

A ellos queremos hoy recordar y en su nombre encender una vela para que los alumbre en su camino.

Alfonso García, agosto de 2011.

En estos “espacios” vacíos - que nos dejaron nuestros seres queridos, caben todos los recuerdos”, dudas y lágrimas, que hacen de este grupo de duelo, un puñado de -Amigos- que navegan en un mismo barco. Llevando - Para siempre en el corazón- a esos Ángeles que eternamente nos acompañan.

En agradecimiento a -Alfonso- a todos ellos, a sus recuerdos, a sus sonrisas, a su mano tendida. Elevamos estas poesías para que empapen a nuestros -Tesoros de cielo- y retumben en sus oídos, eso que todos gritamos.

Nunca os olvidaremos

Emilio e Isabel, abril de 2009



## PRÓLOGO

Agradezco nuevamente al Dr. Alfonso García la oportunidad de escribir el prólogo de éste y su anterior libro titulado LA PÉRDIDA Y EL DUELO. UNA HISTORIA COMPARTIDA.

Este libro **“EL DUELO. UN ESPACIO INTERMEDIO DE APRENDIZAJE EN LA VIDA”**, le ayudará a afrontar y a comprender el duelo por el que experimentan las personas que han perdido a un hijo. Existe una gran variedad de libros y manuales de autoayuda para personas en duelo, pero muy pocos abordan el tema de manera clara y vivencial dando voz a los protagonistas de esta experiencia catalogada como la más difícil de sobrellevar, “los padres y madres” en duelo.

Este libro es diferente, su planteamiento es desde la Construcción del discurso, la narrativa, el mundo de los significados y la continuidad de vínculos con los que ya murieron, los que se convirtieron seres de luz, que los acompañan a lo largo de la vida.

El Dr. Alfonso García es un experto y autoridad a nivel mundial en el acompañamiento en el procesos de duelo a padres y madres dolientes por más de 20 años, su trabajo ha dado frutos con el abordaje de cómo encontrar sentido y significado a la muerte en un mundo convulsionado por la vida rápida, “light”, donde hay poco tiempo para detenerse a reflexionar de lo más seguro que todo ser vivo tiene: La muerte.

Este libro también está dirigido a los buscadores del conocimiento, de las nuevas teorías, del abordaje psicológico y sociológico del duelo, para los interesados en saber cómo se puede aprender a acompañar a los

dolientes, a estar junto a ellos y a no “dar recetas” para vivir un duelo.

A través de la lectura encontrarás las herramientas que te ayudarán mejorar tu “nueva vida” a partir de la muerte de tu hijo, cómo todo cambia, como la familia, los hábitos, los caminos, los rumbos, las fechas, los días, las estaciones del año, etc.

El diseño de este libro nos permite leer desde el inicio, o cualquier otro capítulo de interés, sin sentir que se pierde la continuidad de cada uno de ellos.

En la **Introducción** nos lleva a reflexionar sobre la importancia de nuestros maestros, los padres y madres dolientes que han perdido un hijo, son lo que nos enseñan, transmiten conocimientos, construyen sus vidas llenos de significados y símbolos que nos conectan con el otro, el ser querido, el dolor de ser madre y más cuando se deja de serlo.

En el apartado de Duelo: **Sufrimiento y dolor por la pérdida**, revisa nuestro mundo interno, lo que pasa dentro de nuestras emociones y sentimientos y no en los pensamientos. Lo que expresamos a través del dolor y sufrimiento.

Aborda también un tema de suma importancia, sobre los hijos que “se van” y que son especiales, los que no nacieron por algún problema de salud, los que nacieron con una enfermedad, los que vivieron con alguna discapacidad, estos hijos son los maestros de los padres, que seguramente enseñaron y dejaron un legado que trascienden a través de sus padres.

En el siguiente apartado titulado La **continuidad de vínculos con el fallecido**; buscamos a través de muchas preguntas, muchas respuestas por ejemplo: *¿Por qué*

*seguimos conectados con nuestros seres queridos? ¿Por qué lloramos y rechazamos lo desconocido? ¿Por qué lo bello es tan importante para nosotros?* Las personas con frecuencia refieren la sensación de la experiencia sensorial con sus seres queridos, algunas dicen “parece que lo tenía a mi lado”, “sentí que me tocaba el hombro” y otros tienen la necesidad de renunciar y seguir adelante solo con sus recuerdos.

La comunicación con el “otro” puede ser a través de los sentidos, el olfato, la vista, el oído, el tacto y los sueños. Saber que tienes contacto con ellos, ayuda a continuar el vínculo para finalmente reubicarlos en la memoria y dejar espacios para otros, pero nunca en el olvido.

Los padres y madres dolientes cuentan sus vivencias y experiencia, narrando cada detalle, describiendo sus lazos después de “que él murió” de como cambiaron sus vidas, dejando un vacío, ese vacío que será necesario llenarlo.

Y su relación con los objetos del hijo, que les permite comunicarse a través de ellos, que usan como prenda, que los guardan celosamente, que adornan su casa, las fotografías que se enmarcan en dijes y se cuelgan al cuello, a ellos se les pide protección, ayuda a resolver sus problemas, a cuidarnos como ellos lo hicieron cuando estuvieron a nuestro cargo.

En el apartado; **Decidir sobrevivir en pareja. Diferentes parejas, diferentes viajes**, muy pocos autores y trabajos reportados en la literatura nos explican este fenómeno del divorcio o separación de los padres después de la muerte de un hijo. ¿Será verdad que es por esta razón, o qué acontece ante la crisis de dolor que surgen los verdaderos problemas conyugales?, los invito a conocer

los resultados de esta investigación donde el Dr. García Hernández expone magistralmente sobre este tema.

¿Qué sucede cuando ambos padres están divorciados y se encuentran durante el funeral de su hijo?, ¿Qué pasa cuando uno de los padres no tenía buena relación con el que falleció?; otra pregunta más que se hace, ¿cuándo hay más hijos? ¿Qué papel juegan? ¿Cómo sobreviven al duelo familiar? Estas preguntas son explicadas ampliamente por el autor, ¡Vamos! revisemos este apartado, seguramente encontraremos las repuestas.

Las entrevistas realizadas a padres y madres en duelo en las que narran sus historias de vida crean su futuro simbólico; sin lugar a duda muchos encontraran eco en las voces de ellos, en sus palabras, acciones. El dolor es el mismo, solo que la historia personal cambia, la distancia de esos padres se acorta con la experiencia vivida.

Un apartado que no puedes dejar de leer es: LOS GRUPOS DE APOYO. ¿Sirven para trabajar el duelo?, claro que sí, son un espacio de libertad de expresión, en las que se cuentan historias, se expresan emociones y sentimientos sin miedo a sentirse reprimidas, en los grupos, “no hay recetas” cada uno va acomodando su dolor frente al dolor del otro.

¿Qué ocurre realmente en un grupo de apoyo? El Dr. García Hernández comparte su experiencia de más de 20 años de trabajo con su grupo llamado “*Para siempre en el corazón*”. Cada participante habla, llora, se reconcilia, encuentra nuevas formas de vida, donde se amalgaman las emociones, haciendo de éste un grupo de encuentro y crecimiento.

Estos grupos están diseñados por un tiempo y espacio, donde cada uno aprende a vivir con sus lazos, símbolos y significados. La forma de trabajo permite al facilitador motivar a cada participante a cohesionarse al grupo, está determinado el número de sesiones y horas suficientes para el abordaje del entendimiento del duelo.

En **Los territorios de la trascendencia**, el autor aborda magistralmente la multi-dimensionalidad de la trascendencia considerando posicionamientos filosóficos, ideológicos y religiosos; así como en las áreas cognitivas, psicológicas y afectivas; pero fundamentalmente desde la perspectiva humanista y real de los padres y madres dolientes, de la red de nuevos vínculos y significados, del fortalecimiento de los sentimientos de pertenencia con la pareja, la familia y la sociedad; para ser congruentes con la realidad trascendente, para reconstruir el sentido de su vida, volver a tener de nuevo la seguridad en sí mismos y la confianza en los demás y en el mundo, a través de la resignificación por la muerte de los hijos que se han ido.

Finalmente, el libro es un viaje por el pasado, presente y futuro. El duelo es un camino que construimos todos los días, con palabras, acciones, oraciones, imágenes. Este libro ha sido escrito por los padres y madres dolientes que se atrevieron a contar su historia y que el Dr. Alfonso García, con singular sapiencia, escuchó cada palabra y cada silencio para compartirlo contigo y conmigo.

Verónica De León de Cuetos

Déjalos ir con amor, IAP

Culiacán, Sinaloa, Septiembre 2012



El Tao que puede ser expresado con palabras  
no es el Tao eterno.  
El nombre que puede ser pronunciado  
no es el nombre eterno.  
Lo que no tiene nombre es el principio del cielo y la tierra.  
Lo que tiene nombre es la madre de todas las cosas.  
La permanente ausencia de deseos  
permite contemplar el gran misterio.  
La constante presencia de deseos  
permite contemplar sus manifestaciones.  
Ambos estados tienen un origen común  
y con nombres diferentes aluden a una misma realidad.  
El infinito insondable es la puerta de todos los misterios.

Lao Tse, *Tao Te Ching*, I



## **INTRODUCCIÓN. UNAS REFLEXIONES PERTINENTES**

Quien tiene un porque para vivir, encontrará casi siempre el como.

F. Nietzsche. *El crepúsculo de los ídolos*, p. 35.

Enseñar a pensar, propiciar reflexionar sobre la tranquilidad del alma y la serenidad. Vivir y sentirse bien, como una prolongación de quien somos. Buscar el equilibrio que es más que anímico, psíquico o corporal y que posibilita un desarrollo de la felicidad pues quita obstáculos a dar sentido a la muerte, al destino y a lo que nuestros dioses refieren.

Enseñar, es a la vez, transmitir conocimientos y formar espíritus, conduciéndolos según una progresión ordenada, de lo más simple a lo más complejo. De esta manera, el “alumno” se eleva en la apropiación razonada del saber y en la formación del juicio y el gusto, tan alto como lo requiera su destino social, de manera que estará preparado para hacer un uso conveniente de ese saber. En el caso que nos trae, el saber lo aportan los años de experiencia de madres y padres que perdieron hijos y vivieron sus procesos de duelo, ellos son nuestros maestros que nos enseñan y nosotros, sus alumnos.

La idea de partida del presente libro es que quienes lo lean capten el sentido del mismo, del lenguaje humano de los padres y madres que perdieron hijos sin importar

## Introducción. Unas reflexiones pertinentes

tanto el material particular que en este sentido se hace accesible. Primariamente, el lenguaje no expresa pensamientos e ideas sino sentimientos y emociones, además de que el hombre vive en su universo físico y en su universo simbólico del que forman parte el lenguaje, el mito, el arte y la religión, a modo de hilos que tejen la red simbólica de su existencia, la urdimbre complicada de la experiencia humana y en la que todo pensamiento afina y refuerza esta red (Cassirer, 1945, p. 47).

Somos conscientes de la dificultad para ofrecer consuelo y compasión cuando la vida no va bien en el seno de la familia o de la pareja tras la muerte de un hijo, por ello entre otras razones, este libro intenta acercar algunas preguntas y respuestas que llenen este vacío.

A lo largo de los últimos veinte años he encontrado, leído y aprendido de muchos libros que hablan del entendimiento del duelo y en particular del duelo de los padres. Hablan sobre todo del duelo individual y dedican pocas páginas al duelo de la pareja, algunos dedican algún capítulo a la pareja, pero aún hoy siguen siendo pocos los libros que hablan en profundidad sobre lo que viven las parejas tras la muerte de un hijo. Por lo “delicado” del tema siguen siendo minoritarios los trabajos que profundizan en el entendimiento de lo que los padres consideran como más problemático y, en lo que hacen y piensan de sus vidas a lo largo del proceso de duelo y pasados los años.

Aunque pueda resultar un tópico, quienes trabajan con padres que han perdido hijos han oído cientos de veces que la pérdida de un hijo es, posiblemente, la pérdida más difícil de soportar, y seguramente una de las más difíciles de integrar en nuestras vidas. La muerte de un niño es diferente a cualquier otra pérdida, porque los

## Introducción. Unas reflexiones pertinentes

niños son una parte muy importante de nuestro legado, y con su muerte, muere gran parte de su futuro y el nuestro. Esto hace que la tarea de incorporar e integrar a la pérdida de del hijo sea un esfuerzo de por vida, y significa, para muchos padres, que el duelo no termina, incluso después de que han aprendido a vivir con la pérdida. Convirtiendo el trabajo de madres y padres en una búsqueda de un modo específico de vivir en un espacio que comparten con el *amor al hijo* y el *amor al mundo*, en donde, desde la acción y el discurso, se inician y desarrollan nuevos comienzos, procesos y distintos resultados.

Para muchos el duelo se entiende como una experiencia privada en la que advertimos como algunas madres y padres coinciden, mientras otros razonan de maneras distintas. De hecho Lévy-Bruhl (1952) sugirió al respecto que dichas diferencias son debidas a la idea de que el foco emocional afecta a la interpretación de los datos, de manera que antes de que la operación lógica se transforme en acción, se da una “tendencia o desviación afectiva” que produce un cortocircuito a favor de lo que el autor denomina “participación mística”, para llegar a la conclusión de que tenemos un sesgo afectivo que nos hace comprender lo sucedido de modo distinto.

La realidad vivida es por ello diferente si nos unimos a los demás participando de sus acciones o si sencillamente nos limitamos a observarles, pues nos ubica en una perspectiva poco favorable para conseguir una comprensión mutua, que facilita entrar en el mundo de la intersubjetividad. Esta cuestión ha hecho últimamente que me oriente no sólo a observar lo ajeno y observable de los padres que viven el proceso de duelo, sino a comenzar a examinar los distintos estilos de pensamiento que tienen, centrándome básicamente en el estilo

## Introducción. Unas reflexiones pertinentes

comunicativo que habla de sí mismos y mediante el cual se construyen. Unos estilos de pensamiento y narrativos que nos permiten clasificar grupos de padres a modo de unidades sociales a las cuales no sólo les vale su estilo como medio de comunicar su estado de dolientes por la muerte de sus hijos.

Significa propiciar una mirada que requiere hacer un esfuerzo extra de entendimiento que nos acerque a la comprensión de distintas comunidades en las que diferentes padres hacen inferencias distintas a partir de experiencias semejantes y tienen respuestas que tienen que ver con el modo en que la tendencia de los mismos o la desviación cultural condiciona sus pensamientos.

Un camino apasionante cargado de encrucijadas y cruces de caminos, de elecciones personales de los padres en los que la lealtad a su hijo fallecido está presente y tiene un peso importante en sus vidas.

Durante los últimos años he enseñando a través de distintos cursos, como profesor de la Universidad de La Laguna, lo que significa el duelo y el impacto que tiene en las familias, en particular en lo referido al duelo de los padres. He tenido la suerte de realizar un seguimiento a más de un centenar de padres e investigado y escrito al respecto, lo cual me ha aportado algunas ideas que incorporo en el presente libro, siempre desde la intención de querer saber más, me he atrevido a avanzar en el presente trabajo. Por ello, tras concluir mi trabajo de tesis doctoral en torno *al significado de perder un hijo: la construcción discursiva del duelo de padres y madres*, he continuado compartiendo con parejas lo que significa perder un hijo, realizándoles entrevistas sobre los procesos del morir, la muerte de sus hijos y el proceso de duelo. De modo que el presente libro incluye fragmentos

## Introducción. Unas reflexiones pertinentes

de en torno a cincuenta historias de padres, historias fragmentadas de parejas con sus nombres, personas valientes que vivieron la muerte de su hijo en primera persona, y que deciden día tras día decir que sí a la vida. Nos cuentan las historias de sus duelos, relaciones y matrimonios que hoy continúan en la casi totalidad de las parejas, pues sólo tres de ellas se han separado y dos de ellas llegaron ya divorciadas. Mientras, el resto de ellas siguen compartiendo sus vidas, abiertas a un mundo en el que nada puede ya sorprenderlos.

Comprender la historia de los padres, incluye comprender los significados dados a lo que Worden denominó los *mediadores del duelo*<sup>1</sup> (figura 1) que son los factores que afectan de modo diferente a los dolientes, condicionando la vivencia del proceso de duelo, y que son: Como es la persona, la naturaleza del apego (la fuerza, la seguridad, ambivalencias en la relación, conflictos con el fallecido, relaciones de dependencia), manera de morir (proximidad, muerte imprevista o esperada, violenta o traumática, pérdidas múltiples, muertes evitables, muertes ambiguas, muertes estigmatizadas), antecedentes históricos, variables de la personalidad (edad y sexo, estilo de afrontamiento, estilo de apego, estilo cognitivo, fuerza personal: autoestima y eficacia personal, mundo de supuestos: creencias y valores), variables sociales (disponibilidad de apoyo, apoyo satisfactorio, desempeño de redes sociales,

---

<sup>1</sup> El autor advierte de la tendencia a simplificar el pensamiento sobre los “factores determinantes del duelo” y los “mediadores del duelo” sobre todo en la investigación debido a que la conducta de las personas en duelo está multideterminada y tanto el profesional como el investigador han de tenerlo presente.

## Introducción. Unas reflexiones pertinentes

recursos religiosos y expectativas éticas) y tensiones actuales.



Figura 1. Mediadores del duelo según Worden (2012, pp. 60-69).

Para nosotros comprender las historias de padres y madres va más allá pues requiere acercarnos a la subjetividad del ser humano, propiciar hablar del otro en singular, acercarnos al morir de su hijo, ocuparnos de su historia de vida en su tiempo, de su fenomenología y de cómo nos deja sin palabras y nos afecta. Cada individuo, necesita reconciliarse con un mundo al que ha nacido de nuevo como un extraño, y en el que en la medida de su específica unicidad, permanecerá como un extraño si no es capaz de dar sentido a lo sucedido. La búsqueda de sentido se logra gracias al intento de dar comprensión que, al fin y al cabo, da cuenta de la necesidad de armonizarnos con nosotros y con el mundo, mediante el amor a nuestro ser querido y al mundo y con ello

## Introducción. Unas reflexiones pertinentes

alcanzar, lo que en el siglo XVIII se denominó la “felicidad personal y pública”.

Para un acercamiento más certero de lo que tratamos “el duelo de los padres” le invitamos a que se imagine que usted va a estar conmigo en los encuentros, en las visitas y en las distintas entrevistas que he compartido con las madres y los padres. Sentado a mi lado, en cientos de reuniones de los grupos de duelo que realizamos los viernes en la tarde en la Facultad de Enfermería y en el Museo de Historia y Antropología de Tenerife, o incluso en mi domicilio o en el de los padres. Sentado a mi lado va a ser testigo de las situaciones vividas y contadas por los protagonistas, las madres y padres; en sus casas, en los funerales, en el cementerio o en espacios de convivencia compartidos tales como fiestas, celebraciones, comidas y encuentros.

Principalmente me va a acompañar cuando les visito en sus hogares donde nos reciben y nos ofrecen café o alguna otra bebida, sentados en la cocina, en el salón o incluso en el cuarto de su hijo. Mientras nos miran como queriendo poder contarnos todo en un instante, o retomar algún fragmento de su historia de la que hablamos en un encuentro anterior, pues han encontrado un nuevo sentido o detalle a algunos aspectos compartidos. Sentimos como están tensos y ansiosos de empezar a contar su historia que es siempre especial y que no se hace esperar y a la que dedicamos todo el tiempo necesario. Les pido permiso y enciendo la grabadora que es fiel testigo de las palabras, un instante más tarde ya nos olvidamos de su presencia y aunque llevo un diario de campo en mis manos no suelo escribir cuestiones en él mientras les escucho, salvo algún nombre o detalle.

## Introducción. Unas reflexiones pertinentes

En la mayoría de las ocasiones no necesito ni preguntar pues son ellos los que realizan el recorrido por un guion exhaustivo, cronológico y detallado de estos capítulos vitales tan importantes en sus vidas: la historia de la vida compartida, el morir y la muerte del hijo, los instantes relativos al funeral y el proceso del duelo y el futuro anhelado son los capítulos habituales en este recorrido casi milimétrico. Los padres desarrollan la historia con un guion vital que ha sido recorrido infinidad de veces y en el que intentan descubrir el sentido de lo que aconteció, la vida que se truncó, dando respuestas al sinsentido de un proyecto vital inacabado.

Recientemente he vuelto a escuchar algunas grabaciones de entrevistas realizadas en años pasados que me permitiesen aproximarme más a los hechos narrados por madres y padres y creo que escucharlos me han servido para reafirmarme en la idea preconizada por Bowlby:

*“La pérdida de una persona querida es una de las experiencias más intensamente dolorosas que puede sufrir cualquier humano, y no es sólo doloroso de experimentar sino también doloroso de presenciar, aunque sólo sea porque somos impotentes a la hora de hacerlo (1980, p. 7)”*

Y de la que se hace eco Parkes cuando dice:

*“El dolor es inevitable en tal caso y no se puede evitar. Proviene de la conciencia de ambas partes de que ninguna puede dar a la otra lo que quiere. El profesional no puede traer de vuelta a la persona que ha muerto, y la persona en duelo no puede gratificar al profesional que le ayuda pareciendo ayudada (2001, p. 175)”*

Realmente me he sentido más incómodo escuchando de nuevo estas entrevistas que cuando las viví en tiempo real y fui testigo del dolor de los padres. Nunca he

## Introducción. Unas reflexiones pertinentes

cuestionado que la experiencia de los dolientes nos toca de distintas maneras pues nos hace conscientes de nuestras pérdidas, nos facilita reconocer la vulnerabilidad de todos ante las pérdidas y de nuestro lugar frente al cuestionamiento personal de las mismas. Elementos de necesaria reflexión para un posicionamiento personal que le animamos a realizar, en particular a asesores y profesionales que trabajan con personas en duelo. Como decía Platón cuando orientaba a sus discípulos a practicar el morir, para propiciar una reflexión sobre la propia muerte en aras a producir beneficios en el presente y en el futuro que redunden en profesionales más eficaces en su trabajo.

Somos conscientes de que los hechos que no incorporamos a las historias no tienen sentido, se borran de nuestras vidas, y que de manera semejante, en ocasiones, los padres hacen énfasis en cuestiones cotidianas en lugar de entrar en otras importantes que están por venir. Y que por mucho que escribamos los hechos cotidianos la mayoría no se transformarán en recuerdos, al igual que sin acontecimientos no hay representación. Pero son los protagonistas quienes dan valor a un hecho, a los fragmentos de su vida y los transforman en acontecimientos importantes, vitales, con sentido, haciéndolos sensibles al mismo. Por ello la importancia de la historia, del sentido que atribuyen padres y madres a los acontecimientos y los rituales que les acompañan. Una razón más del valor que damos al encuentro, en el que además asistimos a como los padres dan un valor y destacar determinados acontecimientos

## Introducción. Unas reflexiones pertinentes

mientras en otros contextos se permiten trivializar los mismos<sup>2</sup>.

Un camino desde miradas distintas, tal como nos acerca Rostain (2012) cuando habla en su libro *el hijo*, poniendo la historia en boca de su hijo fallecido, así como las respuesta a las preguntas, significados y razones de lo que acontece en ese mundo nuevo tras la pérdida, que realiza mediante una inmersión en dicho mundo, en las acciones y en los significados que da a los acontecimientos de la vida de su hijo, desde su mirada ficcional y cercana.

Las historias son siempre personales y con una marcada carga emocional, independientemente de que el hijo haya fallecido hace pocos días, unos meses o unos años. De

---

<sup>2</sup> Al igual que Galanti (1997), en el presente libro prefiero hablar de historias que de teorías, ya que la manera más efectiva de hacer es contar una historia. Además de que la gente recuerda mucho mejor las anécdotas que los hechos y las teorías. Y las teorías que surgen de las historias son mucho más fáciles de captar y retener a las presentadas en el vacío, ya que crean un sentido de empatía y resonancia con nuestras emociones. Por ello que defendamos y demos más énfasis a los estudios de casos y las lecciones que se puede sacar de las historias pues son más beneficiosas, aunque hay un enfoque teórico tras de ellas que podríamos decir que se basa en la teoría de la adaptación.

Creo que en la mayoría de los casos, las personas han desarrollado tradiciones encaminadas a lograr el éxito en el entorno en el que viven. Esto incluye adaptaciones a ambientes tanto en lo físico como en lo social. Obviamente, hay excepciones, y hay otros enfoques teóricos que son igualmente fructíferos para explicar el comportamiento de la gente. Sin embargo, nos centramos en este abordaje pues nos permite acercarnos a las interpretaciones condicionadas culturalmente. Cuando los conflictos culturales se producen, a menudo es porque lo que tiene éxito en una serie de circunstancias ambientales puede no tenerlo en otras y en otros.

## Introducción. Unas reflexiones pertinentes

pronto, todos los padres están en un tiempo de nadie, en un tiempo de todos, de su hijo y de la familia que es vivido como sagrado. Mientras, la entrevista va desarrollándose con un ritmo y cadencia a lo largo de varias horas como si el tiempo no existiese y el espacio se transformase y se expandiese.

Por paradójico que pueda parecer casi siempre hay risas en todas las entrevistas, un elemento recurrente que va en ascenso en el caso concreto de los encuentros de los miembros de los grupos de duelo. Al final de la entrevista, suelo concluir realizando un resumen de lo que me han contado de modo que agrupo los elementos que considero más relevantes, a los que ellos pueden sumar aspectos significativos y les doy las gracias a la pareja y a la familia.

En distintas ocasiones aprovecho los encuentros en sus domicilios para hablar con los otros hijos, abuelos o tíos, quienes también me agradecen mi presencia y el tiempo que compartimos, y no es raro escucharles decir que nunca habían tenido la oportunidad de contar muchas cosas que han contado o incluso tener la posibilidad de contar su historia completa.

Realmente recuerdo todas y cada una de las entrevistas como una experiencia emocional, expresiva y espiritual más que analítica, al igual que el camino de construcción de significado que realizan las parejas de sus historias a lo largo de los meses y años sucesivos.

Cada individuo y pareja dice mucho acerca de cómo se enfrenta y lucha por resolver los distintos problemas que han tenido a lo largo de sus vidas y de como ahora forman una parte ineludible de sus vidas el proceso del morir y la muerte de su hijo; cómo los resolvieron y cómo ellos condicionan en la actualidad su vida personal, sus

## Introducción. Unas reflexiones pertinentes

elecciones, la vida en pareja y familiar. En definitiva, cómo los acontecimientos han transformando y dado un nuevo sentido a sus vidas. Todos y cada uno hace un esfuerzo importante porque nos entendamos, por comunicar las razones profundas de su ser y por hacerse comprender.

Somos conscientes de que en sus discursos pueden intercalar aspectos gratificantes de la vida de sus hijos, y de hecho lo hacen y nos acercan fragmentos de sus vidas, en los que él o ella son protagonistas en las historias narradas, ya que en sus historias los padres también narran “cuadros” o “fragmentos de videos desde un plano subjetivo”<sup>3</sup> de situaciones inolvidables y sentimos como el amor y la compasión diluyen las caras de dolor de los padres, y la pasión por lo vivido hace aflorar sentimientos profundos y lágrimas en sus ojos.

Estas y otras razones han sido las que nos han llevado a incorporar en el título del presente libro el concepto *espacio intermedio*, al referirnos al duelo, un concepto semejante al de *liminalidad* de Van Gennep, que fue desarrollado por Turner en *la Selva de los Símbolos* y que atribuye a dicho espacio, al intermedio de las tres etapas en la secuencia vivo - moribundo - muerto, el entendimiento de un espacio que suma dificultades de explicación a este periodo, por razones obvias, ya que lo que se encuentra en el centro del proceso no puede adscribirse a ninguna de las dos categorías firmes, de modo que la fase de transición a menudo adquiere independencia y autonomía dentro del proceso ritual que

---

<sup>3</sup> En el argot cinematográfico se denomina también un “plano PDV”, que es como si la cámara nos mostrase lo que ve el sujeto, como si la cámara estuviese en sus ojos e intentase meter al espectador, en la piel del sujeto.

## Introducción. Unas reflexiones pertinentes

posibilita un cambio a modo de aprendizaje. Sin embargo, la autonomía de lo liminar es de particular importancia en los rituales funerarios, por ello Genep llama la atención sobre la escasa importancia que tienen los ritos de separación del cuerpo muerto en comparación con los ritos de transición, de mayor duración y complejidad, y que son a veces tan grandes que adquieren una magnificación y, por fuerza, ha de concedérseles alguna especie de autonomía (1986, p. 146).

Pero el concepto de *espacio intermedio* no es un concepto nuevo, citado también por el filósofo francés Jacques Rancière, lo entendemos como un espacio que no es una zona gris, sino una zona de movimiento donde se puede comenzar a apreciar la utilidad y los beneficios educativos y vitales del concepto de duelo, un espacio que se nos brinda como un espacio de posibilidades y expectativas, que no concebimos como un “estado” o un “momento” específico, sino como un proceso de fluctuación, tensión y negociación de los actores involucrados con las estructuras vigentes, debilitadas, y de posibilidad -no necesariamente consciente- que generan un nuevo estado de cosas. Un espacio que se centra más en el “durante” que en el “antes”, que evidentemente adquiere su configuración particular en función del mismo - de acuerdo con estructuras y sistemas de relación- y cuya expresión futura depende de la capacidad de los actores de manejar la fuerza potencial de dicho espacio intermedio (Reguillo, 1996, p. 46).

En este sentido esta noción de *espacio intermedio* se asemeja a la conceptualización que Balandier realiza acerca del desorden, al entenderlo como una posición incierta que se sitúa en la línea del tiempo entre el olvido de las condiciones anteriores y la ignorancia de los

## Introducción. Unas reflexiones pertinentes

estados futuros. Entendemos que dicho espacio no implica un olvido de las condiciones anteriores, sino un continuo negociar con estas condiciones y a diferencia de Balandier, somos más partidarios de creer que la conciencia surgida en el espacio intermedio no se opone necesariamente a “las tentativas para regresar a un orden pasado”, sino que la crisis desencadenante se inscribe en la tensión entre “lo pasado” como una situación que se añora y lo que se está experimentando, que puede ser tan fuerte que dificulte imaginar un estado futuro o por el contrario, hacer surgir la conciencia de la necesidad de cambio.

El análisis de este *espacio intermedio*, entendido como un “durante” nos proporciona un punto de vista para la comprensión del proceso de duelo que queremos asociar con un espacio cargado de posibilidades, una comprensión de los modos de operación que Habermas denomina *mundo de la vida* y cuya conceptualización realizada por Giddens nos acerca a la dualidad de las estructuras. Un espacio intermedio subjetivo no tangible que no deja tras de sí un grupo de personas reunidas en sesión, una cafetería para padres dolientes o un centro de asesoramiento sobre el duelo, sino un espacio cargado de profundos significados. “A pesar de su intangibilidad, ese espacio intermedio no es menos real que el mundo de las cosas que tenemos visiblemente en común. Llamamos a esa realidad *la red de las relaciones humanas*, una metáfora que expresa su condición intangible” (Arendt, 1974, p. 183).

Quienes nos aproximamos al mundo de los padres y en particular al mundo en que están presentes las obras de arte elaboradas por padres en duelo para recordar a sus hijos, sobre las que incorporamos un capítulo en el presente trabajo, entendemos que las mismas son

## Introducción. Unas reflexiones pertinentes

mediadoras para el acercamiento a sus hijos y visibilizamos en ellas distintas experiencias pues las entendemos como cercanas al concepto de estética que se aleja de las concepciones elitistas del arte, pues además dichas propuestas se salen de los moldes tradicionales, cargados de otras significaciones.

Los padres unen en sí dos mundos distintos pero que están juntos, dos formas de contar: uno conformado principalmente por las imágenes que han tenido que ver con el cuerpo y las funciones del cuerpo de sus hijos fallecidos y otro mundo mucho más visible cargado de los significados profundos y trascendentes del mismo. Vemos como a través de las imágenes conservan los cuerpos de sus seres queridos que se encuentran en un espacio de visibilidad o invisibilidad de manera que los modos de ser y hacer y las formas de decir o no decir, nos remiten a unos u otros mundos.

Mientras, la metáfora se hace presente y se torna estéril cualquier distinción entre lo racional de sus argumentaciones y el orden poético de las mismas. Se hace presente pues lo irracional, los comentarios, las metáforas y las metonimias a modo de lenguaje de la vida, que hemos de interpretar mezclando lo que la gente hace y lo que dice. Dando relevancia al contexto social y al literario que justifica la interpretación que ellos hacen<sup>4</sup>.

---

<sup>4</sup> Se hace necesario repensar el concepto de estética, o reconstruir las acepciones que Rancière atribuye al mismo y que tienen que ver con la composición que determina lo que se va a sentir. La estética es también el pensamiento que refiere el *sensorium*, que no debe asimilarse a sensibilidad y que a la vez permite definir las cuestiones del arte: “la estética no es el pensamiento de la sensibilidad. Ella es el pensamiento del *sensorium* paradójico que permite sin embargo definir las cosas del arte” (Rancière, 2004, p. 22).

## Introducción. Unas reflexiones pertinentes

Un entramado metafórico poético marca el mundo encadenado de ideas y de continuidad de vínculos entre los padres y sus hijos, cuya fortaleza ha de ser entendida como la señal del avance, la piedra de toque de los padres en el desarrollo de un duelo eficaz y perdurable que nos ha de interrogar en la praxis cotidiana con los dolientes, y hacer entender la existencia de dicho vínculo y de lo necesario a lo largo del proceso. Un entramado que afecta por igual a los conceptos nucleares de los padres y en este sentido nos encontramos cada vez más cerca de la perspectiva de las “creencias nucleares” desarrolladas por Janoff-Bulman (1992), pues compartimos la investigación cualitativa y el entendimiento de que las personas que viven la pérdida, tienen una experiencia de vida y de por vida y quienes lo experimentan tienen la capacidad de otorgar significado a su experiencia de vida como un elemento crucial en el proceso de recuperación. En este sentido la autora afirma que tenemos varias presuposiciones básicas fundamentales: sobre el mundo, sobre nosotros mismos y sobre la interacción de ambos, a partir de las cuales los dolientes construyen sus esquemas mentales en forma de convicciones que son: el mundo es benevolente, el mundo es ordenado y predecible, la vida tiene un sentido y un fin determinado y las personas somos capaces y valiosas. Es sobre este esquema, que funciona a modo de un andamiaje, sobre el que las personas organizan sus predicciones seguras acerca de su vida día a día y basan su confianza y capacidad de control sobre el presente y sobre la dirección de su futuro.

Aunque no todas las muertes desafían nuestras creencias básicas. Algunas se ajustan a lo que esperamos y confirman nuestras ideas (Worden, 2010, p. 56). Un ejemplo claro de ello es cuando fallece un anciano

## Introducción. Unas reflexiones pertinentes

institucionalizado; bien diferente es cuando fallece un niño o joven, aunque para muchos padres que han perdido hijos hay una respuesta clara y adoptan a lo largo del tiempo nuevas o viejas creencias que reafirman o modifican, pero que a fin de cuentas reflejan la fragilidad de la vida y los límites del control (Shuchter y Zisook, 1986)

El proceso del duelo se convierte por tanto en un transitar por espacios de diferencia, sin neutralizarlos, en el que el mapa de carreteras de dicho proceso guía a quienes han perdido por un terreno inexplorado, por el que han de andar, condicionados por las necesidades y recursos que tienen como individuos, pareja y familia, y en el que han de elegir itinerarios de opciones que les permitan avanzar con o sin ayuda en un recorrido en el que habrán que tomar decisiones, triviales y trascendentes.

El papel conjunto elegido por quienes han perdido un ser querido da forma, dirección y ritmo al proceso vital que realiza el individuo, en pareja, junto a su familia, amigos y compañeros. Por ello, que en este camino de construcción y reconstrucción de significados, pueden ayudar los “encuentros”, la elaboración de “diarios terapéuticos”, “dibujos e imágenes”, “álbumes fotográficos y videográficos”, la reflexión sobre espacios y objetos que les vinculan con sus seres queridos fallecidos, la “lectura reflexiva”, la elaboración de “libros” y “cajas de recuerdos”, la peregrinación a lugares viejos o nuevos. El entablar relaciones con personas y tradiciones nuevas o de las que se había distanciado con el tiempo, “escribir poesía”, componer canciones, pintar o realizar esculturas cuyo tema central es la pérdida y un sinfín de nuevos y variados rituales.

## Introducción. Unas reflexiones pertinentes

La razón de explicar con tanto detalle las características del duelo busca mostrar y conocer la amplia variedad de los discursos, las conductas y las experiencias asociadas con la pérdida. Obviamente también queremos decirnos que una persona no experimentará todas estas experiencias.

Indudablemente estamos frente a un paisaje cargado de reticencias para unos y poblado de posibilidades -de “cruce de territorios”- para otros. Un espacio de potencialidad para quienes creen en la educación a lo largo de la vida, desde la posibilidad que brindan los acontecimientos de muerte y duelo en los avances significativos, y en el que participan sujetos posicionados de manera muy diferente en cuanto a lo social, lo político, lo cultural, la pertenencia institucional o los saberes desde los que parten. Y en el que promulgamos una educación que deja de ser una reproducción cultural y social para ser considerada una esfera de producción e incluso de potencial transformación, puesto que atañe a las representaciones sociales de la educación profundamente enraizadas en nuestras culturas. Y en la que la “fijeza social” entendida como incapacidad para cambiar y hacer cambiar, para bien o para mal el mundo y en particular el del doliente es un elemento importante a tener en cuenta como elemento sociocultural de cambio necesario.

Un cambio que hemos de dar, desde el entendimiento de un modelo que se sitúa en la perspectiva de la resiliencia: mediante una actitud que conduzca a la esperanza, un conjunto de conductas que tienden a la protección y un trabajo de reflexión de la experiencia vivida, que propicie dar respuesta a las preguntas ¿cómo es posible sufrir acciones crueles y volver a ser personas normales? o ¿qué tienen estos padres que les permite volver a vivir de

## Introducción. Unas reflexiones pertinentes

manera positiva tras la muerte de sus hijos?, y a pesar del duelo. Que nos haga reflexionar sobre un nivel más elevado de la filosofía de la vida en algunos padres que les hace llevar una vida normal tras el duelo por la muerte de su hijo, con lo cual indica un enriquecimiento a pesar de la desgracia en estos padres resilientes, mientras otros no lo logran.

El concepto “resiliencia” ha ido ganando terreno por su empleo en la literatura, aunque es un concepto del siglo XIX cuyo significado original hace referencia a la característica de algunos materiales que al ser sometidos a tensiones, fuerzas, o presiones, pueden recuperar sus propiedades originales y volver a su forma inicial: por ejemplo un muelle que se puede estirar, se alarga y se acorta, volviendo a su posición inicial. De un modo simple podemos decir que resiliencia en los padres en duelo es *“la capacidad que tienen para adaptarse a los cambios y a las crisis<sup>5</sup> vitales, un proceso en el que vuelven a ser ellos mismos y en el que recuperan la esperanza de vivir, aprendiendo a vivir como padres en duelo”*, aunque tienen cambios en lo que respecta al aspecto espiritual, cognitivo, emocional o interpersonal (Balk, 2008, p. 84) frente al concepto de “recuperación” o de “adaptación” (Worden, 2009, pp. 5-6) y también Bonanno (2008) diferencian con el de “resiliencia” al indicarnos que la misma acompaña a la persona, le hace que mantenga un equilibrio a pesar de los traumas y las dificultades. Las personas por lo general se recuperan, salen adelante tras la muerte de un hijo y al cabo de un

---

<sup>5</sup> La palabra crisis que proviene del latín *crisis*, y este del griego κρίσις (krino) que significa cruce de caminos y es, por lo tanto, un punto de inflexión en la existencia vital de los padres la muerte de un hijo.

## Introducción. Unas reflexiones pertinentes

tiempo, vuelven a la vida anterior. La resiliencia es la capacidad que les acompaña a lo largo de toda la vida.

Los padres que pierden hijos actúan en su mayor parte como personas con un comportamiento resiliente, capaces de hacer frente a la adversidad y de dar testimonio de sus recursos. En contraste, la respuesta socialmente aceptada como común en estas situaciones de duelo es de una depresión que va declinando con el tiempo, lo cual sólo afecta a una mínima parte de los padres en duelo.

Todos los padres que resolvieron de manera resiliente afirmaron igual que el resto de padres, haber sentido emociones y pensamientos negativos, tristeza y rumiaciones en los días o meses posteriores a la pérdida. La resiliencia no los inmunizó contra ello, pero si les permitió seguir funcionando y construyendo significados en otras áreas de la vida, así como experimentar emociones positivas.

Por ello me atrevo a decir que no seamos pesimistas, y quizá peco de optimista al hacerlo, eso me han dicho en más de una ocasión algunos de los padres miembros de los distintos grupos de duelo; me acuerdo ahora de Ariana al decirlo. Aunque quizá lo que soy, es un activista de la vida incluso en las situaciones límite, en las que narro y construyo junto-con los padres su historia. No siento nostalgia de los años pasados ni de la juventud y creo que el futuro que nos espera tiene más posibilidades que el tiempo que ha transcurrido y, paradójicamente, cuando miro mi historia, probablemente me siento más orgulloso del sufrimiento sufrido valientemente que de la realidad del trabajo

## Introducción. Unas reflexiones pertinentes

hecho y del amor amado. Creo que he aprendido mucho más de lo primero.

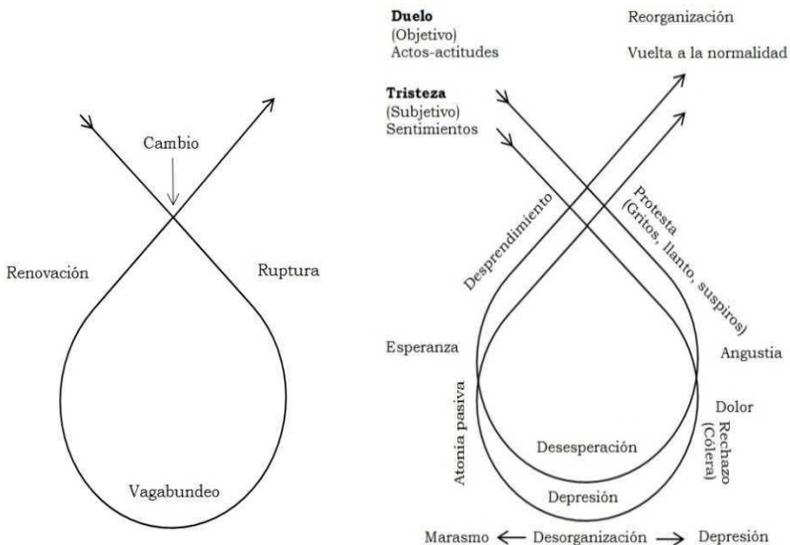
Y visto ahora, desde la distancia y la tranquilidad que aporta el tiempo pasado y la experiencia vivida, creo que los padres emplean de modo semejante estos elementos de cambio para hacer patente en sus vidas, el hecho de que la vida “tan corta” de un hijo que ha muerto, puede ser tan rica en alegría y amor como deseen y que tiene igual o mayor significado y trascendencia en sus vidas, que una vida que hubiera durado ochenta años, pues es un camino de aprendizaje tal, que puede hacerles optar por entender la vida de su hijo como una vida con sentido en lugar de elegir entenderla como una vida como fracaso. Esa elección siempre posible, puede generar la capacidad de hacerse feliz profundizando en las pautas de la felicidad o de la infelicidad. Una reflexión de gran calado.

Compartimos claramente los modelos del duelo que se entienden desde la perspectiva de la resiliencia Lamers y Deslauriers (figuras 2 y 3), al situar en el extremo derecho de la curva de la pérdida los aspectos: Reorganización y vuelta a la normalidad, en un nivel nuevo y diferente que habla más de calidad que de cantidad de vida y que puede llegar a estar en ocasiones en un nivel más elevado que la vida antes del duelo, con lo que indica un enriquecimiento a pesar de la desgracia.

Hay un punto de inflexión o cambio en este proceso, un cruce de caminos, en el que se crea un espacio de desviación en la existencia vital de los padres en duelo que posibilita mediante un transitar a través del dolor y de historias de vidas distintas, realizar un progreso fundamentalmente a través del amor al hijo, dando

## Introducción. Unas reflexiones pertinentes

respuestas y significados a cientos de preguntas, incluso sin respuesta, pero cargadas de sentido, preguntas que ayudan a los padres a clarificar el entendimiento de la experiencia de la muerte de su hijo como experiencia personal, histórica, social, lingüística y en definitiva vital. Los padres han de ser capaces de encontrar los medios de calmarse, de regular o modular el dolor que sienten, de no dejarse invadir por la emociones intensas, dolorosas, abrumadoras o de pánico, recobrar cierta capacidad de pensar y para ello es necesario encontrar primero un poco de calma, de tranquilidad interior. Puesto que el trauma los ha puesto frente a lo impensable, lo inimaginable... y la vida debe retomar su curso.



Figuras 2 y 3. Curva después de una pérdida de G. Deslauriers (2003) y curva de la tristeza y el duelo según Lamers (citado por Delisle-Lapierre 1986, p. 95.)

## **Cómo se entiende hoy la muerte**

Filosofar es aprender a morir.

Montaigne. *Ensayos*. Libro I, cap. XIX.

El duelo, para los padres que han perdido hijos requiere que han de ser capaces de mirar la vida de nuevo, que es como buscar las gafas que a partir de ahora llevan puestas, pues ya nada puede ser visto sin el hijo.

Existe una marcada tradición filosófica que nos exhorta a olvidarnos de la muerte (Mèlich, 2010, p. 179) y nos orienta a que no nos debe preocupar, ni nos incumbe la misma. Es una orientación filosófica bien representada por Epicuro, Spinoza y Wittgenstein, quienes hablan conceptualmente de la muerte en el sentido de la muerte propia, y no del morir propio, concepto al que se acercó Heidegger, intentando mostrar como el tiempo constituye el horizonte de la comprensión del ser, desde una clara concepción ontológica (de finitud), no antropológica del ser humano, al referir que morimos desde que nacemos, vivimos muriendo y que lo que somos lo decidimos a cada instante. Una fenomenología del morir.

Heidegger consigue algunos logros significativos en el avance del entendimiento del morir. Primero, consigue una reconstrucción poderosa y persuasiva del individualismo que ha caracterizado a la cultura occidental, griega, católica y moderna, articulada en torno a la idea de un titular único e intransferible, de la relación entre posesión y autoposesión de la vida y de la

## Introducción. Unas reflexiones pertinentes

muerte. Segundo, esta forma de la existencia humana que consiste en vivir su propia mortalidad constituye una diferencia radical - “ontológica” - entre la existencia humana y la existencia animal. Tercero, cancela de forma tajante e inexorable, dentro de su planteamiento ontológico de la muerte como fin o final de la existencia individual, cualquier posibilidad de una vida después de la muerte, y las fantasías o representaciones imaginarias de la misma, desembarazándose del complejo y ancestral imaginario occidental centrado en la creencia en la inmortalidad del alma en sus diferentes versiones y la creencia en la vida ultraterrena.

Somos y decidimos lo que somos a cada instante, estamos abiertos al futuro, dirigimos nuestra existencia, por ello que si no hay un modelo al que dirigirnos o remitirnos como referencia tras la muerte de los hijos que nos diga el modo adecuado como tienen los padres que relacionarse consigo mismos, con los demás y con el mundo. Y dar sentido a como sus vidas son un proyecto constituido sobre la triada de cuestiones: el sí mismo, los demás y el mundo que han cambiado en sus significados, en lo que eran y en lo que son. Por ello son muchos los padres que refieren sentirse perdidos como personas, como miembros de una familia o de la sociedad.

Insertos en un mundo que ahora no viven como predecible y ordenado y en el que la muerte envuelve la vida, en el sentido que nos aporta Vladimir Jankélevitch (2002, p. 75) al referirse a la muerte como a quien abre a la vida “el hueco y el vacío problemático del no-sentido”.

La muerte es un fenómeno natural y muestra de ello es que la gente muere a diario a nuestro alrededor y el mundo sigue sin inmutarse, pero a la vez la muerte de los seres queridos, de nuestros semejantes es un

## Introducción. Unas reflexiones pertinentes

acontecimiento extraordinario, una paradoja a la que Jankélevitch (2002, p. 19) no es ajeno cuando nos dice que es como si nos tomara por sorpresa, desprevenidos, la muerte el acontecimiento más aceptado como universal se comporta de modo impredecible. Fruto de ello hay autores que la distancian en círculos concéntricos que progresan hasta el infinito y que van desde la primera persona (mi muerte y mi morir), la segunda persona (la muerte y el morir de los seres queridos), la tercera, cuarta, quinta persona..., en un camino que busca alejarla, llevarla del sentido o misterio propio al sinsentido ajeno, de la subjetividad a veces trágica y dolorosa de la muerte de un hijo, padre o madre a la objetividad ajena, lejana o indiferente.

Lévinas (1994, p. 23) refiere que la muerte del otro rompe literalmente nuestra identidad, por ello que “comprender” la fenomenología de quien vive el morir y la muerte del otro, requiera “aprender” de lo que acontece, que es donde Husserl<sup>6</sup> encuentra su mayor dificultad, por la emoción que suscita la no-intencionalidad de la afectividad y la ausencia de representaciones; lo cual requiere rescatar la experiencia del sufrimiento y del sentido en la vida de los seres humanos.

Lévinas (1961, pp. 247-249), enfoca la muerte desde la perspectiva del “otro” entendido en segunda o tercera persona, una diferencia conceptual importante que no

---

<sup>6</sup> Refiere que la experiencia hermenéutica es la experiencia de la vida en sus movimientos internos: emociones, afectos y sentimientos, y que es distinta de la experiencia sensorial, la que tenemos del mundo externo mediante los cinco sentidos: materialidad táctil, olores, sabores, colores y formas, sonidos y ruidos, etc. Se caracteriza esta experiencia por tres rasgos básicos: ser una experiencia de los límites, ser una experiencia histórica y ser una experiencia lingüística.

## Introducción. Unas reflexiones pertinentes

enfoca la muerte como un acontecimiento biológico, animal, que ocurre a un organismo individual y a él solo, sino como un hecho social que implica una relación, una relación interpersonal.

El otro, que encarna la muerte, es pues un extraño en relación al “nosotros” que se toma a “sí mismo”, a su propia identidad como modelo normativo de la identidad humana y, por lo tanto, de una vida semejante a la nuestra y a su propia muerte, a la muerte vivida como mi muerte -la obsesión filosófica de Heidegger- como la forma normativa humana de morir.

Lévinas se sitúa del lado de ese o eso otro, el excluido de la buena muerte, cuya alteridad proporciona otro enfoque, otra óptica: la de la muerte del otro, vivida desde la posición del sobreviviente que desplaza a la muerte y sus imaginarios de su espacio cultural habitual: la disloca, descoloca o deslocaliza. Una deslocalización que en la filosofía de Heidegger aparece causada como referencia inmediata por dos tipos de motivos: uno moral, interpersonal y otro filosófico.

De modo que un modelo de muerte y duelo “no respetuoso”, es construido por las culturas que definen la experiencia humana de una manera que a menudo ignora el conocimiento individual y la experiencia personal. Tal como le sucede a la cultura médica que rara vez se da tiempo para conocer a los pacientes y las familias, y mucho menos para que estas expresen, sus valores y objetivos en el mundo abrumador de una enfermedad que amenaza la vida o en el proceso de duelo que se aleja de planteamientos socializadores e utilitaristas. La ciencia médica, sirve de ejemplo, se ubica en el centro del escenario de la evaluación, la atención y la planificación de los cuidados y el tratamiento. De modo

## Introducción. Unas reflexiones pertinentes

que la búsqueda de un modelo de entendimiento de la muerte, el morir y un duelo respetuoso, nos debe hacer reflexionar e invitar a escuchar con atención a las personas y los profesionales la vivencia de nuestros semejantes, pacientes, sus familias, los dolientes y a nosotros mismos como agentes que somos todos de la vida y su experiencia en la que se encuentra enmarcada la muerte, el morir, la pérdida y el dolor.

Cuando pensamos en la diversidad cultural, somos conscientes de las personas que son muy diferentes de nosotros en formas obvias: la etnia, las tradiciones, la nacionalidad, y un largo etcétera. Posteriormente se nos alerta sobre el hecho de que puede haber una creencia única o sistema de valores que deben ser explorados con el fin de brindar una atención culturalmente sensible a una “diversidad cultural” del paciente y la familia en la cual radica el mito de la diversidad cultural. La realidad es que cada encuentro persona-persona o profesional-paciente es una experiencia intercultural en la cual es de suma importancia respetar los valores profundamente arraigados, las tradiciones, el entendimiento de conceptos básicos como el individuo o la familia, y los fundamentos espirituales de todas las historias de los individuos. Reconocer la diversidad que existe entre los otros, los que reconocemos como “iguales que nosotros”. De hecho cuanto más nos perciben los otros que son como nosotros, debemos hacer un mayor esfuerzo por interrogarnos pues es menos probable que indaguemos en sus valores y preferencias, y que pongamos menos interés en explorar sus conceptos e ideas. Por ello, cuando una persona es muy parecida a nosotros, corremos el riesgo confundirnos y preocuparnos en exceso cuando sus decisiones no se ajustan a nuestro

## Introducción. Unas reflexiones pertinentes

sistema de valores en lugar de comprender las diferencias.

Porque todos consideran bello lo bello,  
así aparece lo feo.  
Porque todos admiten como bueno lo bueno,  
así surge lo no bueno.

Ser y no ser se engendran mutuamente.  
Lo difícil y lo fácil se forman entre sí.  
Lo largo y lo corto se transforman mutuamente.  
Lo alto y lo bajo se completan entre sí.  
Sonido y silencio se armonizan mutuamente.  
Delante y detrás se suceden entre sí.  
Es la ley de la naturaleza.

Por eso el sabio obra sin actuar  
y enseña sin hablar.  
Todos los seres se renuevan sin cesar.  
Así él crea sin esperar nada.  
Cumple su obra pero no reclama su mérito.  
Y precisamente porque no lo reclama  
su mérito nunca le abandona.

Lao Tse, *Tao Te Ching*, II



## **DUELO: SUFRIMIENTO Y DOLOR POR LA PÉRDIDA**

A partir del momento en que se escapa la razón “natural” de la muerte de la mente de los padres, es el momento en que se comienza el trabajo de resignificar, de dar una respuesta colectiva y simbólica que crea el artificio y a la vez el sacrificio. No tiene sentido lo sucedido y queda el fantasma del sufrimiento, del sacrificio sin sentido, del absurdo, del engaño de la muerte, del sentido de la vida.

El duelo<sup>7</sup>, como experiencia humana, es en parte natural y en parte construido. Por un lado, las características centrales de nuestra respuesta a la pérdida reflejan nuestra herencia evolucionista como seres biológicos y sociales, derivada de la interrupción de los lazos de apego necesarios para nuestra supervivencia, mientras por el otro, los seres humanos responden a la pérdida de un ser querido tanto en el nivel simbólico como biológico de igual modo atribuyen significados a los síntomas de separación de su ser querido que experimentan, así como a los cambios de la identidad personal y colectiva que acompañan la muerte de un miembro de la familia o de una comunidad más amplia (Neimeyer, 2002b).

---

<sup>7</sup> Duelo. (Del lat. *dōlus*, por dolor). 1. m. Dolor, lástima, aflicción o sentimiento. 2. m. Demostraciones que se hacen para manifestar el sentimiento que se tiene por la muerte de alguien. 3. m. Reunión de parientes, amigos o invitados que asisten a la casa mortuoria, a la conducción del cadáver al cementerio, o a los funerales. 4. m. Fatiga, trabajo. U. m. en pl. (Según el Diccionario de la Lengua española en su 22<sup>a</sup> edición.)

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

El término duelo o proceso de duelo es objeto de estudio por distintos motivos: En primer lugar, funciona como discurso científico y cotidiano. En segundo lugar, su definición es tan amplia que contiene tanto elementos de debilidad como de fortaleza, al no quedar nunca plenamente agotado su significado, pudiéndose emplear en gran variedad de contextos. Comparte polisemia con el concepto pérdida y trae connotaciones de “dolor”, que aluden a una familia de constructos tales como: luto, aflicción y pena y se asocia generalmente con la salud y la psicología, lo cual ha incidido en el diseño de instrumentos psicométricos para su medida, razones que han propiciado que se aleje de ser estudiado por disciplinas de las ciencias sociales.

En las definiciones de duelo, son destacables los aspectos que reconocen en él su factor subjetivo, puesto que lo que interesa es la percepción individual, familiar o social, ya sea ocasionado o no por condiciones objetivas -pérdida de un hijo o familiar, etc.- o razones subjetivas tales como pérdidas de origen simbólico: sueños, esperanzas, relaciones, etc.

El constructo duelo es por tanto multidimensional e incluye normas o estándares, expectativas, posición en la sociedad, ideologías religiosas o estéticas, posicionamiento ante el mundo, etc., y permite aludir a dimensiones positivas y negativas del mismo, aunque quienes lo viven se centran fundamentalmente en la ausencia del ser querido y el entendimiento del dolor a consecuencia de ello.

Que extraña la vida.  
Tu ausencia.  
Las palabras  
que  
ya

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

no  
escucho

Tus besos  
que  
no  
olvido

Francisco Serrano (*Días distintos*, 2005, p. 51)

En el proceso de duelo confluyen aspectos propios del individuo, de la sociedad y de la cultura en que se desenvuelve, pudiendo incluso afectar la salud de quien lo vive. De modo que el constructo “duelo” es, por tanto, *subjetivo, multidimensional y complejo*, siendo considerado en la actualidad como un proceso y no como un estado y hasta muy recientemente había sido visto, por los teóricos, como configurado de manera estructural por etapas, fases o tareas.

El duelo normal, también conocido como el “*dolor sin complicaciones*”, abarca una amplia gama de sentimientos y comportamientos que son frecuentes después de una pérdida. Uno de los primeros intentos por mirar las reacciones de duelo normal en cualquier forma sistemática fue realizada por Lindemann (1944), cuando era jefe de psiquiatría del Hospital General de Massachusetts que trabajó junto a sus colegas con los miembros de familias que habían perdido seres queridos en la tragedia de Coconut Grove, en el área de Boston, en la que, tras un incendio, cerca de 500 personas perdieron la vida. De sus observaciones con 101 pacientes, escribió su clásico “*la sintomatología y la gestión de la pena aguda*” (1944) en el cual describe un patrón similar en el duelo, que incorpora las siguientes características de un duelo normal o agudo: 1. Respuestas somáticas o de angustia de algún tipo; 2. Preocupación por la imagen de la persona fallecida; 3. La

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

culpa en relación con el fallecido o las circunstancias de la muerte; 4. Reacciones hostiles y 5. La incapacidad de funcionar como lo había hecho antes de la pérdida. Además de describir una sexta característica, la mostrada por muchos pacientes que parecían desarrollar algunos comportamientos semejantes a los que tuvieron sus seres queridos fallecidos.

Algunas de las limitaciones del estudio de Lindemann fueron descritas posteriormente Parkes (2001), que señala que Lindemann no muestra la frecuencia relativa de los síndromes descritos, ni menciona cuántas entrevistas realizó a los pacientes, ni cuánto tiempo había pasado entre las entrevistas y la fecha de la pérdida, sin embargo, y a pesar de ello todavía en nuestros días, su estudio sigue siendo muy citado e importante para quienes profundizan en el entendimiento del duelo. Incluso Worden (2009, p. 18) refiere recientemente que, aún en la actualidad, sesenta años después, los deudos que ve en el Massachusetts General Hospital presentan comportamientos muy similares a los descritos por Lindemann. Además de referir que un número importante de personas sometidas a una reacción de dolor agudo, presenta una lista extensa y variada de comportamientos normales de pena, que él agrupa en cuatro categorías generales: los sentimientos, las sensaciones físicas, las cogniciones y los comportamientos.

Aceptar que el duelo, en cuanto a reacción emocional o acto para sí, corresponde a la esfera de lo intrapsíquico y es, por tanto considerado por algunos autores como universal; mientras que el duelo, en cuanto a rito colectivo o acto para los demás, viene determinado por la cultura (Bowlby, 1993):

*Contamos con suficientes pruebas de que [las respuestas emocionales de los deudos] se asemejan*

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

*en líneas generales, y a menudo también en sus detalles, a las que conocemos en Occidente. Las costumbres humanas presentan enormes diferencias entre sí; la respuesta humana es más o menos la misma (p. 140).*

La mayoría de las culturas incluyen ritos respecto a la enfermedad, la pérdida, la muerte, los funerales, el luto, el duelo, la orfandad, la viudedad y un largo etcétera de situaciones posibles, mediante los cuales se da explicación y se construyen los significados de lo que ha sido y de lo que será a partir de dichos rituales, se permiten y prohíben manifestaciones sociales y se construyen las transiciones vitales con distintas facetas: de intercambio económico, simbólico y de cohesión social.

Desde la realidad de que “*hay muy pocos rasgos o prácticas universales comunes a todas las sociedades humanas*” tal como refiere Gorer (1973, pp. 23-24):

*Todas las sociedades humanas estudiadas hablan un idioma, conservan el fuego y cuentan con algún tipo de instrumento cortante; todas ellas organizan en los sistemas de parentesco los vínculos biológicos de progenitores, vástagos y descendencia; todas las sociedades tienen alguna forma de división del trabajo basada en la edad y el sexo; todas ellas tienen prohibiciones con respecto al incesto y normas que regulan la conducta sexual, que definen los matrimonios adecuados y legitimizan la descendencia, y todas las sociedades tienen reglas y rituales con respecto al tratamiento de los muertos y la conducta adecuada de los deudos.*

En la actualidad, las culturas occidentales contemporáneas están dominadas por lo que se podría determinar como una comprensión existencialista del duelo, la idea de que el duelo representa una respuesta “natural” a las pérdidas profundas (no todos los duelos

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

están asociados a la muerte), caracterizada por síntomas, estadios o intentos presumiblemente universales (Neimeyer, 2002, 2005). Esta perspectiva sitúa, además, el dolor *dentro* de las personas, ya que existe un fuerte énfasis cultural en el individualismo y una tendencia a atribuir la ansiedad humana a los estados interiores o a las características de las personas afectadas, más que a sistemas y estructuras sociales más amplias. De esta tendencia nace el planteamiento de “psicologizar”, que se sustenta en los avances en la investigación médica y psicológica, orientados hacia un clima optimista que prescribe el *counseling* o la psicoterapia como la respuesta adecuada a un amplio abanico de problemas.

La lucha entre partidarios de la influencia del entorno y los que creen en el peso de la herencia genética ha ido quedando relegado ante el descubrimiento de la plasticidad humana que considera que con la ayuda del cerebro cambiamos continuamente con la experiencia, por lo que la muerte, la pérdida, el duelo y el sufrimiento son una experiencia para la que no estamos preparados:

“En tres días... Para esto no está preparado uno nunca” (Ezequiel, 2012).

Viktor Frankl (1991, p. 72) nos refiere al respecto del sufrimiento que “es un aspecto de la vida que no puede erradicarse, como no pueden apartarse el destino o la muerte. Sin todos ellos la vida no es completa”. De manera que el sentido de la vida, siempre cambiante, parece que cobra sentido en los padres que han perdido hijos, en el modo que Frankl plantea (1991, p. 112): realizando una acción, teniendo algún principio y por el sufrimiento que genera, es decir que para encontrar sentido en la vida han de sentir por algo como, por ejemplo, la obra de la naturaleza o la cultura; y también sentir por alguien, por ejemplo el amor, que constituye la única manera de

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

aprehender a otro ser humano en lo más profundo de su personalidad.

Somos conscientes de los beneficios humanitarios y científicos de los enfoques psicológicos y de que el fenómeno de la muerte y del duelo también necesitan un análisis desde unas perspectivas disciplinarias: neurólogos, sociólogos y antropólogos se han mostrado durante mucho tiempo intrigados, pues buscan respuestas del grupo a las eternas cuestiones: “¿Quiénes somos? ¿De dónde venimos? ¿A dónde vamos?” y *¿En qué nos vamos transformando?* Desde este punto de vista englobador, la muerte se convierte no solamente en un hecho meramente biológico al cual sucumbimos, sino también en un catalizador para la construcción de marcos culturales evolutivos de significados que unen y afectan a los miembros de las sociedades a través de generaciones.

Padres y madres viven la experiencia de perder un hijo común pero para ambos la experiencia de dolor y el modo de expresar el mismo pueden ser diferentes, (Littlewood, Cramer, Hoekstra, y Humphrey, 1991) debido a su diferente relación con el niño o a sus estilos de afrontamiento. Diferencias que pueden sumar tensión a una relación marital, y que a su vez pueden provocar tensiones y alianzas entre los miembros de la familia (Robinson y Marwit, 2006).

Cuando me acerco a madres y padres en duelo les pregunto por sus vidas, a lo que responden relatando una secuencia de acontecimientos de su propia vida; saben que sólo siendo responsables pueden contestar a la vida y consideran en la mayoría de los casos, que la esencia íntima de la existencia humana está en su capacidad de ser responsables. Un principio que se refleja de igual modo en el imperativo categórico de la logoterapia de Viktor E.

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

Frankl: “Vive como si ya estuvieras viviendo por segunda vez y como si la primera vez ya hubieras obrado tan desacertadamente como ahora estás a punto de obrar” (1991: p. 62).

Intentar hacer conscientes de sus propias responsabilidades y de lo vivido a madres y padres es una cuestión básica para que puedan decidir si debe interpretar su tarea vital en la que ser responsables ante la sociedad y ante su propia conciencia. Algunos, quizá los menos, consideran que es a Dios a quien tienen que rendir cuentas e interpretan sus vidas bajo la idea de que se les ha asignado una tarea que cumplir y por ello se vuelven hacia quien que les ha asignado dicha tarea en busca de respuestas.

Es frecuente que me pregunten cuándo hablo del duelo de padres que perdieron hijos, como aumenta en los años siguientes el divorcio de los mismos, cuestión que se ha asociado frecuentemente como consecuencia del proceso. Al respecto The Compassionate Friends (1999) realizó una encuesta y descubrió que no había pruebas concluyentes que mostrase un aumento de la tasa de divorcios como resultado directo del duelo de los padres. Al respecto Klass (1986-1987) da una excelente descripción de los efectos paradójicos de la muerte de un niño en la relación de los padres que puede ayudarnos a encontrar respuestas a dicha cuestión: “La pérdida compartida crea una relación nueva y muy profunda entre los padres, al mismo tiempo que la pérdida individual que cada uno de ellos siente crea un distanciamiento en la relación. La paradoja se expresa de manera diferente en parejas con relaciones diferentes con anterioridad a la muerte” (p. 239). De modo que Klass concluye que la tasa de divorcios de hecho puede ser mayor, pero que dicho aumento puede no ser un resultado

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

directo de la muerte del hijo, sino debido a factores preexistentes.

El duelo por la pérdida de un hijo puede llegar a ser aún más complicado cuando los padres del niño ya están divorciados. Los padres a menudo se reúnen en momentos de crisis, y este encuentro puede evocar fuertes emociones y comportamientos extremos, desde la empatía y el cuidado mutuo a una lucha por el poder y control. Es evidente que este tipo de comportamientos se alejan de beneficiar el restablecimiento del control de los padres sobre sus vidas y en definitiva la recuperación de los padres.

Si los lazos de los padres con sus hijos fallecidos son muy fuertes, los comportamientos de ellos reflejan aspectos de su personalidad, así como determinadas dimensiones históricas y sociales de los mismos. Al respecto Klass y Marwit (1988-1989) escriben que:

*“El niño representa para los padres, tanto lo mejor como lo peor de ellos. Las manifestaciones de las dificultades en la vida y la ambivalencia de los padres se manifiestan en el vínculo con el niño. El niño nacido en un mundo de esperanzas y expectativas, en un mundo de intrincados lazos psicológicos, en un mundo que tiene una historia. El vínculo entre padres e hijos también puede ser una recapitulación de la unión entre el padre y el padre del padre, por lo que el niño puede ser utilizado por los padres para elogiarse o juzgarse a sí mismos. Desde el día en que nace el niño, las esperanzas y expectativas, los vínculos, y la historia se desarrolla en la relación del padre con el niño” (p. 33).*

Sentimientos tales como la ira, la culpa y la rabia, son frecuentes, de modo que tales sentimientos suelen ser los más visibles en los grupos de apoyo, como es el caso del grupo “Para siempre en el corazón”, donde se escucha

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

empáticamente y se comparten experiencias similares entre iguales.

Muchos de los que no han vivido y sufrido la experiencia de perder un hijo, creen que la última cosa que quieren hacer los padres es hablar acerca de su hijo, pero esto es exactamente lo que quieren hacer madres y padres (Stroebe, y Schut, 2005, García, 2010).

“Lo veo en todos lados, lo echo de menos” (Romeo, 2012).

“Si yo no me acordara de mi hijo sería una mala madre...” (Sinda, 2012).

Moverse a través del dolor y seguir llevando adelante su vida sin sentir que se está deshonrando la memoria de su hijo es el objetivo último y más difícil para cualquier padre en duelo. De hecho el estilo de apego que caracteriza a las parejas nos permite predecir el sufrimiento por la pérdida de un hijo. El apego excesivo por parte de los padres al hijo, es casi siempre prueba de un vínculo inseguro, de modo que la desaparición del ser querido provoca un desgarramiento traumático como el que sucede al bebé de pecho que pierde a su madre. Por otra parte, los estilos de apego ambivalentes, en el que los desacuerdos son la realidad de la vida cotidiana, suelen anticipar un duelo menos doloroso aunque la realidad de las pérdidas y su modo de vivirla nos sorprenda en algunos casos a lo que hemos de sumar, tal como referimos anteriormente que hombres y mujeres expresan el proceso de la pérdida de sus seres queridos de modo diferente.

Lo cierto es que la pareja tiene un efecto protector contra la enfermedad y la depresión, independientemente que hayan evolucionado los rituales en el seno de la pareja, la familia y la sociedad. Las consecuencias sentimentales así como las modificaciones conductuales y biológicas que

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

sufren los dolientes dependen de la confluencia de factores y no sólo de una única causa que lo explique todo.

Las pérdidas trastocan el significado que atribuimos a las cosas y a lo que sucede a nuestro alrededor, lo que puede llevar a los dolientes a que acepten sufrir enfermedades, sentir dolor, odiar al mundo u otras cuestiones de gran calado. La muerte supone una acción de construcción y reconstrucción personal, tal como refiere Attig (1996), un estado de deprivación que redefine y delimita las circunstancias y posibilidades, a modo de proceso de remodelamiento de las acciones y una nueva dirección: tanto emocional, psicológica, conductual, social, intelectual y espiritual para conectar con patrones cotidianos de vida, redefinir la propia narrativa y la red de influencias familiares y sociales. Que nos habla de la vida.

Distintos autores describen la muerte de un hijo como la más traumática de las pérdidas máxime, si es además “súbita e inesperada”, ya que puede afectar el equilibrio de la familia: interrelaciones familiares, hombre-mujer, expresividad-inexpresividad y a las creencias religiosas y la visión filosófica que tienen del mundo (Rando, 1991; Timmermans, 1994). De modo que las circunstancias de la muerte y cómo las personas construyen sus conceptos, erróneos y perjudiciales, sobre la muerte y cómo ellos en última instancia, afectan a sus mecanismos de supervivencia y condicionan la forma en que los dolientes responden, tanto con los fallecidos como con los demás. De modo que el tipo de muerte y cómo se interpreta: si es vista “con” o “sin culpa” y si se considera a la persona fallecida, de algún modo, culpable puede tener un efecto directo y duradero en el discurso de la pareja y sobre los paradigmas de la familia (Moos, 1995).

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

Lundin (1987), refiere al respecto, que los sobrevivientes de una “muerte súbita” son más propensos a experimentar repercusiones psicológicas y físicas más prolongadas que cuando la muerte es esperada y natural, ya que no es posible un duelo anticipado. Por ello, hacer frente a la muerte de un niño, independientemente de las circunstancias, requiere un reajuste de los padres y familiares, pues consideran esta muerte “fuera de tiempo” en lugar de “a tiempo” (Cook y Oltjenbruns, 1989), y supone no sólo un reto en el que la persona debe dar orden y significado a lo acontecido, sino que también requiere de una reevaluación fundamental de sus estrategias de vida.

Para De Vries (1997, p. 150), algo que suma dolor es el impacto de la muerte súbita a veces no revelado, que las “historias” de pérdidas rara vez se escuchan. De igual modo una muerte prematura también se opone a la pena anticipada y ocasiona la ruptura de la seguridad existencial y ontológica de la familia. Además de las posibles consecuencias nefastas e irreparables de relación conyugal y familiar en caso de diferencias en la trayectoria de los procesos de duelo de la pareja que puede afectar a las relaciones conyugales (Nelson y Frantz, 1996; Riches y Dawson, 1996a, 1996b).

Las pérdidas se extienden más allá del individuo y la pareja y su relación con la salud de la familia y la de sus miembros, afecta directa e indirectamente a la relación conyugal. De hecho, distintas investigaciones sugieren que, mientras algunas relaciones sobreviven e incluso se refuerzan por la tragedia, otras se deterioran y sufren daños irreparables, teniendo un efecto devastador en la intimidad conyugal (Gottlieb y otros, 1996; De Vries, 1997). Por lo tanto, la localización de los efectos positivos y negativos en relación con los padres y hermanos son un

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

intento de mostrar cómo la sensibilidad de la situación produce un cóctel de hostilidad y armonía en la familia, que hace que cada miembro busque lo que Giddens denomina “*un nuevo reordenamiento de la propia narrativa*” (Giddens, 1991, p. 244).

Viktor E. Frankl (1991, p. 45) nos cuenta como extrapolación que “El prisionero que perdía la fe en el futuro - en su futuro- estaba condenado. Con la pérdida de la fe en el futuro perdía, asimismo, su sostén espiritual; se abandonaba y decaía y se convertía en el sujeto del aniquilamiento físico y mental”.

*“El vacío existencial es un fenómeno muy extendido en el siglo XX. Ello es comprensible y puede deberse a la doble pérdida que el hombre tiene que soportar desde que se convirtió en un verdadero ser humano. Al principio de la historia de la humanidad, el hombre perdió algunos de los instintos animales básicos que conforman la conducta del animal y le confieren seguridad; seguridad que, como el paraíso, le está hoy vedada al hombre para siempre: el hombre tiene que elegir; pero, además, en los últimos tiempos de su transcurrir, el hombre ha sufrido otra pérdida: las tradiciones que habían servido de contrafuerte a su conducta se están diluyendo a pasos agigantados. Carece, pues, de un instinto que le diga lo que ha de hacer, y no tiene ya tradiciones que le indiquen lo que debe hacer; en ocasiones no sabe ni siquiera lo que le gustaría hacer. En su lugar, desea hacer lo que otras personas hacen (conformismo) o hace lo que otras personas quieren que haga (totalitarismo)”* (p. 60).

La estructura familiar y social es importante, pero tengo que reconocer que cada vez me intereso más por la arquitectura de la memoria y la rememoración de los recuerdos, esos relatos íntimos, compartidos, narrados por quienes han vivido la muerte de un ser querido que

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

construyen su autobiografía y, en la que incorporan a su ser querido de modo que construyen una historia duradera. Así como en el sentido que atribuyen a la historia de sus vidas que depende de la interpretación que dan en el medio que les rodea, y las conductas expresadas para facilitar la resiliencia.

### **El mundo interno**

El símbolo o material simbólico funciona a modo de una condensación expresiva y precisa, que da sentido a los aspectos de nuestra vida y de nuestra visión del mundo. Corresponde por su esencia al mundo interior, de lo inescrutable, de lo perdido que nos acerca lo que ha sido y será de manera íntima e intemporal.

Una red de las diversas teorías y representaciones constituye nuestro mundo de suposiciones, nuestro mundo interior, que sin duda alguna es la base más importante para el conocimiento de nosotros y de los demás. A este respecto, nuestras teorías están organizadas jerárquicamente, con nuestras suposiciones más fundamentales que son más abstractas y generales, así como más dominantes en su aplicabilidad. En ellas identificamos nuestras suposiciones fundamentales que son la piedra angular de nuestro sistema conceptual, por ello que conocerlas es el mayor desafío del individuo. Lo cual nos plantea la pregunta central sobre la que trabajamos: ¿Cuáles son estos supuestos básicos y por qué se forma el núcleo de nuestro mundo interior? y ¿Cómo se

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

relacionan jerárquicamente entre ellas? (Janoff-Bulman, 1992, p. 5).

Janoff-Bulman de modo general refiere que el centro de nuestro mundo, las suposiciones, está compuesto por creencias abstractas acerca de nosotros mismos, el mundo externo, y la relación entre los dos, por ello nos propone tres supuestos fundamentales que conformamos: El mundo es benevolente, el mundo es significativo y yo soy digno (1992, p. 6).

De modo que las creencias nucleares constituyen el centro del mundo interno de los individuos y son normalmente incuestionables e inmutables, pero a medida que los individuos se ven expuestos a acontecimientos de la vida, sobre todo si estos acontecimientos son traumáticos, pueden estas presuposiciones ser cada vez más ilusorias e incluso en última instancia verse cuestionadas. En ocasiones ante pérdidas traumáticas vemos hay quien niega la pérdida a fin de proteger su mundo interno de la fragmentación, o bien se permite una cierta reorganización a fin de integrar la experiencia incorporándola a unas nuevas estructuras de significado más amplias. Es en este proceso de recuperación de esta fragmentación en el que la persona que lo vive se vuelve más triste, pero más “sabia”.

A estas alturas  
la vida  
carece  
de liturgias.  
Escucha el corazón,  
los sentimientos.  
Todo aquello  
que alguna vez  
desoímos

Francisco Serrano (*Días distintos*, p. 52)

Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

### **Sobre el pensamiento de los dolientes. La construcción de una nueva identidad**

El renacer de la esperanza  
Dime que es verdad que te quedas a bailar,  
dime la mitad y me puedo morir ya.  
Dime que hay detrás de esa cara dibujada.  
Dime si es normal que me pase esto que me pasa.  
Dime que eres real, no eres un sueño ni nada.  
Dime quien da más y te entrego aquí mis armas.  
Dime que será todo esto que me pasa.  
¡Dime dímelo ya porque ya no entiendo nada!  
Mira La vida. Mira la vida, mira.  
Mira la vida como vuelve y te sorprende.  
Mira la vida que fondo tiene el cajón.  
Mira la vida que regala todas las flores que tiene,  
aunque algunas las arranque con dolor.  
Dime que es verdad que te quedas a mi lado,  
dime una vez más que te gusto hasta enfadado.  
Dime dímelo ya que me miras y te mueres,  
dime dímelo más que sin mi tú ya no eres.  
Mira la vida. Mira la vida, mira.  
Mira la vida como vuelve y te sorprende.  
Mira la vida que fondo tiene el cajón.  
Mira la vida que regala todas las flores que tiene  
aunque algunas las arranque con dolor

Dani Martín, “*Mira la vida*” Álbum “Pequeño”, 2010.

La mayor obra de los individuos es trabajar por su identidad, que es la máxima creación personal, en la que integran sus múltiples identidades armónicamente, lo que se ha venido en llamar –la personalidad-. Entendida como una tarea y no como un destino, la personalidad contribuye a una creación individual y social, en la que la creatividad tiene un valor y un reto importante en el

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

momento en que vivimos, al fomentar un modo de ser del individuo para que sea capaz de “superar”, el concepto de libertad desvinculada, y así encontrar nuevas fuentes de posibilidad, entendidas como fuentes de esperanza en relación con los demás, de modo que la vida tenga de nuevo sentido y merezca ser vivida.

“Esto es una adaptación a mi vida que va cambiando” (Sinda, 2012).

Pensar y volver a pensar, incluso pensar el pensamiento o repensar lo ocurrido. Un pensamiento que vemos como ilimitado, en el que madres y padres piensan algo, acerca de ese algo, e incluso cuestiones que por naturaleza parecen impensables: piensan lo que su hijo piensa de lo que ellos hacen, hacen lo que piensan que su hijo desea. Los padres se distancian de su existencia, más allá de su ser y del de su hijo, para construir lazos de cercanía, de continuidad, de conexión real aunque oculta, religiosa o mística, que forma parte de una cosmología personal que obedece a una nueva “teoría del todo” aún por concretar, delimitada por espacios y objetos en una cartografía marcada por fechas, lugares y significados, cual un cronograma marco de referencia.

Reconsiderar prácticamente todo lo que pensamos acerca del mundo y de nosotros mismos, mientras las dudas hacen acto de aparición a lo largo del proceso de duelo, está presente en la vida de los dolientes, una y otra vez: en momentos inesperados ante cualquier situación nueva. Pero también emerge un nuevo diálogo, en el que surgen nuevas voces que hablan de futuro y esperanza. Por paradójico que pueda parecer el mundo creado es vivido por ellos como real y se deriva del acuerdo común de entenderlo así, vivido como “verdad”, existe en el seno de las relaciones personales y en el contexto de una comunidad, pues más allá de ella no hay más que silencio.

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

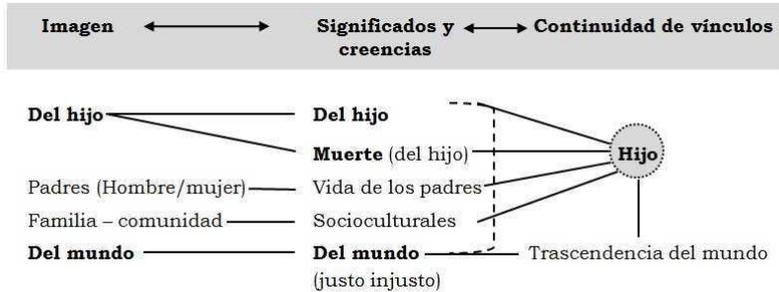


Tabla 1. Relaciones entre imagen, significados y continuidad de vínculos con el hijo que tienen los padres.

Una estructura que está más allá del entendimiento humano y que sobrepasa nuestras capacidades de pensar y decir, donde escribir o contar nuestra historia es un alegato a la vida, dentro de unos límites sin definir, siempre fluidos y tal vez contingentes, en los que el pensamiento no tiene fin y la conexión con los seres queridos no está exenta de lugares nuevos y viejos.

“El dolor te lo encuentras. Subo las escaleras, veo la cancha de baloncesto... y veo al torpe de mi hijo jugando al baloncesto.

Vengo con el coche de él y lo veo (a él) cogiendo las curvas. Y la moto... Está en todo momento. Me lo imagino” (Romeo, 2012).

El pensamiento puede imaginar nuevos universos y anhela los que tienen que ver con el ser querido fallecido. Son universos diferentes al nuestro y en ellos, el tiempo y el espacio-tiempo son ilimitados e infinitos, en contracción o en expansión.

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

| <b>Fases</b>                     | <b>Mundo personal</b>   | <b>Mundo social</b>   |
|----------------------------------|---|---|
| Duelo reciente                   | Disociación<br>Anticipación de la continuidad de vínculos con el hijo<br>Vinculación con objetos que evocan la presencia del hijo | Aislamiento de las redes sociales habituales<br>Sistema de símbolos inadecuados con los que interpretar la nueva realidad   |
| En su dolor                      | Separarse de la vida del hijo<br>Conectar con el dolor del hijo<br>Tratar con ambivalencia los vínculos padre-hijo                | Compartir los vínculos con el hijo en el grupo de autoayuda<br>“Estar allí”, el uno para el otro. Compartir soluciones prácticas<br>Validar las interacciones con el hijo muerto  |
| A lo largo del dolor             | Intercambiar dolor por vínculos positivos con el hijo<br>Conectar vínculos con el hijo a la propia curación de los padres         | Estabilizar la continuidad de vínculos<br>Compartir la continuidad de vínculos en rituales y costumbres<br>Ayudar a otros padres en duelo como expresión de la continuidad de vínculos y continuidad de vínculos en otras comunidades |
| Abierto a lo que pueda acontecer | Aprender a vivir con tristeza<br>Guía de continuidad de vínculos de autoayuda para los padres.                                    | Contar la vida del hijo<br>Reintegrarse en comunidades más amplias<br>No aceptar los fenómenos ordinarios como parte del mundo cotidiano.   |

Tabla 2. Representación del mundo interior y social de los padres en duelo por la pérdida de un hijo en las diferentes fases del proceso de duelo (Klass 2002, p. 80).

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

En los espacios el lenguaje comunicativo, las oraciones metafóricas o metonímicas que hablan del significado o significante de lo sucedido son inconmensurables y están marcadas por la poesía o por la mística y no conocen límites. El pensamiento modifica y organiza los símbolos y los significados tal como el lenguaje manipula las palabras y su sintaxis intentando conformar construcciones bellas y de profundo sentido, de manera que un símbolo humano genuino no se caracteriza por su uniformidad, como veremos, sino por su variabilidad. No es rígido e inflexible sino móvil.

El progreso a lo largo del proceso de duelo, es consecuencia de lo que aconteció y del significado y entendimiento que se le da a las nuevas experiencias de los padres, de tal manera que las nuevas relaciones y los nuevos acontecimientos vividos son incorporados dentro de su modelo del mundo.

Hacen aparición nuevos aspectos de sí mismos convertidos en importantes bases para la hipótesis sobre sí mismos. De modo que las nuevas experiencias y los resultados obtenidos, buenos y malos, se asimilan y configuran en ellos nuevas suposiciones sobre el significado de los acontecimientos que construyen su nueva identidad.

“Cada vez que me pasa algo bueno digo esta es mi Cristy” (Toñy, 2012).

Gestionar el recuerdo es un trabajo al que dedican esfuerzo y tiempo muchos padres, de manera que concilian sufrimiento y significados y transforman el dolor en sentido, muchos refieren que lo consiguen y que vincularse les ayuda a ello:

“Vinculándote a todo lo que quieras: a un pensamiento, a una frase, a lo que nosotros hagamos, a lo que queremos que se haga. Desde el

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

principio que pasa el dolor, tras la tragedia inminente. Porque ese dolor se pasa, pero ese no es el dolor que permanece siempre” (Felipe, 2012).

Reflexionar sobre el hijo, el sentido de su vida y su existencia se convierte en la mayoría de las ocasiones en el elemento central del pensamiento de los padres, unido a la expresión del dolor por su ausencia, mientras miles de argumentos fluyen en ellos. Los dolientes viven buscando la paz y el descanso deseado del hijo, la transmigración del alma, la vida eterna y el reencuentro. Hablan estos pensamientos de los padres, y el trabajo realizado de una reconstrucción de una nueva identidad, del recuerdo y el futuro que anhelan.

“Que se puede esperar de una vida frustrada por una decepción, por una losa pesada e inmanejable que tienes que cargar a tu espalda de por vida, que te lastra y para tu progresión diaria, esa es la definiciones de mi vida actual, sé que no puedo hacer nada mas por mi hijo, sino recordarlo con amor y cariño, pero intento de encontrar algo que me ayude en mi quehacer diario y no nada, solo puedo seguir viviendo de dos maneras, bien o mal, me gustaría elegir el bien (...)

Que conste que no quiero ser un cabreado con el mundo, simplemente que no lo veo como me enseñaron que debía verlo, todo el mundo tiene derecho a ser feliz y no quiero cortar la felicidad de nadie, pero si me pasé la vida dando, en mucho pedir poder recibir algo sin tener que pedirlo, quizás transmito una seguridad en mi mismo que impide a los demás el ayudarme más de lo que necesito, y siempre di animo sin recibir, lo único que quiero es encontrar otros yo que se den cuenta que detrás de esta fachada existe un corazón herido y con difícil, por no decir imposible, cura. Voy a intentar leer este diario para hacer algo bonito para el aniversario de la partida de mi hijo, a ver si lo

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

consigo, nos estamos planteando qué hacer y cómo en su memoria” (Miguel, 2011).

El pensamiento conlleva una necesaria organización, el reencuentro con un mundo ordenado y predecible en el que el hijo forma parte de una nueva naturaleza. Una infinitud incompleta como diría Steiner (2007, p. 22) en la que nunca sabemos hasta donde llega el pensamiento en relación con el conjunto de la realidad, cuando intenta encontrar respuesta a esta aporía de la muerte. Respuestas y significados a través de la palabra, las imágenes, los sueños o las representaciones simbólicas de lo que recordamos u olvidamos pues ello nos hace ser nosotros mismos, estar presentes en el mundo, ser testigos de los hijos que no están. De modo que pensar y repensar hace que los padres puedan reconstruir su identidad, esa identidad propia, personal e intransferible que conforma su esencia y les convierte en testigos de la memoria de sus hijos.

Tal como nos dice Rosa al referirse a su identidad de madre, meses después del fallecimiento de su hijo (Publicada en un Memorial web el domingo 01 de mayo de 2011, “Día de la madre”):

“Hoy después de 27 años ejerciendo ese maravilloso oficio de madre, por primera vez me encuentro triste, siempre fue un día feliz, esas mañanas especiales, tu y tu hermano con vuestros detalles, por que regalos los mejores erais vosotros, y desde hace 121 días no estas, por lo menos presente. Te queremos tanto hijo, siempre será un regalo haber tenido hijos como tu y tu hermano que se está multiplicando para que se note menos tu falta. Un beso fuerte.

Después de 27 maravillosos años ejerciendo la profesión de Madre, en la que sigo creciendo, por primera vez hoy noto el sabor agridulce de haberos

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

parido y haberte perdido, sé que es el precio de tener hijos maravillosos, os quiero mucho a los 2 hijos gracias a los 2. Y allá donde estés recibe un beso fuerte de estos humildes mortales, Mama, Papa y Miguel.”

Y aunque nuestros pensamientos son un universal humano, una propiedad común, también son únicos y, sigue siendo necesario que sean pensados por los padres que perdieron hijos, en su proceso de duelo personal y colectivo. Están siendo pensados y serán pensados miles o millones de veces por otros, y expresados mediante experiencias performativas que conforman distintas historias, con elementos personales, suposiciones y tabúes, mediados por sentimientos y la búsqueda o evitación de lugares privados y públicos, conocidos y desconocidos. Pues configuran historias que quedan unidas y selladas a una matriz lingüística que se vive en la intimidad y se comparten en comunidad para hacer democrática e inventariable la pérdida.

Pensar y pensarse hace a los dolientes presentes y personaliza sus actos y su existencia en una cultura, en un tiempo y un medio. Construyen un *kit* predeterminado, que impone restricciones a la inmensa mayoría de los actos de pensamiento y expresiones, mediante actos personales, originales, artísticos o claramente determinados por nuestra civilización. Formulados lingüística o conceptualmente hace accesible a ellos pensamientos, imágenes y metáforas. Un camino de ida y vuelta en la reconstrucción del duelo.

El pensamiento existencial siempre incompleto en la vida cotidiana e intelectual no puede “abrirse paso” hacia ningún reino de la verdad evidente en sí mismo, aprehende la realidad, como soñaban los antiguos. Recubierto por el lenguaje, saturado de ambigüedad se aleja de la “verdad” y

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

reconstruye la misma. Paradójicamente se da un enriquecimiento del mundo, tras el proceso de duelo, si los padres son capaces de inundar sus vidas de lugares, cosas, personas y servicios. Si no, corren el riesgo de empobrecerse acudiendo tal como refiere Auge a (no)lugares, (no)cosas, (no)personas y (no)servicios, pues de modo importante el proceso de duelo se convierte en un movimiento en pro de la gestión de los lugares de significado. Los dolientes pueden correr el riesgo de perderse en medio de un mundo de abundancia de la que no disfrutaban, estando rodeados de agua mueren de sed. De modo que cobran valor las palabras de Max Weber de “la jaula de hierro de la racionalización”.

El mundo de los padres se aleja de los bienes y se acerca a los significados. La vida de prosperidad se modifica y modifica la visión del mundo, por ello que el camino del duelo se acerca al del entendimiento de una mejor comprensión de la pérdida, en medio de una prosperidad sin precedentes, en la que los estantes del mundo son vaciados de contenido y deben ser re-escritos como formas de significado y con nuevos contenidos que se asocian a lugares, cosas, personas y servicios.

Si algo hace al ser humano diferente, es su capacidad de búsqueda de sí mismo. Esa capacidad singular de proyectarse más allá de sus fronteras biológicas y ser capaz de imaginar, construir proyectos y reflexionar sobre su vida, sobre lo que fue y será. Además de ser capaz de dar sentido y vivir con sus sentimientos, encajar sus sufrimientos y sus dudas y construirse en unos marcos que se estructuran a modo de reglas en el seno de su cultura. Un arte de vivir al que no han sido ajenas todas las tradiciones filosóficas y las religiones y los nuevos modos de abordaje de las psicoterapias contemporáneas, la

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

reflexividad y la búsqueda de estrategias personales para conducir y entender lo acontecido y la propia vida.

Una manera de entender el camino del duelo es la que nos acerca Gerardo que perdió a su hijo de treinta años en un accidente de tráfico a través del siguiente texto “la selva” que habla de si mismo, del proceso metafórico del duelo que nos acerca mediante una historia de marcado contenido simbólico, más cercana y más útil en su entendimiento que cualquiera de las teorías que justifican la vida, la muerte y el proceso de duelo, pues es una experiencia compartida<sup>8</sup> que nos persuade más por su testimonio enriquecedor.

### LA SELVA

(En agradecimiento a la asociación TALITHA)

En cualquier calle de un pueblo o ciudad se pueden observar personas moviéndose de un lado para otro, unos yendo al trabajo, otros paseando, otros riéndose, otros sentados en un parque, otros... Cualquiera de estas personas podría ser yo una persona vulgar que vive en una pequeña ciudad que tiene todo lo necesario para poder disfrutar de una vida sin agobios. Soy cosmopolita y me encanta vivir en esta pequeña ciudad con todas las ventajas e inconvenientes que ello conlleva. Me considero sociable, me gusta tratar con los demás y sobre todo la diversión, en pocas palabras soy una persona normal que tiene una vida normal, equilibrada y feliz dentro de lo que cada uno considere como felicidad. Pero el equilibrio de esta vida es tan frágil que cualquier pequeña variación la puede llevar al caos más absoluto.

---

<sup>8</sup> *La pérdida y el duelo. Una experiencia compartida*, es el nombre de mi anterior libro.

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

En mi caso, una llamada telefónica fría, impersonal y totalmente ausente de sentimientos.

- ¿Es usted.....?

- Sí, ¿quién llama?

- Su hijo.....

Y de repente la **!!!NADA!!!**, el vacío más absoluto.

Miro pero no veo, escucho pero no oigo, siento pero no me siento.

¿Qué es esto?, ¿Qué me pasa? estas preguntas no paran de sonar en mi mente una y otra vez ¿Qué es esto?, ¿Qué me pasa?

No soy consciente del tiempo que llevo en esta situación podría ser un segundo, una hora, un año, una vida, no lo se.

Trato de moverme pero no puedo, es como si mis piernas estuvieran clavadas en el suelo.

¿Qué es esto? ¿Qué me pasa? vuelvo a repetir mentalmente mientras intento moverme otra vez.

Muevo mis manos y entonces, un dolor penetrante se apodera de todo mi cuerpo. El instinto me hace apartarme para sofocar el dolor, sin embargo esta vez el dolor es tan intenso que las lágrimas aparecen en mis ojos muy lentamente como si no quisieran salir, como si algo interrumpiera su paso; pero poco a poco un torrente de lágrimas emana de mis ojos.

Lloro, lloro y lloro no puedo evitarlo.

Las lágrimas limpian mis ojos y vislumbro una tenue luz a través de la cortina de agua que las lágrimas han formado en ellos.

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

Y de nuevo las mismas preguntas vuelven a mi mente  
¿Qué es esto? ¿Qué me pasa?

La primera visión que aparece ante mis ojos es una pared verde, un muro impenetrable de todo tipo de vegetación.

Estoy solo, aislado, desorientado, impotente y me pregunto:

¿Qué hago aquí? ¿Dónde estoy? ¿Cómo me ha pasado esto?

En este momento me doy cuenta de cual es la causa de mi dolor, estoy en medio de una zarza con sus ramas enrolladas en mi cuerpo y con sus espinas clavadas en mi piel.

El dolor es insoportable.

No sin esfuerzo consigo salir del zarzal.

Cansado, extenuado, dolorido caigo sobre el suelo de esta selva; esta anocheciendo y cierro los ojos pero en mi mente, una y otra vez vuelven a aparecer las mismas preguntas como un eco que nunca acaba, ¿Porqué?, ¿Qué es esto? ¿Dónde estoy?, y si realmente esto solo fuera un sueño.

Abro los ojos.

No ha sido un sueño, estoy en el suelo aterido, dolorido, incrédulo y sobretodo solo e impotente ante esta situación.

Me levanto.

A mí alrededor una frondosa y oscura selva que apenas deja aparecer sobre el suelo los rayos del sol.

Estoy en una situación totalmente desconocida para mí y siento miedo un miedo atroz a moverme, a avanzar.

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

Sin saber como empiezo a darme cuenta de que esta situación no es la correcta y debo salir de aquí pero ¿Cómo?

Me abro paso hacia delante con mis manos; cada metro recorrido parecen kilómetros y cuando miro hacia atrás es como si nadie hubiera pasado por aquí. La selva ha cerrado el camino que tanto esfuerzo me ha costado abrir.

Parece que la relación espacio/tiempo no es válida en este lugar.

Por más que avances, por más tiempo que estés, siempre tengo la sensación de estar en el mismo lugar, de no haber avanzado nada y me siento solo, aislado en un lugar que no conozco.

Caigo al suelo fatigado tratando de descansar y me pregunto ¿Qué estoy haciendo?

¡No hay nada que hacer! quizás sería mejor dejar de moverme y abandonarme a mi suerte pero, no me explico por qué extraña razón vuelvo a levantarme e intento de nuevo abrirme camino en esta selva impenetrable.

Miro hacia arriba, los árboles son tan altos que parecen tocar las pocas nubes que se pueden ver a través de sus tupidas copas.

Una idea me viene a la cabeza, si subiera a uno de ellos quizás podría ver donde me encuentro, si existe alguna salida.

Uno, dos, tres, cuatro,... no se cuantos intentos para subir y en cada uno de ellos me desplomo en el suelo, ¡parece imposible!

¡Por fin!

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

He conseguido alcanzar una de las ramas bajas y con su ayuda empiezo a escalar el árbol hacia el cielo abierto.

Subo y subo, esto parece no terminar nunca y además es agotador.

Estoy en la copa del inmenso árbol y observo el paisaje, todo alrededor y hasta donde alcanza mi vista es un inmenso tapete verde.

No veo nada diferente solo árboles y la selva.

Vuelvo a mirar de nuevo alrededor y **NADA**

Me siento solo, aislado, decepcionado.

Me dispongo a bajar del árbol cuando...

¡Un momento! Mis ojos no pueden creer lo que veo, en la copa de otro árbol me parece ver a otra persona oteando el horizonte y pienso ¡no estoy solo!

Una sensación de alegría y esperanza se apodera de mí, pero a su vez me pregunto ¿cómo puedo estar alegre en esta situación?

Trato de hacerle señales, realmente no se si me ha visto o no.

Bajo del árbol con la esperanza de encontrar a esta persona.

La bajada si cabe es más peligrosa que la subida; bajo despacio con los nervios a flor de piel.

Realmente no estoy solo y me pregunto ¿Qué ha pasado? ¿Por qué estamos aquí?

Una vez a los pies del árbol empiezo a caminar en dirección hacia la persona que había visto en el otro árbol.

Con mis manos apartando la maleza, las ramas, todo lo que se pone delante de mí, continuo mi camino.

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

El camino se hace eterno pero sigo hacia delante.

Tras un tiempo indeterminado me siento desorientado y con una gran rabia interior por no haber sido capaz de llegar todavía donde esta persona se encuentra.

Me imagino que él o ella estará haciendo lo mismo en el caso de haberme visto a mí.

Realmente estoy cansado, la noche se va cerrando sobre la selva y otra vez me siento solo.

Necesito descansar.

Esta vez al menos tengo la esperanza de encontrarme con otra persona, esto me hace sentir un poco más tranquilo.

¡Al fin una noche de descanso!

Por la mañana y con nuevos ánimos y esperanzas reinicio mi labor para encontrar a esta persona que debe estar tan perdida como yo.

Como siempre el camino no es sencillo y por supuesto la selva no me va a dar ninguna facilidad.

De vez en cuando tengo que volver a subir a alguno de los árboles para comprobar que la dirección que llevo es la correcta.

No pierdo la esperanza, pero en más de una ocasión tengo la tentación de dejarlo todo, de abandonar.

Sin embargo, esta vez, es más fuerte mi esperanza de salvación que mi desánimo.

Avanzo a través de la selva con una sola idea en mi mente encontrar a la persona que vi en el otro árbol.

Tropiezo y caigo de bruces sobre el acolchado suelo de la selva, y de pronto... ante mis ojos veo algo que parece una pieza de metal, estiro mi mano para cogerlo y para mi

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

sorpresa observo que se trata de un viejo, sucio y oxidado machete.

Miles de preguntas llenan mi cabeza, ¿y esto? ¿Qué hace esto aquí? ¿Cómo ha llegado hasta aquí?...

Ninguna de las respuestas que puedo imaginar me parecen lógicas, pero lo cierto es que en mis manos sostengo algo que podría servirme para salir de la selva.

Me levanto rápidamente y con la ayuda del machete retomo mi camino y avanzo, con más rapidez y menos esfuerzo.

Tras días o quizás semanas de camino me parece escuchar un sonido distinto a todos los que había escuchado en la selva. Con rapidez me dirijo hacia él.

Un hombre de mediana edad, bien vestido estaba plantado frente a mí mirándome fijamente con su cara triste y ojos llorosos. Las lágrimas también empiezan a brotar de mis ojos.

No hace falta ni una sola palabra para entendernos, con un simple abrazo los dos podemos comprender lo que estamos sintiendo.

Al separarnos, él no para de mirar fijamente al machete que yo sostengo en mi mano y con un sutil movimiento me lo arrebató y comienza a avanzar en la misma dirección que yo traía. En mi interior una sensación de alivio fluye por todo mi cuerpo.

¡Mucho mejor! Haciendo camino entre los dos al menos todo será mucho más sencillo y menos agotador.

Comenzamos el nuevo camino juntos, relevándonos con el machete cada vez que uno de nosotros se sentía agotado.

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

Algo había cambiado en la selva porque al mirar hacía atrás me doy cuenta que el camino realizado se deja notar, la selva no ha sido capaz de cerrar el camino abierto o al menos no con la misma celeridad como lo hacía en un principio.

El tiempo pasa y nada nuevo sucede, solo selva y más selva.

¿Es que esto no termina nunca? Es ahora la pregunta que ronda sobre nuestras cabezas.

El desanimo empieza a hacer mella entre nosotros. La sensación de impotencia, de que todo es lo mismo y de que nada de lo que hagamos cambiara la situación cae sobre nosotros como una losa.

¿Por qué a nosotros? ¿Por qué?

Los días van pasando uno a uno, a veces te sientes eufórico, contento, otros triste, otros hundido pero hasta ahora no hemos cejado en nuestro intento de salir de la selva.

Un buen día vuelvo a escuchar un sonido distinto en la selva, esta vez son un hombre y una mujer los que están frente a nosotros dos observándonos e imagino que a la vez preguntándose lo mismo que nosotros ¿Qué hacemos aquí? ¿Cuánta gente hay en esta selva?

Sin hablar mucho, pero con una sensación de alegría en nuestros rostros nos fundimos en un delicado abrazo y continuamos el camino juntos.

La selva va cambiando y por donde pasamos con el machete vamos dejando un camino más amplio algo que ya se puede distinguir a simple vista.

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

En los meses sucesivos nos encontramos en la selva a cientos de personas, personas de distintas edades, sexo, estado y condición.

Esto me hace pensar que nadie está exento de caer en la selva.

No todos los que nos encontramos siguen nuestro camino, unos deciden formar otros grupos e ir por otros caminos, otros deciden quedarse donde están, otros prefieren realizar el camino solos, nadie obliga a nadie a seguir ningún camino en concreto y cada uno es libre de seguir el camino que elige.

Lo que sí está claro es que la selva va cambiando y cuanto más gente sigue el mismo camino se va creando una autovía perfectamente visible a cualquiera que venga por detrás.

De hecho un día el grupo llega a un lugar donde parece que hay un camino ya realizado. ¿Hacia donde nos dirigirá?

Siguiendo este camino nos vamos dando cuenta de que cada vez hay más claridad, que los rayos del sol llegan al suelo con más fuerza.

Y sin saber como llegamos al final del camino. Frente a nosotros un valle inmenso, eso sí rodeado totalmente por la selva, y donde podemos observar a otra gente con sus pequeñas casas, yendo de un lado para otro.

En realidad no es el paraíso pero es un lugar donde estar, donde vivir.

Observando todo aquello me doy cuenta de que queda mucho por hacer para que esto se convierta en una pequeña ciudad, tranquila, sin pretensiones y con las ventajas e inconvenientes que una de estas ciudades tiene

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

para tener una vida feliz, dentro de lo que cada uno considere como felicidad.

Y al menos ahora ya tengo un nombre para los que como yo han pasado por esto, para mí puedo decir con orgullo – soy de TALITHA<sup>9</sup>–.

Una profunda y cercana reflexión la de Gerardo que nos invita a que tengamos un poco de compasión los unos por los otros, que seamos “hermanos”, “iguales”, no porque vayamos a ser salvados, sino porque estamos perdidos.

### **Cuando Los hijos que “se van” son especiales**

Mirar de modo especial a los hijos y al mundo es mirar lo que la mirada esconde, el verdadero significado de las cosas y los seres, que los hijos especiales revelan con su presencia.

Todos los hijos que fallecen son o se convierten tras el acontecimiento en especiales, pero en este capítulo nos referimos por especiales a esos hijos que nacieron ya siéndolo, el centro del cuidado y la atención de los padres, aunque sobre todo de las madres por una doble razón o condición de ser hijos dependientes en el cuidado y en la atención.

---

<sup>9</sup> Nombre de la asociación de ayuda en el proceso de duelo de Albacete.

El término talita aparece en Mr. 5:41 en la expresión “**Talita cumi**”, y que es una transliteración del gr. talithá, que a su vez es una transliteración del aram. talyethaz o telithâz, “niña”, “jovencita”. “**Talita cumi**” significa: “Jovencita, ¡levántate!”.

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

Es evidente que los padres de hijos especiales son especiales, y no digo nada nuevo. Entender el sentido de la vida, construir el sentido del mundo y caminar junto al ser querido en unas condiciones más duras de las habituales, desde la dependencia, desde el entendimiento de que el crecimiento y la esperanza son diferentes en un mundo construido para la “normalidad” es un camino a través del dolor y el sufrimiento de las limitaciones, a través de unas historias de vida distintas que transitan por caminos centrados fundamentalmente a través del amor al hijo en el que hay cientos de preguntas sin respuesta pero cargadas de sentido, preguntas que espero que los siguientes comentarios y textos nos ayuden a clarificar el proceso de duelo en estos padres especiales cuando su hijo o hija fallece.

Vivir con hijos con discapacidades convierte a los padres en dadores de un nivel mayor de exigencia en la atención y el cuidado de sus hijos, en el que desempeñan funciones muy variadas. Tal como refiere Heward (1996) los desafíos fundamentales a los que se enfrentan los padres en la crianza con hijos con una discapacidad son fundamentalmente: 1. la enseñanza, 2. el asesoramiento, 3. modelar la conducta, 4. La crianza de los hermanos sin discapacidad, 5. Conservar la relación de pareja, 6. Educar a otras personas importantes en la vida del niño con discapacidad. Un desafío muy superior al de las personas o parejas “normales” con hijos “normales” y un evidente vínculo de apego de proporciones mayores que en la mayoría de los hijos menos dependientes.

“Estábamos con ella día y noche” (Jesica, 2012).

“Todo era Gabriel. Yo no podía hacer nada sin contar con él. (...) Pasó de estar las 24 horas a no estar” (Luz, 2012).

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

Una vida compartida con tanta intensidad que cuando llega la muerte del hijo pueda suceder lo que M<sup>a</sup> Carmen, cuyo hijo falleció a los dos años a consecuencia de una enfermedad neurodegenerativa, nos cuenta: “Tras la muerte de mi hijo, como siempre lo llevaba en brazos... Tenía los brazos vacíos... Yo no sabía que hacer con mis brazos.”

A pesar de los cuidados que prodigan a los hijos, muy superiores que en los niños normales, las madres se centran en los valores de los hijos y en lo que aprendieron de ellos. Tal como nos refiere Jesica de su hija fallecida a los quince meses:

“Era una niña especial. Que no lloraba nunca, estaba todo el día riéndose.

(...)

La veías tan inteligente, tenía su carácter bien... era lo que decía y punto. Tenía su genio y un carácter especial.

(...) Siempre iba con nosotros a todos lados. Era una niña a la que no se le notaba que tenía una cardiopatía. Era tan especial en tantas cosas...” (Jesica, 2012).

Mara del Carmen nos cuenta al respecto:

“La historia es dura, pero bonita. Para mi fue un gran maestro, cambió sentimientos, cambió muchas cosas. Fue poco tiempo pero sirvió para cambiarnos la vida (...)

La forma de interactuar con tu hijo y lo que recibes es diferente. Tú tienes unas expectativas cuando tienes un hijo: que cuando crezca va a ser autónomo... y cuando la expectativa que te dicen los profesionales es que tu hijo va a morir [piensas] Mi hijo mientras tenga vida, va a tener mi amor y mis cuidados. Como madre yo me siento obligada a ello. Yo quiero ver a mi hijo feliz y darle la mejor

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

calidad de vida y aprovechar todos los momentos” (M<sup>a</sup> del Carmen, 2012).

Comentamos en el libro *El duelo. Una experiencia compartida* que la pérdida transforma a los padres y el proceso del duelo les hace crecer y relativizar muchas cosas que antes eran importantes para ellos, reconociendo y reafirmando en ellos los dones que el niño trajo a sus vidas, lecciones extraídas de la experiencia de la educación del hijo y de los cuidados dados, de modo que dichos padres señalan a menudo, “mi hijo me hizo ser quien soy hoy”.

“Aprendí a tener paciencia, aprendí a aceptar las cosas... a ser menos exigente, que las cosas no son perfectas. A ser más flexible... a esperar... A saber pedir ayuda. A no querer ser siempre autosuficiente, a que no pasa nada por no ser autosuficiente.

Mi hijo me enseñó a ser más afectiva, a tocar..., a abrazar, a besar... a ser un poquito más abierta, a decir lo que pienso... Me dejó un sentido de gratitud, de haber tenido un hijo, un regalo” (María del Carmen, 2012).

Esperanza, una madre que perdió su hija de doce años tras una larga enfermedad neurodegenerativa de 9 años, nos trajo en el siguiente ensayo escrito en segunda persona que llamó “*El regalo más grande de mi vida*”, en el que nos acerca los significados del propósito de la vida de su hija en la tierra y los nuevos significados que ha traído su hija a su vida, significados que hablan de sus creencias, de la espiritualidad y el más allá.

“Mi pequeña Inesita, aunque tu concha estaba rota, tu perla era tan brillante y hermosa que todo lo iluminaba y seguirá brillando con tal fulgor en este mundo de luz, que su pureza y su intensidad alcanzándome siempre está.

## Duelo: Sufrimiento y dolor por la pérdida

Tu Perla era Divina como los hilos dorados que provienen del más allá, profunda, intensa, fuerte mágica. Tan mágica que todo alrededor lo impregnaba con tal alegría y gozo que es indescriptible, único, vivencial, celestial, como una Gran Fiesta Espiritual danzando, como los ángeles y que trasciende hasta el más allá.

Mi más querido Tesoro, mil gracias le doy a Dios por este hermoso regalo, el mayor de la Creación. Son perfumes celestiales que se esparcen en Tu Honor.

Me enseñaste la paciencia, me enseñaste el gran amor, el más sublime, pero también me enseñaste a servir con gran fervor, también el desprendimiento y mucha mayor comprensión.

¡Oh!, amor de mi vida. ¡Qué grandes lecciones me diste! Me abriste muchos caminos para el mayor entendimiento de las cosas divinas, las que uno lleva dentro. A Dios le agradezco todo el trabajo que me has hecho, para ir desarrollando todo lo que llevo dentro, que es lo único y auténtico que tengo. El trabajo ha de seguir con más esmero, pues tú me enseñaste tanto que descansar ya no puedo” (Esperanza, 2007).

El Tao es una vasija vacía.  
Pero su contenido nunca se agota.  
Insondable, parece ser el origen de todas las cosas.  
El Tao suaviza los filos,  
desenreda lo enmarañado,  
atenúa lo brillante,  
se une con el polvo.  
Está profundamente oculto, pero nunca ausente.  
No sé de quien es hijo.  
Parece anterior a Dios.

Lao Tse, *Tao Te Ching*, IV



## **LA CONTINUIDAD DE VÍNCULOS CON EL FALLECIDO**

Actos de intercambio, de continuidad de vínculos y de sentido de lo simbólico, forman la triada de trabajo de los padres tras la muerte y separación física de sus hijos, en la que han de alejarse de esta “realidad”. Vivir y morir, vida y muerte dejan de estar separados pues lo simbólico ha dejado de considerarlo.

*¿Por qué seguimos conectados con nuestros seres queridos? ¿Por qué lloramos y rechazamos lo desconocido? ¿Por qué lo bello es tan importante para nosotros? Una explicación plausible es que lo hacemos precisamente porque ello supone una guía para nosotros, una garantía de que la vida no es una sucesión de acontecimientos sin sentido, un caos carente de sentido, ya que tiene su propio orden y su propio significado. Es un canon al que podemos hacer referencia. Es lo que nos hace auténticamente humanos y constituye la base de la civilización en el sentido más amplio de la palabra (Ferrucci, 2009, p. 217).*

Bennett (1977, 1998) realizó un trabajo comparativo muy valioso sobre cómo los hombres y mujeres de más edad responden a la muerte de su pareja a medio y largo plazo. Usando métodos psicológicos y sociales, examina los efectos de distintas variables: el envejecimiento, el duelo, el dolor y la pérdida de estado civil, que muestra cómo las mujeres, tras la pérdida, mantienen sus niveles de participación social, mientras que en los hombres disminuye. Para los hombres mayores parece ser un factor importante centrarse en su dolor; para las

## La continuidad de vínculos con el fallecido

mujeres, la baja moral. Esta es la característica más relevante de los efectos a largo plazo de la pérdida de un familiar, que desencadena con más frecuencia problemas de salud mental durante el período inmediato a la muerte.

Otra característica de este período que Bennett y Bennett (2000) identificaron en un estudio centrado en mujeres mayores, es que tuvieron la sensación de presencia como experiencia sensorial de los muertos, a modo de continuidad de vínculos. A partir de un sentimiento que entienden de modo global mediado por los sentidos: por la vista, el oído, el tacto y el olfato, estas experiencias, que pueden repetirse durante 15 ó 20 años después de la muerte, explican y dan sentido a través de distintos tipos de discurso: psicologizado o medicalizado, o con la incorporación de elementos cognitivos que hablan de las visitas de las almas, espíritus o fantasmas de los muertos y, en el que las mujeres se desplazan entre estos discursos, aunque con un sesgo hacia formas tradicionales de expresión.

Shuchter y Zisook (1986) en sus estudios realizados en San Diego, señalaron al respecto de las viudas que mantienen un sentido de vínculo con su ser querido que permanece presente durante varios años tras la muerte de sus cónyuges. De igual modo, en los estudios sobre el duelo infantil que Silverman y Nickman desarrollaron en Harvard, observaron el mantenimiento y el curso de las conexiones con el padre muerto entre un gran número de estos niños.

El libro de Klass, Silverman y Nickman (1996) titulado *Continuing Bonds*, abre una puerta a una nueva comprensión del luto al agrupar información sobre personas que promueven la idea de mantenerse

## La continuidad de vínculos con el fallecido

conectadas con el difunto en lugar de retirarse emocionalmente de él, tal como planteaba Freud (1917): *“El duelo tiene una tarea muy precisa de llevar a cabo psíquicamente, siendo su función la de separar las esperanzas de supervivencia y los recuerdos de los muertos”* (p. 268). Este concepto no fue bien acogido en un principio, al surgir la reflexión de que continuar los vínculos con el ser querido fallecido podría influir bien o mal en la adaptación futura de los dolientes. Es esta controversia en la que se basan fundamentalmente los escasos trabajos sobre la continuidad de vínculos, que resolverían algunas cuestiones tales como: ¿qué tipos de vínculos son los más útiles en la adaptación a la pérdida?, ¿incluye esta vinculación los objetos transicionales de los fallecidos o sus recuerdos, etc.? ¿Da sentido a la pérdida la presencia y el sentido de cercanía de la persona fallecida, hablar de ella, así como las creencias y valores del fallecido? Además, encontrar respuestas a preguntas tales como: ¿hay dolientes que tienen continuidad de vínculos con sus seres queridos fallecidos y otros que no? o ¿Debería aplicarse ese concepto a todos los dolientes?

Según Stroebe y Schut (2005) algunos dolientes tienen la necesidad de renunciar y seguir adelante, lo que nos lleva a las preguntas ¿En qué plazo de tiempo se mantiene una continuidad de vínculos beneficiosa que hace más adaptable la pérdida? o ¿funciona en algún momento como menos adaptable a la pérdida o va más allá de la misma? (Field, Gao y Paderna, 2005), ¿Cuál es el impacto de las diferencias religiosas y culturales en el mantenimiento de lo que podríamos denominar vínculos sanos? Y que incluirían las creencias y los rituales que promueven una conexión y la conmemoración de los difuntos en diversas sociedades. ¿Cuál es la relación

## La continuidad de vínculos con el fallecido

entre el mantenimiento de un vínculo permanente con el fallecido y la reubicación de los difuntos como parte importante? tal como la entiende Worden (2009).

Volkan (1985) sugiere al respecto que:

*Un duelo nunca olvida por completo la persona muerta que fue tan altamente valorada en vida y nunca se retira totalmente de la inversión en su representación.*

*Nunca podemos olvidar a quienes han estado cerca de nosotros, de nuestra propia historia, excepto mediante actos psíquicos perjudiciales para nuestra propia identidad (p. 326).*

De modo que tal como refiere el autor, el duelo termina cuando el doliente ya no tiene una necesidad de reactivar la representación de los muertos con una intensidad exagerada en el curso de la vida diaria.

Shuchter y Zisook (1986) refieren que los dolientes se han de preparar para tener nuevas relaciones, encontrando un lugar adecuado al cónyuge fallecido en sus vidas, dejando espacio para los otros (p. 117). De modo que la tarea del asesor no se convierte en ayudar a los deudos a renunciar a su relación con el difunto, sino en ayudarles a encontrar un lugar apropiado para sus muertos en su vida emocional. Un lugar que les permitirá seguir viviendo de manera efectiva en el mundo.

Marris (1974), capta esta idea cuando escribe que una viuda no puede separar sus propósitos de la comprensión de su marido fallecido; tiene que reactivar la relación para continuar con los símbolos que lo identifican para hacerse creer, con el fin de sentirle vivo, pero a medida que pasa el tiempo, empieza a reformular la vida en términos, mediante los cuales, asimila el hecho de su muerte. Va transformándose gradualmente al hablar con

## La continuidad de vínculos con el fallecido

él, “como si estuviera sentado en la silla junto a ella”, de lo que habría dicho y hecho, y de la planificación de su propio futuro y el de sus hijos en términos de lo que él hubiera deseado. Hasta finalmente hablar con él de los deseos de su propio ser (pp. 37-38).

El morir y la muerte    El duelo reciente    En el dolor    A lo largo del dolor    Apertura a nuevos significados en sus vidas

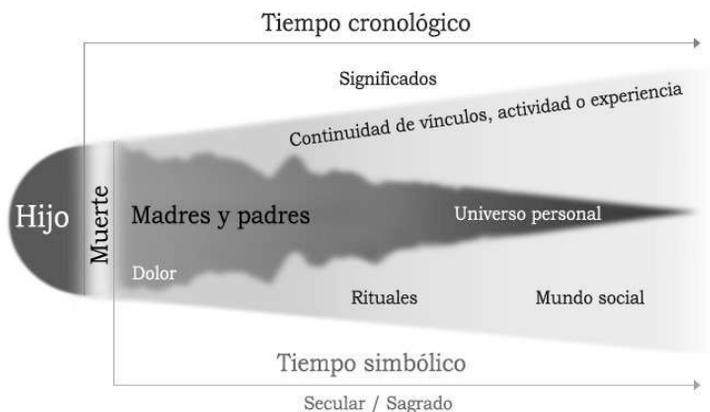


Figura 4. Gráfico de la evolución en el tiempo del proceso de duelo de padres que han perdido hijos y los conceptos implicados en el mismo (Alfonso García, 2010, p. 49).

El duelo de los padres a menudo presenta dificultades para comprender el retraining emocional, aunque si pensamos en la reubicación del hijo, entonces la tarea de los padres afligidos consiste en ser capaces de desarrollar algún tipo de relación permanente con los pensamientos y recuerdos que se asocian con su hijo, de manera que

## La continuidad de vínculos con el fallecido

les permita continuar con sus vidas después de esa pérdida.

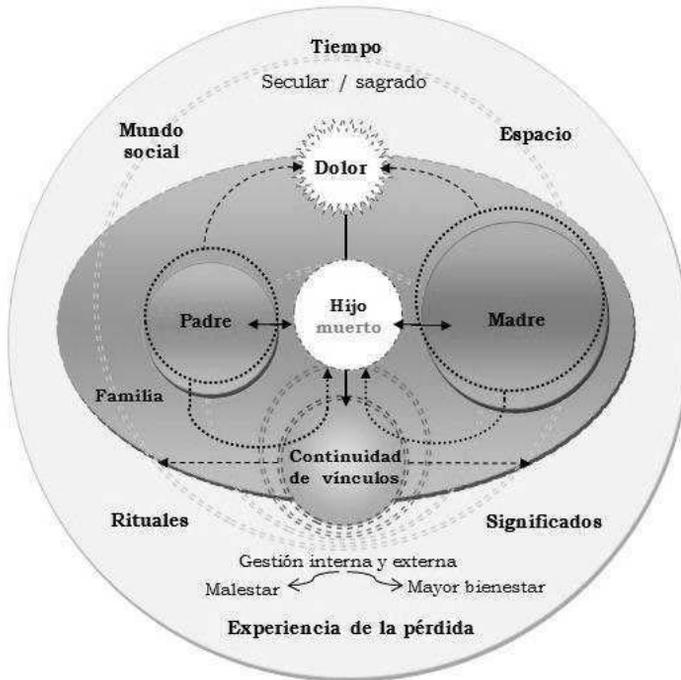


Figura 5. Esquema conceptual dinámico de las dimensiones implicadas en la experiencia de la pérdida de los padres, y en la elaboración de significados.

Attig (1996, p. 189) afirma al respecto que: *“Podemos seguir “teniendo” lo que hemos “perdido” es una continuidad, aunque transformados, el amor por el difunto. Realmente no hemos perdido nuestros años de vida con la persona fallecida o nuestros recuerdos, ni las influencias, las inspiraciones, los valores y los significados contenidos*

## La continuidad de vínculos con el fallecido

*en sus vidas. Podemos incorporar, de manera activa, en las nuevas formas de vida tras la pérdida, la transformación y las relaciones permanentes con quien hemos querido y amado”.*

Elena a los veinte días del fallecimiento de su hijo de 21 años, asiste a un homenaje militar a su hijo y nos cuenta:

“Hoy es un día bonito y a la vez supertriste. Porque todo ha sido bonito, porque las cosas que hemos vivido han sido bonitas y me hubiera gustado que él hubiera vivido todas las cosas que hemos vivido. Y al final se lo ha perdido todo. Yo intento pensar que está ahí, que está a mi lado. Él está a nuestro lado.

Yo llevo todos los días pensando eso.

Hemos entrado a montón de sitios que ni siquiera el pisó, en un montón de lugares que a él le hubiera alucinado entrar” (Elena, 2012).

El futuro simbólico de los padres en duelo y la continuidad de vínculos entre padres e hijos se corresponde a su pasado simbólico con el que guarda una estricta analogía, y al futuro que podemos denominar “profético”, pues en ningún lugar encuentra mejor expresión que en la vida de los grandes profetas religiosos, quienes nunca se contentaron con comunicar simplemente futuros sucesos o con advertir sobre daños posibles y que, al igual que los padres, no hablaban como augures ni aceptaban la evidencia de los *omina* y los presagios. Su propósito era otro, de hecho, opuesto al de los adivinos. El futuro del que hablan los padres se comporta más como un hecho empírico que como una tarea ética y religiosa, una predicción que desean se transforme en profecía, profecía que no significa simplemente predicción, sino promesa. Su futuro ideal

## La continuidad de vínculos con el fallecido

significa la negación del mundo empírico, “el fin de los tiempos”, pero contiene, al mismo tiempo, la esperanza y la seguridad de un nuevo ciclo y de una nueva tierra. De nuevo los padres, tal como los profetas se atreven más allá de los límites de la existencia finita.

“¿Cómo vamos nosotros a fallarles?” (Romeo, 2012).

La continuidad de lazos con el hijo da consuelo y ayuda a dar una visión duradera del mundo, de modo que la construcción y mantenimiento de estos lazos “interiores” y “exteriores” sirven de cura para el individuo y la comunidad y les permite no sólo aceptar la muerte y asumirla, sino más aún, ordenarla, integrándola a su sistema cultural, al ubicarla como a sus hijos en todas partes. Esto no deja de ser la mejor manera de dominarla, imitarla ritualmente en la iniciación, y trascenderla gracias a un juego apropiado y complejo de símbolos personales (Field y otros, 2005; Klass, 2006).

“Tengo la sensación constante de que siguen existiendo y están conmigo, similar a la de un brazo amputado, “semejante al conocimiento y conciencia que el hombre guarda de sí mismo” y es este tipo de conciencia la que tengo de su existencia” (Luis, 2007).

“Mi hijo sigue estando conmigo en lo que hago, en los consejos que me daba” (Concha, 2009).

“Si mi hijo abre un ojo y me ve derrotado dice: Vaya mierda de padre que tengo. Él está aquí. Mi hijo es una sombrita que llevaré toda mi vida conmigo, de día y de noche y no dejaré que se convierta en una noche oscura.

Yo tengo que sonreír porque mi hijo siempre estaba sonriendo” (Romeo, 2012).

## La continuidad de vínculos con el fallecido

“Quiero seguir teniendo la esperanza de que cuando muera vuelva a ver a mi hija” (Jesica, 2012).

La dinámica generada entre los miembros de los grupos de duelo posibilita los vínculos entre padres y madres, y de cada uno de ellos con su hijo fallecido, que aumenta al incluir lazos con los otros niños fallecidos. De este modo, el proceso de reconstrucción de las vidas de madres y padres, tras la muerte de sus hijos, es una conversación real entre el dolor por la muerte del hijo y los lazos que les mantienen unidos a él.

Tal como plantea Sloterdijk (2004), para quien el duelo es visto más allá de una praxis religioso-cultural o de una tradición instauradora de memoria, como un sentido que alcanza una dimensión esferológica. El recuerdo de los muertos y el duelo libera procesos creadores de esferas, espacios de proximidad, donde puede rehacerse la esfera psíquica rota por la desaparición del otro, restaurando, simbólica y emocionalmente, la íntima burbuja de coexistencia (p. 150), que en los dolientes lleva a la construcción de un mito que incorpora causalidad y continuidad de vínculos con el hijo fallecido.

Actos de intercambio, de continuidad de vínculos y de lo simbólico nos hablan de un elemento de disyunción en el sentido que nos comenta Baudrillard (1980, p. 153). Tras la separación física de los padres de sus hijos, estos se separan de la “realidad”. Un efecto estructural de disyunción entre los términos vivo y muerto y el famoso principio de realidad, con lo que implica de normativo y represivo. Lo simbólico pone fin a ese código de disyunción y a los términos separados.

Tras la muerte de uno de los hijos, los hermanos sobrevivientes con frecuencia se convierten en el foco de

## La continuidad de vínculos con el fallecido

los movimientos inconscientes de los padres, diseñados para aliviar los sentimientos de culpa de modo que dicha situación puede ser utilizada como una forma de controlar el destino. En algunos casos, determinados padres tratan al hijo sobreviviente como el sustituto del niño perdido, lo cual, a menudo implica que les dotan de cualidades de su hermano fallecido. Incluso, tal como se realizaba hace años en nuestra sociedad, los padres deciden poner el mismo nombre a otro hijo nacido posteriormente. Davies y sus colegas (1986) encontraron que las familias saludables son capaces de reconocer la pérdida de un hijo sin esperar a otros niños a fin de llenar el espacio vacío. Desde nuestra experiencia ningún padre ha repetido el nombre de su hijo fallecido, aunque nos hemos encontrado que a sobrinos del fallecido se le pone como segundo nombre el de su tío o tía fallecida.

La capacidad de los padres para ayudar a los hermanos a comunicarse dentro de la unidad familiar dándoles la oportunidad de expresar directamente los sentimientos conducen a la negociación sana de las tareas de duelo (Schumacher, 1984).

Algunas familias gestionan sus sentimientos en torno a la muerte de un hijo aislando los hechos que rodearon la pérdida, por lo que hijos posteriores desconocen esos fragmentos importantes de la historia familiar. Pudiendo encontrarnos con la paradoja de que con los años, a pesar de que los padres no hablan del hermano muerto, la conciencia de él siempre se encuentra en el fondo de su mente y de muchas de sus acciones.

Soñar, recordar, hablar con otros acerca de los fallecidos, seguir el ejemplo del difunto, pensar y desarrollar acciones para ayudar a los difuntos, son formas de continuidad de vínculos que están entrelazadas con el

## La continuidad de vínculos con el fallecido

proceso de duelo y están influenciadas por la familia, la cultura y la religión. Expresan un enlace permanente a través del cual los dolientes siguen el ejemplo de los fallecidos, a fin de hacer que se sientan orgullosos o felices (Hussein y Oyebode, 2009).

“Sueño con él, y todos los días antes de acostarme platico con él. Antes de dormirme los recibo a los dos (a mi marido y mi hijo fallecidos) y les hago lo que a ellos les gustaba. Llegan en la noche, yo los siento donde yo quiero (Estoy consciente de que ellos no están, pero no quiero renunciar a ello). Y cuando me voy de viaje les digo -hagan maletas que nos vamos-. Eso forma parte de mi mundo íntimo” (María Esther, 2010).

Así que el verdadero trabajo de duelo, considerado desde el punto de vista psichistórico<sup>10</sup>, no significa en

---

<sup>10</sup> La Psichistoria se apoya en el fundamento de que las leyes de las estadísticas aplicadas a grandes grupos de personas podrían predecir el flujo general de los acontecimientos futuros. Así, Hari Seldon, héroe intelectual de la Saga de la Fundación de Isaac Asimov, durante su estancia en la Universidad de Streeling, desarrolló la psichistoria, permitiéndole predecir el futuro en términos probabilísticos (García-Vega, 2010, p. 12).

Seligman, para su aplicación del CAVE (método para determinar la pauta explicativa sin acudir a la aplicación de cuestionarios basándose en entrevistas, artículos, conferencias, diarios...) que se basa en fundamentos psichistóricos, refiere que hay un autor de novelas que influyó mucho en él: “Un autor, dejó en mí una marca incluso más profunda que Freud: Isaac Asimov, el prolífico escritor de ciencia -ficción, novelista y visionario que “En su insuperable trilogía de la Fundación -recuerdo haberla leído en un adolescente arrebatado de entusiasmo en sólo treinta horas- Asimov inventa un gran héroe para todos los chicos intelectuales y afectados por el acné. Hari Seldon es el científico creador de la psichistoria con el fin de predecir el futuro... ¡Demonios! -pensó el impresionable adolescente -. ¡Predecir el futuro valiéndose de principios psicológicos!” (García-Vega, 2010, p. 30).

## La continuidad de vínculos con el fallecido

principio otra cosa que el esfuerzo de los supervivientes por colocar a sus muertos en un círculo de proximidad y paz ampliado, sacándolos del ámbito de proximidad y alianza más íntimo. Todo, desde el esfuerzo psíquico es un compromiso que se encuentra a caballo entre la preocupación por la separación definitiva de los muertos y el deseo de mantenerlos en otra forma de proximidad, pero en un “allí” en una burbuja mayor que abarca presentes y ausentes.

### **El amor y los sueños en el duelo**

Si hay un hijo deseado, es el hijo soñado, el hijo que se fue y se encuentra en un nuevo estado al que los padres pueden acceder cuando lo deseen.

Para André Bretón, los vasos comunicantes son aquellos que restablecen la unidad entre el mundo de la vigilia y el del sueño. De manera que lo importante es “retener de la vida despierta lo que merece ser retenido”. Por eso el sueño libera, exhibe, crea, borra la noción del tiempo y provoca una “conspiración de silencio y de noche” en torno al amor. Compartimos la idea de que los sueños son extraordinariamente valiosos, sobrepasan la realidad y restituyen la presencia de los seres amados y ausentes. Los lugares, los objetos y las personas cobran sentido auténtico al animarse por la afectividad evocadora e irracional de ellos que nos han acercado los poetas. Y son los sueños los que vuelve a colocar al hombre en el corazón del universo.

## La continuidad de vínculos con el fallecido

Para que el sueño nos haga felices, basta con acostarnos, pero para que el sueño desencadene un proceso de resiliencia, necesitamos soñar y después levantarnos, contarlo, compartirlo, pues ello le da efecto antidepresivo, de reconstrucción de sentido, de proyecto de retorno a la vida. Para los maestros de los sueños, las historias maravillosas que son recreadas, en ocasiones, por los mismos, no sólo nos hacen olvidar la realidad anodina sino que nos dan valor para esforzarnos en transformarla.

Pues sueños y amor van de la mano, y el amor es la meta última y más alta a la que podemos aspirar. Sólo cuando hemos comenzado a comprender que es el significado del mayor de los secretos guardados por la poesía, el pensamiento universal y que, los distintos credos humanos intentan y han intentado comunicar a través de esa máxima: “la salvación de hombres y mujeres está en el amor y a través del amor”, hemos podido acercarnos a padres y madres, o quizá a sido a la vez. Comprender cómo ellos, incluso desposeídos de todo, pueden conocer y reconocer de nuevo la felicidad, aunque sea momentáneamente y cómo, incluso, cuando mayor es la desgracia más admirable es la victoria y si son capaces de contemplar el significado dado al ser querido, en la amorosa contemplación y recuerdo de su imagen pueden entender que sus hijos, cual ángeles, tal como refiere Frankl “se pierden en la contemplación perpetua de la gloria infinita”.

Una parte importante del trabajo de duelo con padres, consiste en ser capaz de comprender mejor las estrategias que madres y padres emplean para adaptarse a su nuevo estatus de “huérfanos de un hijo”, así como configuran los significados mediante los cuales llevan a cabo la construcción de la memoria para que el pasado

## La continuidad de vínculos con el fallecido

vuelva a ser accesible. Inmersos en un mundo en el cual siguen conectados y comunicándose con sus hijos, incluso a través de los sueños que les facilita poder ubicarlos en un nuevo lugar, pues han cambiado de “estatus”. En función de las creencias y religiones de los padres y del proceso de duelo llevado, ellos podrán ser generadores de nuevos y profundos cambios en sus planteamientos filosóficos y existenciales, en el entendimiento de la recuperación y el recuerdo del hijo.

“Todo el mundo lo quería. Era una persona maravillosa. Era un manitas para todo” (Sinda, 2012).

### **Comunicación con el hijo**

Es el futuro simbólico de los hombres y las mujeres el que corresponde a su pasado simbólico y guarda estricta analogía con él. Se hace más patente en la continuidad de vínculos y refleja, a su vez, el nivel de profundidad en sus creencias religiosas o espirituales. Este camino habla, en ocasiones, de lo que aconteció y del tiempo pasado, del conocimiento, la lucha y esperanza en el reencuentro.

Miguel que perdió a su hijo Yerai de veinte años de edad a consecuencia de un atropello, la mañana del día 1 de enero de 2011 nos acerca este emotivo fragmento que escribe en su diario y que condensa el acontecimiento vivido tras el fatídico accidente y la vida llevada desde la ausencia por compañera que busca significados profundos que den sentido a lo que aconteció:

“7.292 DIAS DE PLENA FELICIDAD, 174.999 HORAS, 10.499.940 MINUTOS, 629.996.400 SEGUNDOS

## La continuidad de vínculos con el fallecido

1 de enero de 2011

08.00 am. Suena el frío teléfono y nos llaman desde el hospital, te han atropellado, disgustados pero confiados nos dirigimos al mismo, los nervios de urgencia, el informe de la cirujana y traumatólogo, difícil pero con esperanzas, eres un luchador y confiamos en ti. Un par de largas horas de espera en quirófano y repitiendo y repitiéndome que cada minuto nos da más esperanza de que te quedes entre nosotros. Pero desgraciadamente llega la mala noticia te necesitan en otro sitio más que nosotros te necesitamos, será verdad pero no sabes cómo duele, se suceden las llamadas informando a todo el mundo y los llantos de todo el mundo QUE GRANDE ERAS HIJO COMO TE QUERIAN. Te secuestran durante todo un día en el anatómico forense y mientras volvemos a casa, Yo corro como un poseso a tu cuarto por que confié en que se han equivocado que tú no eres y estas durmiendo, pero no, no estás, y empieza el infierno, que comida sin querer, que tarde más larga y el teléfono sin parar, solo las pastillas nos hacen conciliar el sueño, desde ese día son nuestras mejores aliadas para el descanso.

(...)

14 enero 2011

“Hoy Yerai después de 21 años, por primera vez no podemos al menos físicamente abrazarte, besarte, felicitarte, decirte que te queremos mucho, hijo ni te imaginas cuanto te echamos de menos, allá donde estés MUCHAS FELICIDADES. Todos los que te queremos nunca te olvidaremos.

Como siempre empecé la mañana corriendo me fui a la piscina y corrí unos minutos, como siempre ya no corro x minutos sin no x recuerdos tuyos,

## La continuidad de vínculos con el fallecido

luego hice algo de abdominales y estiramientos, al llegar a casa a las 8,30 aún seguía la tropa durmiendo y baje a poner datos pulso metro al ordenador, y ponerte ese pensamiento anterior en Facebook y Tuenti, luego fui al banco a solucionar unos asuntos y después nos hemos ido en tu coche a hacerte una visita en el cementerio, por cierto llevamos tu coche para que lo vieras, te hemos preparado un arreglo especial y como no llevamos jarrón, hemos improvisado uno son un vaso de pepsi con tapado con aluminio , un piedra como contrapeso y agua , chicle en el culo para pegarlo y hasta parecía bonito, no sé si será el más bonito del cementerio, pero si uno de los que más cariño llevan incluido, allí siguen el balón, y los 2 ramos de flores anteriores, pero que te cuento que tu desde tu privilegiado lugar no veas. Después hemos convencido a Mama y nos fuimos a comer a Da Canio, nada más entrar vimos a unos conocidos y mama se cortó un poco, pero sabe que tu estaría animándola a hacerlo, después unos heladitos en Leroy y a prepararnos para tu fiesta, si digo fiesta no encuentro mejor definición para la demostración de cariño que te han dedicado todo esa cantidad de gente que te quiere, había más gente fuera de la iglesia que dentro por qué no se cabía dentro, no sé cuántos besos y abrazos nos han dado dirigidos a ti, siempre pensaba que teníamos pocos amigos, pero es que no los había visto junto. Terminamos en casa de Tata comiendo Keback, pues la jefa no quiso ir a las arepas. HIJO EL NO VERTE, AUMENTA PROPORCIONALMENTE EL AMOR QUE TE TENGO y la misa me dejo una gran paz interior, como que está haciendo algo más importante que contribuir a nuestra felicidad, te estamos compartiendo con más gente”.

(...)

## La continuidad de vínculos con el fallecido

29 de julio de 2011. Publicado por Miguel en su web de Facebook.com

“Se fueron demasiado pronto... O se fueron simplemente. Cuando miramos al cielo nos gusta pensar que miran por nosotros. A menudo nos acordamos de ellos... Por la mañana... Por la noche mirando las estrellas... Una fecha... Una canción... Un lugar... Un olor... En memoria de los que nos dejaron, copia esto en tu muro si extrañas a alguien que hoy te mira desde el cielo”.

20 de agosto de 2011, (en facebook.com)

“La muerte no nos roba a los seres amados. Al contrario, nos los guarda y nos los inmortaliza en el recuerdo. La vida sí que los roba muchas veces definitivamente”.

3 de diciembre de 2011, (en facebook.com)

“Quiero escribirte algo, pero no encuentro las palabras,  
Quiero ver tu sonrisa, pero no encuentro tu boca,  
Quiero besar tu mejilla y no encuentro tu cara.  
Y solo las encuentro en mi vida ya pasada”.

1 de enero de 2012, primer aniversario del fallecimiento de Yerai (en facebook.com)

“Ya un año, como pasa el tiempo, aunque intente con una escalera llegar al cielo y poder abrazarte, no conseguí ese deseo, y la línea de teléfono directa al paraíso estaba apagada o fuera de cobertura y no pudimos hablar, pero te mando un beso fuerte y nuestra promesa de que no te olvidaremos. SOLO SE MUERE CUANDO NO EXITE EL RECUERDO” (Miguel 01 01 2012).

Y el tiempo pasado, cual vida pasada es el centro del recuerdo, del presente ganado en el que se construye un andamiaje de sentido y sentimientos en torno al ser

## La continuidad de vínculos con el fallecido

querido presente en otras formas menos corpóreas, que se añoran y se unen a otros soportes de marcado significado simbólico.

“Me siento orgullosa de mis hijos. Uno está ayudando a su padre, y el otro está en el cielo, ayudándonos a todos” (Mercè, 2009).

Yayi, nos acerca el siguiente poema que dedica a su hijo Jesús, fallecido tras seis meses de hospitalización en una Unidad de Cuidados Intensivos Pediátricos:

MI NIÑO, MI ANGELITO, MI VIDA...  
Con una mirada tuya me advertiste  
de tu partida y sentí dentro de mí  
una tristeza tan grande  
que no me quedaron fuerzas para seguir adelante.  
Nos diste una lección  
no a nosotros, al mundo entero  
con tu amor, con tu lucha por  
quedarte con nosotros.  
Ahora eres un angelito.  
En sueños te veo:  
en un jardín lleno de flores  
de muchos colores  
riendo, jugando  
y con nuestro cariño  
a tu lado.  
Porque, aunque la vida  
nos ha separado,  
algún día estaremos  
juntos.  
Con nosotros para siempre (Yayi, 2007).

Yurena nos dice tras la muerte de su hija Aroa a consecuencia de una meningitis:

“Dios la vino a buscar personalmente. Y si la vino a buscar es porque la necesitaba. Yo he ganado en fe” (Yurena, 2008).

## La continuidad de vínculos con el fallecido

Elena (2010) nos acerca las siguientes palabras, que fueron leídas en su funeral de su hija Natalia, fallecida a los dieciocho años de edad a consecuencia de un accidente automovilístico, en ellas realiza una semblanza que funciona a modo de un ciclo que busca dar sentido de trascendencia al sinsentido de la muerte de su hija:

Cuando naciste sentí por segunda vez una inmensa alegría.

Había vuelto a dar vida a otra maravillosa personita que era todo carácter.

Era alegre cuando se sentía feliz, desprendida si se trataba de ayudar a otras personas, y con un genio muy particular cuando se enfadaba.

Pero dentro de sí misma brillaba un inmenso corazón que buscaba el cariño de las personas que le rodeaban.

Le gustaba mucho compartir juegos en casa con papá, y con su hermana.

A medida que fue creciendo, fue forjando una tremenda personalidad que demostró en ella muchos momentos de madurez, aun no teniendo la edad adecuada.

Buscaba una vida sencilla, sin alardes, pasando desapercibida, pero queriendo dejar un rastro que siempre permanecerá en el corazón de todas las personas que la hemos querido.

Ahora empezaba una nueva etapa y, como ella decía, por fin soy mayor de edad.

Sin elegirlo le ha tocado cambiar.

Sólo deseo que donde quiera que esté, me la cuiden, con el mismo cariño y dedicación que nosotros le demostramos toda la vida.

Pero, por encima de todo, deseamos que seas feliz.

Que te encuentres en un lugar mejor, donde reine la paz.

## La continuidad de vínculos con el fallecido

Las creencias religiosas se ven, en ocasiones, cuestionadas tras la muerte de un hijo y la reflexión de los padres al respecto de ellas, en el seno de los grupos de apoyo, pueden ser generadoras de nuevos y profundos cambios en los significados dados por los padres a las mismas:

“Recuerdo que, con la marcha de Enzo, se fue también mi FE, la cual recuperé el día que comenzamos a ir al grupo de apoyo. Allí conocimos a Yurena, ella había perdido a su niña con dos añitos el veintiuno de septiembre por una meningitis fulminante (ocho días antes que Enzo). También era su primer día y, al igual que nosotros sacó fuerzas de donde pudo y nos contó su experiencia. A todos se nos pusieron los pelos de punta cuando nos dijo que su niña antes de irse le dijera: -No te preocupes, mami, que yo estoy bien y me ha venido a buscar un hombre mayor y con barba como el abuelo-. A partir de ese momento recuperé mi Fe, ya que comprendí que mi niño no estaba SOLO, que se había quedado en buenas manos” (Fátima, 2007).

Y pueden ser generadoras de dudas tal como nos cuenta una madre seis meses después de la muerte de su hija:

“El primer día [después de la muerte de su hija] dije que no creía en Dios ni en nada porque ¡Cómo me había hecho esto!, pasado un poco de tiempo no se muy bien en que creer. Creo en Dios pero no sé que religión es más cierta y cual será una patraña” (Jesica, 2012).

Por encima de todo, los padres desean que sus hijos no estén solos tras la muerte y buscan razones y modelos de entendimiento que den respuesta a esta conexión entre el mundo de los vivos y el de los muertos, además de creer que alguien les acompaña en estos mundos.

## La continuidad de vínculos con el fallecido

El propósito y la búsqueda de razonamientos de por qué se truncaron las vidas de sus hijos son un elemento de búsqueda en los padres, pues intentan encontrar sentido a lo sucedido. Cómo veremos un significado que se va elaborando paulatinamente.

Como si se tratara de mitos, encontramos discursos que establecen un orden cronológico de las cosas y relatan acontecimientos en los que están los hijos. Ofrecen una cosmología y genealogía propia en la que pasado, presente y futuro se hallan fundidos formando una unidad indiferenciada y un todo indiscriminado en el que los padres conviven junto a la evocación de emociones, dolor, significados y vínculos. Un tiempo mítico, en el que las madres y los padres ordenan el recuerdo de los hijos fallecidos en estructuras no definidas como si se tratase de un “tiempo eterno” y sagrado a la vez.

Lo *numinoso* y los tabús asociados con el hijo preceden frecuentemente a cualquier idea definida de poderes sobrenaturales semipersonales, en los que la religión de los padres, conforme se ha ido desarrollando, ha ido creando un panteón de espíritus y demonios, de poderes benevolentes del hijo-tótem, cual espíritus guardianes que aparecen reflejados en sus ideas animistas o religiosas.

Los padres nos acercan sus representaciones interiores y sociales del duelo y en ellas descubrimos vidas de continuidades y rupturas que se modifican y a las que intentan dar sentido, aun sin tener del todo claro la totalidad de los significados narrativos de las mismas. Las narrativas, convertidas en conversaciones, están dirigidas a una audiencia imaginada, sagrada en ocasiones, a modo de conversaciones directas y verbales, o indirectas y no verbales en otras, en las que los hijos

## La continuidad de vínculos con el fallecido

fallecidos son calificados por algunos padres como algo interno, psicológico, simbólico, emocional o imaginario, como si de una relación subjetiva o mental y especial se tratase, más que objetiva o espiritual (Becker y Knudson, 2003, p. 692).

Son planteamientos filosóficos y existenciales de cómo la vida continua, a pesar de la ausencia del ser querido y en los que el establecimiento y construcción de nuevos y permanentes lazos con el hijo forman parte de un proceso encaminado a construir una nueva identidad de los padres: una nueva consciencia de la brevedad de la vida, un despertar a un menor temor a la muerte y a la posibilidad de aprender de lo vivido, o quizá debería decir a desaprender de lo vivido que es quizá el mayor desafío.

“He aprendido mucho, soy mejor persona. Ahora soy otra persona, más sociable y las cosas son diferentes. No soy la misma que antes de la muerte de mi hija. Soy capaz de comprender a quien sufre, a quien tiene problemas importantes. Y soporto menos a la gente que habla de cosas estúpidas e idioteces” (Maykel, 2009).

“Pienso que todo pasa por algo. Tengo de nuevo ilusión en la vida. Me gusta recordar las cosas bonitas y hago un esfuerzo por no olvidarlas” (Ariana, 2009).

Rosa, cuyo hijo José Luis falleció a los 11 años a consecuencia de un accidente nos cuenta al respecto:

“Mi hijo me estaba enseñando una gran lección sobre la vida y la muerte gracias a su pérdida, él había pasado de ser mi hijo a ser mi mejor maestro (...)

Tomé consciencia de la cantidad y de la calidad de todo lo que mi hijo me había enseñado en su breve paso por mi vida: gracias a él había crecido como

## La continuidad de vínculos con el fallecido

madre, había aprendido a ser un poco más paciente y flexible, a aceptarle tal y como era, con sus limitaciones y con sus rabietas, con sus caprichos. Me había enseñado a expresar mi ternura y el significado de la entrega y de la alegría de amar. Y también a conocerme mejor a mi misma, al descubrir a través de él mis actitudes, mis reacciones,, mis debilidades y también mis dones: mi capacidad de superación, de transformación, de darme a los demás, de servir y de gozar.

(...)

Ahora sé que él es quien cuida de todos nosotros desde el cielo, nos envía energía de amor sutilmente y nos protege con su luz y pureza. Nos ayuda en los momentos difíciles y nos guía cuando estamos confusos. Nos anima con una sonrisa especial y única cuando estamos tristes. Siento que los lazos de unión entre nosotros se han estrechado desde su muerte y está más dentro de nosotros que nunca” Rosa, 2010, p. 39 y 42).

O tal como nos refiere Jesica:

“Intento pensar en que tal vez sucedió antes de que ella fuese consciente de lo que realmente sucedía, Intento pensar que fue feliz” (Jesica, 2012).

El vínculo de encuentro o quizá de rencuentro con el hijo fallecido lo expresan padres y madres, que lo viven de diferente modo y con diferente calidad (Freeman y White, 2002; Epstein y otros, 2006; García, 2008; Arnold y Gemma, 2008), que van desde detectar la presencia del difunto, comunicarse con él, soñar y anhelar verlo hasta vivirlo casi como una realidad (García, Marzo-abril 2005; Wray y Price, 2005).

La continuidad de vínculos con el fallecido

### **1. Detectar la presencia del hijo**

Los padres y las madres explicitan la realidad de la presencia de su hijo, expresando abiertamente cómo sienten que sus hijos fallecidos los acompañan en determinados lugares, instantes o momentos.

“A veces me da la sensación de que está a mi lado. [...] Siento que están en un mundo, en otro plano, y que nos influimos mutuamente” (Luis, 2007).

“A veces siento la presencia de mi hijo” (Isabel J., 2008).

África nos relata al respecto:

“Si no sintiera que él no está conmigo, ya no estaría... [yo] Para mí, él está en todas partes. Está en la ermita, en el cementerio. Está en el coche y cuando voy caminando...

La única esperanza que tengo es que el día que yo me vaya lo vea a él.

Es que uno ni se lo cree”.

### **2. Revivir la relación: conversaciones**

El sentimiento de anhelo de *encuentro con el hijo fallecido*, de poder tomarlo en brazos y acurrucarlo es más frecuente en madres que perdieron hijos pequeños y que buscan revivir el encuentro y la relación, aunque no es la única forma de estar en contacto directos con los hijos fallecidos. A este sentimiento, algunas madres sumaron el sentimiento de tristeza experimentado al no encontrar signos de la presencia de su hijo en determinados lugares, expresado desde el anhelo de reencuentro.

## La continuidad de vínculos con el fallecido

Tras una visita a la Unidad de cuidados Intensivos Pediátricos y Neonatales del Hospital Universitario de Canarias, Yayi, madre de Jesús, que había fallecido ocho años antes en la unidad, sumó al sentimiento de tristeza al sentimiento de no haber encontrado allí a su hijo, un anhelo de rencuentro que expresó del siguiente modo:

“Es que siempre he tenido la sensación como de que tengo que encontrarlo, como de que se me perdió. Pensaba que me iba a encontrar algo de él. Es que sigo buscando ese algo y no sé lo que es.

Sigo pensando que tengo que encontrarlo algún día. Yo, porque no creo en nada..., pero... joder... ¡cómo me gustaría verlo! Es como si me lo fuera a encontrar, como cuando te van a dar una sorpresa, que te van a dar *esa sorpresa*. Una sensación así...

¡Ojalá lo encontrara, aunque me volviera loca, pero ojalá! Yo sé que no puede ser..., pero es un sueño.

Para mí, él en este momento significa la libertad: el mar, el aire, el cielo. Cuando él se fue, yo pensé “ahora eres libre”. Y entonces cuando yo veo algo bonito es por eso por lo que digo que siempre pienso que lo voy a encontrar” (Yayi, 2008).

Hablar con el hijo fallecido, se convierte en algo cotidiano y natural, para la mayor parte de los padres y madres. Emilio nos lo acerca en su poesía:

Hablar con él

Cuando hablo con nuestro hijo  
mi alma toma un respiro  
y hace alto en el duro camino  
de su ausencia.  
Cuando hablo de nuestro hijo  
me parece tenerlo cerca

## La continuidad de vínculos con el fallecido

siento que es uno más  
de los que me escuchan.  
Cuando hablo de él  
el cuerpo tiembla... pero...  
el "Alma se alegra"... y eso...  
compensa esas agritudulces lágrimas.  
Cuando hablamos de ese- Campeón-  
afianzamos más el AMOR hacia él  
el mismo que nos ayudará  
a asumir su pérdida  
el mismo que él, nos dará  
para levantar cabeza, en este trance.  
El hablar con él  
es hablar con Dios,  
pues... seguro estará tan cerca  
que nos oirán al unísono.  
-El hablar con él, es darnos  
un respiro, un aliento, un abrazo  
si no a él, al trocito de su alma  
que siempre nos acompaña  
-Hablar de él es seguir viviendo-

Cada noche antes de acostarse Jesica habla con su hija y en sus conversaciones, incluso, le pide perdón por las cosas que pudo haber hecho mal.

### **3. Soñar o anhelar la presencia del hijo**

El vínculo comporta contenidos de emoción, y en ellos siempre se manifiesta una acción, aunque los padres que sueñan suelen permanecer inactivos. El hecho de que los sueños o anhelos hagan sentir emociones demuestra que no todos los procesos con carga emocional se originan por hechos que hayan sucedido en su medio (Bowlby, 1998, p. 169).

Fátima nos acerca ese mensaje tan cercano de anhelo de reencuentro con el ser querido, con Enzo su hijo fallecido

## La continuidad de vínculos con el fallecido

cuatro años antes, y lo hace a través del facebook, mediante una nota breve en su muro que dice:

“Que bonito sería.....en estas Fiestas, traer de regreso a alguien del cielo... y pasar un día con esa persona... solamente una vez.... una vez... darle un abrazo... un beso y decirle hasta pronto, escuchar su voz nuevamente... Tener otra oportunidad para decirle: TE QUIERO!!!! Copia y pega esto en tu muro, en memoria de alguien que querías con toda el alma y se fue... y ahora es un Ángel. PARA TI “ENZO” (Fátima, Facebook, 20 de diciembre de 2011).

Este sentimiento se hizo más explícito y evidente en las madres que no pudieron tomar en brazos o tocar a su hijo en vida, ya sea porque fueron niños prematuros, o porque estaban en una situación crítica, o porque aquellas desestimaron en su momento la posibilidad de hacerlo por miedo o prevención.

“Eso es lo que yo quisiera: soñar con él. Y no he podido verlo” (Isabel J., 2008).

Bastide se ha ocupado en profundizar en la sociología del sueño, nos muestra cómo en las llamadas sociedades “primitivas” el mundo del sueño que nos vincula al mito, está perfectamente imbricado en sus prácticas cotidianas. En este tipo de sociedades, el sueño es un elemento que constituye y engloba la realidad en la que se integran los individuos, de manera que la fantasía está entremezclada espontáneamente y en una perfecta amalgama simbiótica con lo real, no necesitando, por tanto, reivindicar una explícita localización cultural en la que materializarse. Sin embargo, para Bastide, el resultado del proceso de secularización de la cultura y la creciente importancia asignada a la producción en las

## La continuidad de vínculos con el fallecido

sociedades occidentales han desplazado los significados dados a los sueños hacia una ubicación fronteriza en el ámbito de lo imaginario, confinándolos fuera de los márgenes de lo social. Es así como lo mágico, lo mítico, lo onírico, se convierten en algo extraño y devienen en ámbitos en los que el individuo encuentra una mera suerte de compensación o evasión a una inerte realidad en la que se halla inmerso. En las sociedades “primitivas” el mundo imaginario está totalmente enraizado consustancialmente en ellas, en una solución de continuidad con el mundo real. Pero con la llegada de la modernidad, entre los efectos sociales que conlleva, se produce un detonante que fractura este cordón umbilical que liga realidad y sueño (1972, pp. 48-62).

A pesar de estos cambios en el entendimiento de los sueños en nuestra sociedad, podemos decir que la experiencia de los mismos en los padres y las madres les aportó tranquilidad, pues fueron en la mayoría de las ocasiones mensajeros de sentido, tal como comenta Lola:

“Soñé que lo tenía en brazos mientras lo amamantaba y se fue elevando, y cuando lo tomé por el pie me miró y supe que tenía que irse” (Lola, 2008).

Emilio nos cuenta lo siguiente:

Ayer soñé que veía  
a mi hijo que me hablaba  
soy vuestro Angel... decía  
mientras su mano tendía  
la mía no le alcanzaba  
Mi sueño despertó el día  
y aún despierto, yo soñaba  
-Ayer soñé que veía  
a mi hijo que me hablaba-

## La continuidad de vínculos con el fallecido

(Emilio, 31 de enero de 2003).

Los sueños parecen comportarse, desde la fenomenología personal de las madres y los padres, como mensajeros de sentido, a modo de embajadores de una señal de difícil explicación, de la cual la vida después de la muerte no escapa. Nos traen el encuentro y la satisfacción por el mismo, y median entre dos mundos personales, el de los vivos y el de los muertos, desde la presencia y, desde la ausencia. Las experiencias oníricas se sienten en lo profundo del ser como gratificantes, y, desde la realidad manifiesta en la que confluye el sentido del más allá, permiten apreciar el más acá, en una opción apasionada que podríamos denominar de “inmortalidad identitaria del ser querido” (García, 2005, p. 12).

Ana, quien perdió a su hija de 26 años tras un proceso de enfermedad y hospitalización de meses, nos relata cómo su hija Maite está presente en sus sueños. Los previos a su fallecimiento, mientras estuvo hospitalizada, cuando estaba enferma, y posteriormente tras su fallecimiento, siempre han sido sueños cargados de significados, en los que aparece la familia unida y ella entre ellos, mostrando una actitud tranquilizadora, y manifestando que está bien. Mientras Ana nos cuenta sus sueños, en una narrativa-diálogo en segunda persona dirigida a su hija, nos dice que aunque son sólo sueños, para ella son mucho más que eso:

“La primera vez que soñé contigo estabas aun enferma y una mañana al levantarme me encontré con que estabas en tu cama. Te pregunté qué hacías allí y me respondiste que te habías escapado.

Cuando ya no estabas con nosotros, te vi en una casa de campo antigua con la puerta un poco rota.

## La continuidad de vínculos con el fallecido

Me pareció oír tu voz, te llamé “Maite, ¿eres tú?”. Saliste. “Sí, mamá, soy yo”. Estabas con dos chicas y un chico que no sé quiénes eran. Te abracé y comencé a llorar. Tú, con tu mejor sonrisa, con expresión conciliadora, me dijiste: “Mamá, tranquila, no pasa nada, estoy bien, sólo que no puedo estar con vosotros” y, de repente, desperté.

En otra ocasión estábamos la familia entera refugiados en algún sitio porque ocurría algún desastre y entraste sin decir nada y te acurrucaste a nuestro lado.

Otra vez te vi salir de la clínica. Salías del ascensor, pasaste a mi lado pero ni siquiera me viste, ibas deprisa, me di la vuelta para seguirte con la mirada pero ya no estabas.

Hace algunas noches tuve el último sueño contigo. Fue fugaz, pero intenso. Estaba acostada y de repente, al darme la vuelta, tú estabas a mi lado, abrazada a mí con tu melena esparcida por la almohada, tan bonita, con esa piel tan suave. No dijiste nada, pero yo me sentí muy feliz de estar contigo. Y, de repente, desperté” (Ana, 2009).

De los sueños no obtenemos traducciones constantes, tal como sucede en los símbolos, pero a través de ellos las madres y los padres rescatan a quien ya no les acompaña, mientras descubren la farsa de la muerte y trazan una línea de conexión fuerte y directa, que da sentido a sus vidas y a la existencia, “una relación simbólica” entre los sueños y su traducción, que ocupa sus memorias y les hace desear y esperar el encuentro con su ser querido, mientras revela la verdad de que *la muerte no existe* y la certeza de que el espíritu de las hijas e hijos fallecidos es eterno.

Mercè que perdió a su hijo de 15 años tras un accidente de tráfico soñó lo siguiente un año después:

## La continuidad de vínculos con el fallecido

“Esta noche he tenido un sueño esclarecedor y maravilloso. He hablado con mi hijo Ignasi como si lo tuviera delante. Todo ha sido tan real que parecía que soñaba despierta. Me ha dicho que está bien, que se encuentra en otra dimensión, donde todo es más fácil y se aprende sin sufrir. Me ha contado que se asustó muchísimo al darse cuenta de que se moría, pero que al momento aparecieron en la autopista dos de sus “maestros” para guiarlo y confortarlo.

Con su insistencia habitual me ha pedido mil veces que deje de sufrir. “Mami, mamita, sufrir no sirve de nada, te lo aseguro. No puedo volver. Yo ya he hecho en la Tierra lo que tenía que hacer, mamá. Era el momento de pasar a otra dimensión. Nadie me ha quitado nada. Por favor, compréndelo. La muerte no existe, mamá” (Mercè Castro, 2009, p. 90).

El sueño, como mensajero de sentido, traza una delgada e inexistente línea de conexión, que prepara, enseña y da sentido a la vida de los padres, conectando sus existencias. Construye una muerte deseada y no temida, optimista e inmortal, anhelada por la posibilidad de anticipar el encuentro con el hijo.

Los sueños son un canal de transmisión valioso y los significados dados a los mismos nos conducen hacia derroteros que trivializan la muerte y la angustia trágica de la misma, mientras aportan una *consolación* que se atribuye a los hijos (Lahman, 2009). Son vividos desde la evidencia de lo que a lo largo de la historia tantos poetas, músicos y escritores han defendido sobradamente: *la muerte es metamorfosis* y los sueños hablan del renacimiento a otros mundos, de un progreso a mundos superiores, de una continuidad que va más allá del azar y que da sentido a esta vida, donde la muerte no es el final

## La continuidad de vínculos con el fallecido

de la vida, más bien es el final del que vive, que termina un ciclo de corte biológico.

“Anoche vi a mi hija en sueños y me dijo ¡qué contenta estoy, mamá!” (Lourdes, 2009).

Los sueños se comportan a modo de un símbolo de condensación, tal como refiere Sapir (1969)<sup>11</sup>, constituidos por una marcada dimensión emocional que transmiten tranquilidad a la madre tras la muerte de su hijo. Muertos y vivos se comunican de diversas maneras a través de los sueños, de los lugares y de los objetos, mediante los cuales los muertos informan sobre la otra existencia y sobre la nuestra.

“Estábamos en el coche y le decía [a mi hija fallecida tres años antes] ¿Dime que te pasa?, y ella me dijo: No me gusta verte triste. Y desperté” (Toñy, 2012).

---

<sup>11</sup> Desde hace mucho tiempo se admite en la literatura antropológica que los símbolos rituales son desencadenantes de emociones. Tal vez la formulación más explícita de esta posición fue la que realizó Edward Sapir en la *Encyclopedia of the Social Sciences* XIV (pp. 492-493), donde el autor distingue, de una manera que recuerda a la distinción de Jung, dos clases principales de símbolos: los símbolos referenciales que incluyen la lengua oral, la escritura, las banderas nacionales, las señales de banderas y otras organizaciones de símbolos convenidos como artificios económicos con fines de referencia y la segunda clase en la que incluye la mayoría de los símbolos rituales, es la de los símbolos de condensación, que son definidos por Sapir como “formas sumamente condensadas de comportamiento sustitutivo para expresión directa, que permiten la fácil liberación de la tensión emocional en forma consciente o inconsciente”.

La continuidad de vínculos con el fallecido

#### **4. Una realidad: más allá de los sueños**

En más de una ocasión, la presencia del hijo fallecido es más que un anhelo o sueño, llegando a vivirse como una presencia y un nuevo y real modo de conexión.

Aunque no suele hablarse por parte de los padres de la presencia de los hijos fallecidos entre nosotros, pues es un tema socialmente prohibido y evitado, por las connotaciones de anormalidad o “enfermedad mental” que supone, algunas madres y un padre nos hablaron de indicios reveladores: ruidos insólitos, objetos que caen y sonidos o voces que expresan la presencia del hijo difunto.

Ana, tras una visita al cementerio, un año después del fallecimiento de su hija, y tras quedarse encerrada en el mismo más de una hora, antes de lograr salir, al llegar al coche, revivió la presencia de su hija, pues el coche olía a ella y, al sentarse en su asiento, fue testigo de cómo los seguros de las puertas estuvieron subiendo y bajando durante unos minutos, como si su hija le estuviese diciéndole “estoy contigo”.

Ana nos comenta la explicación que da a lo sucedido:

“A veces pienso que no hay una verdad, sino muchas verdades, que lo que cada persona sienta y crea es.

Después de la muerte (de mi hija), yo pienso también que no es una realidad (la muerte) que es subjetiva. Que el que piensa que se consume y no lo va a ver más, no lo ve. Y el que piensa que lo va a ver, lo ve.”

Para ella *la realidad es producto, no causa de la percepción*. Construido sobre los cimientos del diálogo, el

## La continuidad de vínculos con el fallecido

discurso le permite “hacer” y le da legitimidad para un diálogo de persona a persona, o de persona con las cosas que representan al hijo a través de las personas, una representación que prefigura acciones valiosas, porque el pensamiento las hace posibles al “hacer objeto” de los actos constitutivos de la realidad.

Yayi nos refirió, en dos de los encuentros grupales, cómo tuvo por dos veces la presencia de su hijo fallecido:

“Mi hijo nunca estuvo en esta casa... Siempre veía entrar una sombra blanca a mi cuarto. Una sombra bajita... y yo la veía entrar [...]. Yo no lo pensaba, lo sentía y lo vivía” [...]

Cogí las cenizas [de mi hijo] en las manos, y me sentí un poco mareada y cuando las tenía así (mirando sus manos como si las tuviera en ellas), pasó la sombra. Empecé a buscarlo pero no estaba. Fue porque tenía que verlo de nuevo, para decirme que está aquí” (Yayi, 2009).

O como relata Esperanza:

“A mí me pasa con luces. Y yo sé que las carcajadas de Inés están dentro de mí. Y me hace muy feliz. Pero es que yo me he conectado con ella” (Esperanza, 2007).

Ángeles (2011), ha tenido muchos sueños con su hijo Pablo, que nos fue contando en distintos encuentros. Los que se dieron recién fallecido su hijo, siempre fueron trágicos. Pero el siguiente sueño que relata y que vivió como real, lo tuvo recientemente:

“Estaba en una salita en donde he puesto sus cenizas y pertenencias. En dicha salita me acosté después de almorzar.

## La continuidad de vínculos con el fallecido

Un día que mi hermana me vino a visitar y se encontraba junto a mí escribiendo en el ordenador. Yo me quedé dormida en el sofá sin haber tomado ningún tipo de medicación. Según relata luego mi hermana cogí pronto el sueño. En dicho sueño me vi. Sentada en una cesta de mimbre que hay en dicha salita. Al lado se encontraba mi hijo Pablo de pie, acariciándome la muñeca derecha, la cual tengo un poco hinchada debido a un accidente laboral y la cual él solía hacerlo en vida para hacerme enojar. Le dije que no siguiera haciéndolo ya que me dolía. También le comenté, que el suéter que tenía puesto le quedaba bien, pero estaba un poco estropeado. En el mismo sueño y gritando le decía a mi hermana si ella no veía a Pablo, de lejos yo oía a mi hermana diciéndome asustada que estaba soñando, que todo era un sueño.

Me costó muchísimo despertarme. Ya despierta mi hermana me dijo, que se había asustado mucho, ya que no lograba que me despertara y no hacía más que repetir lo de “¿Ana no ves a Pablo?” Sigo pensando que este sueño para mí fue real y deseando tener otra experiencia igual”.

## **Repertorios evocadores de recuerdos de los padres que perdieron hijos**

La evidencia no es evidente. La evidencia se convierte en un problema desde el momento en que se constata que una gran parte de los actos subjetivos que, en principio, se dirían evidentes, no son en realidad manifestación de ninguna verdad.

El método científico nos ha enseñado a disponer los objetos de observación en diferentes niveles de organización de manera que no son excluyentes unos de otros. El método es excluyente no el objeto observado.

El objeto observado, el objeto científico nunca es neutro, ya que al percibir las cosas adquieren un sentido, en la claridad de nuestra comprensión.

Los padres son protagonistas de historias de intercambio simbólico con el hijo fallecido, en un camino de construcción hacia un “nuevo normal”, hacia la recuperación. Una “recuperación” que hemos de definir dentro de un marco en el que se construyen los itinerarios personales y familiares de los dolientes, cargados de significados que buscan en el anhelo del reencuentro dar significado a su mundo personal y social que ha sido transformado por la pérdida. Los actos ceremoniales tratan de cambiar el estado del mundo mediante una acción a distancia que explica, predice y controla el mundo. Donde la creencia en la causalidad y

## La continuidad de vínculos con el fallecido

en la intervención de agentes sobrenaturales que pueblan el mundo está presente y, se evidencia la confusión entre imaginación y realidad a las que se asocia el pensamiento de fenómenos alimentados por deseos y fantasías, una conexión que se realiza mediante la práctica ritual, de la que los individuos somos claramente protagonistas.

Lourdes nos refiere al respecto:

“Y esa misma noche también nos quitamos un peso, nos liberamos.

La noche que murió Gara, estábamos haciendo una barbacoa a la orilla del mar. Cuando estábamos cenando se vino un viento fuerte. Y un rato antes, yo había llamado a Gara. [Debió morir poco después] Fui a dar un paseo y entonces se levantó un viento y tuvieron que levantar el campamento. Nos fuimos todos a dormir.

Estos amigos de Uruguay dijeron que la muerte fue cuando se levantó el viento y que “teníamos que soltar algo”. Me sentía muerta de miedo porque ese sitio no me gustaba. Había que darle algo al sitio como para tranquilizarlo [apaciguarlo]. Como para que ella [mi hija] se liberara. Yo lo hice por creer en algo: llevamos su peine y un cristal de cuarzo blanco [un amuleto] con el que ella estudiaba siempre en la mano. Encendí una vela, tiramos los objetos y la vela se apagó en ese momento y un lucero, que se veía al fondo, de pronto se cubrió también” (Lourdes, 2009).

Los objetos metafóricos que hablan de Gara, su peine y su cristal de cuarzo blanco, funcionan como elementos de naturaleza descriptiva a modo de señales <sup>12</sup> que

---

<sup>12</sup> Entendemos que las señales y los símbolos corresponden a universos diferentes del discurso: una señal es una parte del mundo físico del ser, mientras un símbolo es una parte del mundo humano del sentido (Cassirer, 1945, p. 57).

## La continuidad de vínculos con el fallecido

configuran una secuencia causa-efecto en la muerte y el lugar y que son capaces de desencadenar consecuencias a distancia. La acción llevada a cabo obedece a un esquema medio-fin, siendo la acción expresiva mitológica o pseudológica en el sentido planteado por Leach (1978, p. 40), que obedece a una creencia religiosa. De manera común se revela un cambio de sentido que va del dolor a la celebración, aunque son posibles muchas variaciones individuales de la misma, por ello que la divulgación ulterior de un diario o guía pueda ser más terapéutico para una persona determinada que para otra.

Los padres hacen hablar a los objetos, a las cosas que pertenecían a sus hijos fallecidos. Hablan por medio de su historia que representa aspectos significativos del hijo y que contribuye a elaborar la nueva representación de él y a mantener la figura del vínculo.

Los significados dados al mundo hablan en todo momento del hijo fallecido y están impregnados de su muerte y ausencia, así como de los significados de presencia y tránsito. Propician una implicación holística en forma de flujo, el cual implica una “suspensión voluntaria de la incredulidad” a la que no son ajenas las personas y los lugares, y donde el lenguaje ritual tiene una fuerza performativa capaz de producir efectos que propician “encuentros”. Algunos padres prefieren llamar a estos acercamientos a sus hijos como encuentros, no celebración pues el concepto conlleva reminiscencias de alegría, pero no deja de ser un encuentro o celebración compartida.

Existe un gran número de escenarios afectivos y todos provocan reacciones diferentes en los padres y los significados atribuidos a los acontecimientos que un día

## La continuidad de vínculos con el fallecido

provocan sufrimiento, pueden ser utilizados otro día para generar felicidad.

Todas las culturas han inventado ceremonias que a modo de continuidad se presentan en forma de ritos de paso: funerales, comuniones religiosas, pautas que orientan a los recién llegados al mundo del duelo y que marcan a además unas barreras de seguridad cultural. Es innegable que el pensamiento simbólico y la conducta simbólica se hallan entre los rasgos más característicos de la vida humana y que todo el progreso de la cultura se basa en estas condiciones.

Recientemente Ana y yo tuvimos el placer de acompañar a Toñy, madre de Cristy, que falleció hace dos años a un paseo ritual hasta el lugar donde esparció las cenizas poco después de su fallecimiento, una cala preciosa en el sur de la isla de Tenerife, donde llevó flores que fue colocando sobre el agua como si las sembrase en la misma mientras se bañaba en ella. Intentaré expresar con palabras esta “liturgia” desarrollada por Toñy, a modo de reglas que combinan mensajes con significados, en una retórica que nos permita interpretar dicho ritual entendido por algunos profesionales como un ritual transicional.

Tras caminar más de media hora por la costa del sur de la isla, en la zona del municipio del Médano, atravesando varias playas y algunas zonas rocosas entre ellas, pues la playa sólo tiene acceso a pie, llegamos a una pequeña cala al atardecer, en la que estábamos sólo nosotros y sentimos como en aquel espacio, en el sentido kantiano, daba forma a la experiencia vivida externamente la cual se cruza con el tiempo que nos muestra la experiencia interna de Toñy. Por instantes la paz y la tranquilidad experimentadas por Toñy estaban en comunión, y

## La continuidad de vínculos con el fallecido

aunque no es posible bañarse dos veces en las mismas aguas, tal como refiere Heráclito, Toñy se quitó la ropa y se estaba bañando en las aguas de su hija, donde años atrás esparció sus cenizas, mientras, colocaba distintas flores que ya cortadas había traído y las volvía a coger cuando el agua se las regresaba para depositarlas de nuevo suavemente sobre el agua repetidamente. En un instante presente y pasado que forman un todo y que no puede ser separado ni ser tomado en consideración sin la historia de Toñy y Cristy, madre e hija, y sin referirla incluso a un estado futuro con respecto al cual el presente es un punto de pasada.

Quizá hace acto de aparición aquí un tema que bien requiere un abordaje en mayor profundidad “la memoria” y la construcción de la misma que depende de nuestros esquemas relacionales, tan difíciles y controvertidos de saber.

Cuando Toñy nos narra sus recuerdos en aquel lugar, sentada en la orilla mirando al mar no es un simple retorno a acontecimientos del pasado sino más bien un proceso creador y constructivo que está acompañado de rememoración. Un proceso mucho más complejo y digno de ser estudiado, un fenómeno profundo y trascendente, y que ahora les acerco con palabras que intentan dar sentido a modo de memoria simbólica al proceso ritual en el cual Toñy no sólo repite la experiencia pasada sino que la reconstruye. Como la poesía, los relatos imaginarios o ficticios nos describen y descubren la verdad acerca de la vida.

Felipe y Fátima, que perdieron a su hijo Enzo, al igual que muchos otros padres han creado un repertorio de ceremonias cada noche antes de irse a la cama: darle un beso volado a su hijo representado por su fotografía, o

## La continuidad de vínculos con el fallecido

por su juguete favorito, “Benito”, un caballo de peluche. Mirar el *Libro de memorias*, que incluye la historia de su corta vida, mantener encendida, casi permanentemente, una vela junto a la fotografía enmarcada de su hijo y a la urna que contiene sus cenizas.

En ocasiones estos actos rituales, son actos de celebración pues los padres suman a un acto festivo, de celebración de algún hijo posterior al fallecido la presencia de quien falleció, como cuando el pasado 11 de septiembre Lucas, hermano de Enzo, fue bautizado el día en que este hubiese cumplido cuatro años, una ceremonia católica entrañable y su posterior reunión de los familiares amigos en torno a la amistad y la comida compartida en su domicilio y en la que pudimos ser conscientes de que en todo momento estaba allí Enzo, en las oraciones, en los comentarios de quienes asistieron, en los objetos, en la puerta de su dormitorio donde se lee Enzo y Lucas y en la celebración en la que como no podía ser de otro modo, los padres y amigos, Felipe y Fátima quisieron que se hablase de ambos hijos. También nos tenían preparada una sorpresa y es que al finalizar la comida, apareciesen con una tarta que compartiríamos, una tarta blanca, de nata, en la que los asistentes pudimos leer a la derecha, bajo los pies de una cigüeña “Feliz Bautismo Lucas 11-9-2011” mientras a la izquierda de la misma estaba un Bob esponja jugando al fútbol con una vela encendida con forma de 4 bajo la que se podía leer “Feliz Cumpleaños Enzo”.

Actos de profundo significado como el realizado por José Luis en las navidades pasadas, que le regaló a su esposa Chari, embarazada de 8 meses, “lo que necesitaba”. Dos fotografías de las ecografías de sus hijos a los siete meses de gestación enmarcadas en un passe-partout blanco y un marco azul: Airam fallecido tres años antes y Abian

## La continuidad de vínculos con el fallecido

que nacería en un mes. Un acto cargado de emotividad y sentido para ambos. Ahora las fotografías se encuentran en la entrada del dormitorio de Abian, tras flanquear la puerta en la que figura la letra A de ambos hermanos del alma. Y digo de alma, tal como refiere la nota manuscrita en un fragmento de papel “Te quiero con toda mi alma...” que aun mantienen unos imanes en la puerta de la nevera en la cocina y que fue escrita por Chari y José Luis para ellos y sus hijos.

Son en torno a un centenar de padres a los que hemos acompañado en algún momento tras la muerte de sus hijos. Nacidos en su gran mayoría en los años setenta (padres de hijos nonatos o fallecidos a los pocos días o meses) y en la década de los cincuenta y sesenta (padres cuyos hijos fallecieron en torno a los veinte años). Hemos de decir que ninguno de ellos llevó luto por la muerte de sus hijos fallecidos y, aunque refirieron, que la muerte de un hijo es el acontecimiento más doloroso que les ha sucedido en sus vidas, no expresaron su dolor con el color de sus ropas, tal como establecía la norma social en Canarias no hace más de treinta años, sino mediante el uso del discurso y los comportamientos.

“Las manifestaciones no tienen nada que ver con lo que llevas... Yo creo que son formas” (Romeo, 2012).

En el panorama de visibilización social del comportamiento de los dolientes, desempeña un papel importante el uso y conservación de objetos y espacios que pertenecieron al hijo fallecido, que contribuyeron a organizar su mundo personal durante un tiempo determinado en torno a los significados aportados por dichos objetos, que vincula a los padres con sus hijos. De este modo, *“el símbolo adquiere sentido únicamente en relación con otros símbolos, es decir, enmarcado en un*

## La continuidad de vínculos con el fallecido

*sistema*” (Douglas, 1978, p. 13). Mientras, las formas externas de expresión del duelo tradicionales, visitas a los cementerios, altares o “capillas”, van cayendo en desuso, se imponen nuevos modos de expresión del duelo, más personales y de gestión y uso de los espacios.

“Me da reparo entrar en sitios nuevos porque él no esta. Y sitios a los que iba con él” (Paco, 2012).

Muchas madres y padres conservan al principio, y en ocasiones durante años, “*momificados*” los espacios que pertenecieron a sus hijos, en el sentido que Gorer considera el término, cual metáfora, como realizaban los egipcios, que embalsamaban el cadáver y lo sepultaban con efectos personales y utensilios domésticos, que proveerían a la persona muerta en su vida posterior. Este fenómeno en las culturas occidentales, representa la creencia más o menos consciente de que la persona muerta regresará y existe el deseo de asegurarse de que será acogida de manera apropiada cuando vuelva. De este modo, la momificación es, por lo menos al comienzo, un corolario lógico de la creencia de que la persona muerta regresará. Sin embargo, este fenómeno puede continuar porque abandonar esa creencia equivaldría a sellar y archivar la pérdida, cuestiones que los dolientes en sobradas ocasiones no están dispuestos a asumir.

### **Vinculación con objetos del hijo**

La vinculación con objetos que pertenecieron al difunto es más habitual en el periodo inmediato en que se produjo el fallecimiento, en el duelo, pues propicia el recuerdo de la presencia del hijo, aunque con la evocación de emociones y signos de dolor, contribuye a la elaboración de significados y transacciones que se dan en

## La continuidad de vínculos con el fallecido

la construcción del universo personal y social, que ha sido desafiado por la pérdida.

El conocimiento del universo de madres y padres que han perdido hijos se construye a través de los objetos y se transforma en sus percepciones sensoriales, que les conectan con el mundo, con los objetos, con el saber, con la naturaleza y con sus hijos fallecidos. Sobre un fondo perceptivo, se van acumulando los significados, el conocimiento de la vida social y de la cultura a modo de collage. Se entrelazan interior y exterior, esencia y existencia, realidad e imaginario. Mientras, la mirada de los padres, llena de “giros”, se orienta hacia el hijo fallecido, en un complejo y móvil mundo tejido de visibilidad del hijo que tiene una doblez de invisibilidad, que hace real el lema de Pascal de que “sólo puede verse a la vez con la mente y el corazón”.

El contacto es una forma de relación entre los sentidos, su imagen y sus objetos, un acoplamiento sensible entre un sentido y un objeto del campo sensorial. Una propiedad relacional que implica uno o varios de los seis sentidos (vista, oído, sabor, olor, tacto y pensamiento), un objeto material o mental y la conciencia basada en ambos. Se produce una sensibilidad entendida como proceso dinámico que genera emergencia y un contacto, en cuanto proceso, descrito como causa y efecto a la vez. Como causa, el contacto es la conjunción de un sentido, un objeto y el potencial para la conciencia. Como efecto, el contacto es lo que resulta de este proceso de conjunción, cuya relación no es propiedad de un sentido ni de un objeto, ni de una conciencia en sí misma, es una propiedad de los procesos mediante los cuales ellos interactúan.

## La continuidad de vínculos con el fallecido

La sensación grata, ingrata o neutra, surge del contacto y se basa en alguno de los sentidos y, mediante ella, los padres y madres afrontan el mundo en lenguaje fenomenológico. De esta sensación, puede nacer la aspiración que, en su forma más básica, es del deseo de lo agradable y el repudio de lo desagradable. Los sentimientos son importantes para los padres y, en estos momentos “difíciles”, cambian por momentos. Se puede establecer una gradación amplia sobre los impulsos: pasión-deseo hacia objetos deseables, agresión-furia hacia objetos indeseables e ilusión-ignorancia hacia objetos neutros (Varela y otros, 2005, p. 91). Para tener los padres y madres en duelo sensaciones y sentimientos, deben conectar con los objetos desde los sentidos, teniendo conciencia de ello. De modo que no hay oposición entre visible e invisible: visible es lo que se muestra de lo invisible. Hacen acto de aparición un “repertorio” de objetos que se comportan en el sentido que refiere Merleau-Ponty (1977, p. 28), reuniendo y unificando, de modo que “la visión es espejo o concentración del universo”.

El afán, de gran importancia en la cadena de la causalidad de padres y madres, puede, en este punto, cortar la “cadena” o dejarla pasar al siguiente eslabón, pues conduce al apego y al aferramiento hacia los espacios y objetos y, por ende, a los hijos que representan.

“Me hacen revivir el dolor lugares, canciones, mi casa...” (Rosario, 2009).

“Arriba están todas las cosas que tenía él, tal como las tenía él: el ordenador, la guitarra. Tengo los pantalones donde los tenía él” (Concha, 2009).

“Cuando hago las comidas que a él le gustaban para mí es un calvario” (Sinda, 2012).

## La continuidad de vínculos con el fallecido



Figura 6. La continuidad de vínculos requiere de contacto, relación entre sentidos, objeto material o mental y el potencial para la conciencia.

La expresión y soporte de los sentimientos, fundamentalmente del dolor, reclaman para manifestarse una expresión que se fija a objetos concretos de marcado simbolismo, a modo de una relación con lo sagrado, totémica. Una relación ritual entre hombres y mujeres con su tótem<sup>13</sup>, con su hijo fallecido. Una vinculación

---

<sup>13</sup> Tal como refiere Levi-Strauss (2003, p. 91), y en el sentido que comenta Radcliffe-Brown, que invierte la posición de Durkheim, según la cual los “tótem” son objetos de actitudes rituales -que Durkheim denomina “sagradas”- al entenderlos como emblemas sociológicos.

## La continuidad de vínculos con el fallecido

que se realiza a objetos que hemos categorizado dentro de los siguientes grupos: 1. *Pertenencias del hijo fallecido*: cosas que él o ella usó, como un reloj, joyas, ropa, gafas; 2. *Algo que la persona fallecida usaba* como una prolongación de sentido: cámara fotográfica o teléfono móvil que se mantiene activo, su coche, las poesías que escribía, que representaban una extensión visual u otra conexión con el mundo; 3. *Una representación del fallecido en distintos soportes: fotografía o vídeo*; 4. *Olores, sabores y comidas* que evocan momentos y lugares por los que transitó el hijo, o sus comidas favoritas que preparaba su madre; 5. *Canciones, música o sonidos* que el hijo escuchaba o que evocan a los padres historias semejantes a la suya; 6. *Números* que por distintas razones, vinculan a los padres con sus hijos, ya sea porque tienen que ver con elementos relacionados con él: la cama en que estuvo hospitalizado, o el número de la casa, o números que evocan fechas o fragmentos de vida en el que los números fueron relevantes; 7. *Espacios exteriores*, creados o conservados tras la muerte del hijo o hija: altares, memoriales, etc. y 8. *Objetos* que estaban a mano cuando se recibió la noticia de la muerte, cuando el doliente vio el cuerpo del muerto, o en el funeral, y que los padres decidieron conservar. Como al coleccionista, a los padres les anima una pasión, que si bien parece dedicada al presente, está vinculada a una percepción del pasado, que no sólo intenta poner en orden la vida del hijo, sino la afirmación misma del hijo, en la percepción de su mirada o rostro y en los objetos presentes que en ocasiones son debidos a un tratamiento más aleatorio de lo que se afirma en general.

Se da un “repertorio de elementos”, de distintas categorías y significados, relacionados con el hijo fallecido que está conformado por cualquier espacio u

## La continuidad de vínculos con el fallecido

objeto, nuevo o antiguo, que sea capaz de evocar o traer significados del mundo circundante real o trascendental del hijo, que desde el afán de conservarlos conduce a padres y madres al apego.

Ligarse a objetos marca un límite psíquico difuso entre quien falleció y el doliente, como una representación de los dos individuos, en los que una parte de ellos emerge externamente a través de su uso (Worden, 1991, pp. 162-163). Es una cultura que moldea la vida y la muerte de sus miembros, confiere significados a las acciones e impone patrones inherentes a los sistemas simbólicos mediante modalidades de lenguaje, discursos y conductas interdependientes que de no realizarse se consideran “anormales”: acostarse en la cama que perteneció al hijo, llevar un colgante suyo, unos pendientes, fotografías, su pañuelo o gorra, etc., son elementos recurrentes en madres y padres (Gibson, 2006); encender velas en determinados espacios, porque nos recuerdan la presencia de nuestro ser querido, o tal como comenta Isabel, *“porque a su hijo le gustaba encenderlas”*; pasear por lugares por los que transitaban con su ser querido, oyendo su música favorita, o incluso, hacerlo en el coche o la motocicleta en que él lo hacía.

El uso de artefactos, objetos y fotografías, funcionan a modo de repertorios que buscan recordar el niño fallecido, busca una función de diálogo y ayuda a construir y crear “una biografía duradera” en la que la memoria de los fallecidos se reubica y reintegra en las vidas de los que quedan. Familia y amigos del difunto renegocian con sus seres queridos su biografía, como si de un “capítulo anterior” se tratase, y reconstruyen los recuerdos que tienen de ellos. De modo que el objetivo de esta nueva lección es *“no seguir adelante sin los que han muerto, conservándolos en un lugar creado para ellos”*

## La continuidad de vínculos con el fallecido

(Walter, 1996, p. 20). Por ello que los padres reconozcan abiertamente que sus hijos han muerto, pero se prometen recordarlos siempre y ser el soporte de su memoria –no permitir que maten su recuerdo–.

Las fotografías presentes en los distintos espacios sirven a modo de “*una presencia de sustitución*” (Riches y Dawson, 1998), que ayuda a facilitar un paradigma de la familia reconstruida. Al respecto de la sustitución del ser querido por un nuevo objeto, señala Videka-Sherman (1982), que en el objeto se invierten significados, para hacer frente a la pérdida, como si se tratase de un mecanismo de supervivencia, donde los artefactos, objetos y fotografías ofrecen a los padres una oportunidad de revivir y rememorar recuerdos y logros del pasado, pues evocan imágenes vívidas del niño perdido de modo que los padres pueden establecer un diálogo interno con su hijo. Aunque el apego y la fuerte carga simbólica que transmiten los objetos y espacios son muy grandes, padres y madres se dan cuenta de que nunca los mismos podrán remplazar la pérdida física.

“La gente me dice ¿por qué no cambias la foto del móvil? Y yo les digo: porque no. Es lo que yo quiero que esté. Igual que en el ordenador de arriba está Enzo (la fotografía del hijo fallecido de fondo de escritorio) y en el ordenador de abajo está Lucas (el segundo hijo), cada uno tiene su sitio. Por qué lo voy a cambiar si no me apetece. Yo lo veo normal” (Felipe, 2012).

Las madres y padres que han perdido hijos pequeños se vinculan con objetos que no son, necesariamente, juguetes o flores, que se marchitan rápidamente. Sino espacios tales como el hogar, el lugar de trabajo, los centros educativos, que en la actualidad, conforman ambientes de duelo diferentes que se van modificando

## La continuidad de vínculos con el fallecido

con el paso del tiempo en lo relativo al entendimiento, funcionamiento y organización desde las antiguas sociedades rurales y urbanas, hasta las actuales sociedades más complejas. Claramente condicionados por la cultura y los rituales de rememoración actuales, el entendimiento de dichos espacios proporciona una herramienta para la comprensión de la dinámica del duelo que nos permite comprender los comportamientos en estos mundos separados del trabajo, del colegio, o del domicilio familiar.

Los objetos se comportan como mediadores de la memoria, como objetos rememorativos que anclan el recuerdo, objetos de la melancolía, de la ausencia del hijo fallecido pero de la presencia de su esencia. Su ropa, zapatos, relojes, gafas, peluches, sus mantas, etc., funcionan a modo de metáfora o metonimia, como huellas corporales o como prolongación de sus cuerpos, pues han sobrevivido a sus dueños, a quienes los poseyeron.

“Tengo todas las piezas dentarias que se le cayeron a Maite. Ella las iba guardando. Las tengo en un joyero” (Ana, 2010).

Desempeñaron un papel en la vida del hijo y, tras su muerte, desempeñan un papel importante en el duelo, en la vida de sus padres al estar arraigados a significados de la identidad del fallecido y a su trayectoria vital. La tendencia es no “momificarlos” o conservarlos intactos, pues para muchos padres ello habla de “no estar bien”, de no ser normales y de que es lo menos conveniente. A causa de esto, quienes evitan la aflicción o el duelo, fundamentalmente padres que perdieron hijos al nacer o antes del parto, prefieren evitar los objetos, desecharlos o guardarlos antes de regresar a sus domicilios, incluso, en ocasiones, de modo precipitado sin una selección

## La continuidad de vínculos con el fallecido

previa de los que podrían tener valor para ellos, quedando de este modo relegados al olvido.

Muchos objetos se comportan a modo de “repertorios”, como un conjunto de cosas que trascienden su valor, convirtiéndose en obras de arte y devoción, que en más de una ocasión pasan a ser considerados sagrados para madres y padres, pues reinciden en el mismo hecho: el hijo fallecido, su presencia y su memoria. Confirman una triada de conceptos importante en el entendimiento de los itinerarios personales que dan significado al duelo y al ser querido fallecido: objetos, espacios y tiempo.

Las ropas que pertenecieron al difunto, que albergaron su cuerpo, lo embellecieron y cobijaron, están, sin haberlo querido los padres, vinculadas emocionalmente a ellos. Mucho más en los primeros días tras el deceso, semanas y meses tras el óbito. Son principalmente las madres de los hijos mayores fallecidos quienes se vinculan más a los objetos, frente a los padres que prefieren evitarlos o reducir la dosis de los mismos:

“Me sigue siendo fuerte su ropa (refiriéndose a la de su hija fallecida), me martiriza” (Jorge, 2009).

El camino del duelo es un camino de objetos, imágenes y significados: la imagen del hijo vivo, las imágenes de su cuerpo muerto, las imágenes de lo que rodeó en vida al hijo, las imágenes de acontecimientos que marcaron su vida y funeral, las imágenes fotográficas y videográficas como objetos del recuerdo. Son imágenes melancólicas, que hacen sentir a madres y padres que sus hijos siguen estando con ellos.

## La continuidad de vínculos con el fallecido

| Padre/madre | Objetos (1)  | Imágenes (2) (distintos soportes)  | Música Sonidos (3)  | Olores/sabores Comidas (4)   | Números  | Espacios exteriores conservados o creados (5)                          | Espacios naturaleza Paisajes (6)                          |
|-------------|--|--|---|--|----------|--|---|
| Felipe      | Ropita y pañales, “Benito” (juguete)<br>Libro: <i>Mi pequeño Enzo</i>  | Fotos: Pantalla del ordenador, del teléfono.<br>En la mesa de noche en el dormitorio parental y en la pared del dormitorio.<br>Ferrari (Enzo Ferrari). |   | Olor del hospital: UCIP  | 147 Nido | Rincón-cenizas.<br>Habitación de su anterior casa (madre de Fátima)    | Mirador de la Garañona, en el Sauzal. Tenerife Barcelona. |
| Fátima      | Caja de recuerdos: Informes, fotos, pulsera del hospital, Predictor, ecografías, tarjetas, Cinta de corona del funeral, etc. Urna cineraria. | Tatuaje en pecho<br>Fotos: Pantalla del ordenador, del teléfono.<br>Figuras de ángeles.<br>Llamador de ángeles   | “No llores”<br>Alejandro Sanz y Antonio Carmona.<br>.<br>“Tenía tanto”.<br>Nena Daconte |  |          | Caja de recuerdos<br>Rincón-cenizas.<br>Habitación de su anterior casa | Mirador de la Garañona, en el Sauzal. Tenerife Barcelona. |
| Suzo        | Coche, motos (del hijo)  | Fotos  |   |  |          | “Ermita”   |   |
| África      | Coche, motos, teléfono, ordenador. Sudadera, gorra. Colección de relojes.  | Fotos: mural en el dormitorio del hijo, cojín, poster-poesía, colgante, placas. Lápida del cementerio  | “Tony”<br>Reggaetón Grupo Chester y el Gnomos   | Lentejas compuestas (las evita).<br>Las comía cuando le dieron la noticia de la muerte |          | Dormitorio momificado.<br>“Ermita”<br>Cementerio.<br>Nicho             |   |

## La continuidad de vínculos con el fallecido

|               |  |  |                 |                                      |                                 |
|---------------|--|--|-----------------|--------------------------------------|---------------------------------|
| <b>Luis</b>   |  | Fotos  |                 |                                      | Escritos bahá'ís                |
| <b>Lydia</b>  | Libro <i>Para siempre en el corazón.</i><br>Pañal, pulsera, etc.                                 | Fotos en la pared del dormitorio parental          |                 | Caja de recuerdos                    |                                 |
| <b>Yayi</b>   | Buda<br>Urna cineraria   | Tatuaje en brazo<br>Fotos, álbum                   |                 | Rincón-cenizas.<br>Caja de recuerdos | Punta de Hidalgo.<br>Tenerife   |
| <b>Julio</b>  | Ropita   |  |                 | Escultura                            | Taganana – cenizas.<br>Tenerife |
| <b>Ariana</b> | Predictor, tarjetas de bienvenida de los alumnos de Julio para Julia, ecografía e informes, etc. | Fotos y videos de ella con la barriga (embarazada) | Canción de Bebe | Desinfectante de Hospital            | Taganana – cenizas.<br>Tenerife |
| <b>Yurena</b> | Mariposa   | Tatuaje en pie<br>Fotos y videos                   |                 |                                      |                                 |
| <b>Héctor</b> |  |  |                 |                                      | El Teide.<br>Tenerife           |
| <b>Gaby</b>   | Cojín, baberos, fotos, ecografías, dibujos de Elena (hija)                                       | Fotos de ella con barriga (embarazada)             |                 | Caja de recuerdos                    | El Teide.<br>Tenerife           |
| <b>Lola</b>   |  | Tatuaje en la muñeca                               |                 |                                      |                                 |

## La continuidad de vínculos con el fallecido

|                  |   |  |                                |                                |   |                                    |
|------------------|---|--|--------------------------------|--------------------------------|---|------------------------------------|
| <b>Yase</b>      |   | Foto (post-mortem)   |                                |                                |   |                                    |
| <b>Mykel</b>     |   | Foto (post-mortem) en: pantalla del ordenador, colgante, pared.                                  |                                |                                |   |                                    |
| <b>Ana</b>       | Cascabel<br>Pendiente<br>(usados por la hija)                         | Fotos y vídeos: en el ordenador, en dos álbumes preparados al efecto.                            | Mago de Oz<br>Celtas<br>Cortos | Tortilla de patatas            | Álbumes<br>fotográfico<br>Dormitorio<br>momificado. |                                    |
| <b>Jorge</b>     |   | Fotos (cartera)  |                                | Asado de carne                 | 22  | Faro de Rasca o Arona              |
| <b>Lourdes</b>   | Ropa  | Fotos: dormitorio de ella, puerta de la nevera, pasillos. (pen drive-viaje)<br>Bolso, billetera. |                                | Asado de carne, el mojo.       | Repertorio digital<br>fotográfico                   | Faro de Rasca o Arona              |
| <b>Esperanza</b> |   | Fotos<br>Cuadro al óleo  |                                |                                |   | Los Cristianos, paseo.<br>Tenerife |
| <b>Emilio</b>    | Cámara de fotos   | Fotos  |                                |                                | Poesías   | La Gomera                          |
| <b>Isabel</b>    | Cuchara de madera.<br>Cartas del hijo. Libro de la Gomera.<br>Batería | Fotos  | Estopa<br>Dover                | Sopa de ajo.<br>Tarta de queso |   | La Gomera                          |
| <b>Ángeles</b>   | Cuadros pintados por el hijo<br>Ordenador                             | Fotos  |                                |                                | Rincón-cenizas.                                     | Su dormitorio                      |

## La continuidad de vínculos con el fallecido

|               |  |       |           |                                       |
|---------------|--|-------|-----------|---------------------------------------|
| <b>Paco</b>   | Cuadros pintados por el hijo   | Fotos |           |                                       |
| <b>Romeo</b>  |  | Fotos | Su música | Facebook                              |
| <b>Etiena</b> | Rosario que lleva colgado al cuello.<br>Uniformes militares<br>Objetos militares | Fotos |           | Cementerio de Tejina<br>Su dormitorio |
| <b>Toñy</b>   | Colgante, mariposas, su ropa   | Fotos |           | El Médano, playa, cenizas             |

Tabla 3. “Repertorio de objetos”. Principales elementos a los que se vincularon 26 padres y madres, a lo largo del proceso de duelo por la muerte de sus hijos: objetos, imágenes, música, comidas, espacios, etc., con los que recuerdan a sus hijos fallecidos. (1) Objetos pertenecientes a quien falleció: coche, joyas, relojes, ropas, etc., o que el fallecido usó como prolongación de sentido (teléfono, cámara), o que estaban a mano o en lugares que transitó o visitó el hijo fallecido: (2) Una representación del fallecido, que puede ser fotográfica en distintos soportes: papel, colgantes; impresa en cojines de tela, en posters, cuadros, placas, etc. Soportes fotográficos digitalizados o videográficos. Tatuajes cuyo significado tiene que ver con el hijo fallecido. (3) Sonidos o música de cantantes o grupos musicales que el fallecido escuchaba o que la letra o música de las canciones evoca en los padres una historia que asocian con su hijo. (4) Olores, sabores, comidas o números que se asocian o tienen que ver lugares o con algún elemento asociado al hijo fallecido: el número de la cuna en que estuvo ingresado, etc. (5) Espacios exteriores y de la naturaleza (6): Viejos o nuevos, construidos en un lugar que tiene que ver con el hijo fallecido: lugares donde vivió, por

## La continuidad de vínculos con el fallecido

donde paseó –ya fuese en la barriga de su madre (neonatos y nonatos) o por sus propios pies-. Lugares en los que estudió, trabajó o donde murió (capillas de devoción); también en los que se esparcieron las cenizas tras el fallecimiento del hijo o se pretendió hacerlo. Espacios simbólicos (memorial), etc.

Las fotografías de los hijos son el principal objeto que vincula a padres e hijos fallecidos, principalmente a madres e hijos fallecidos. Ellas en ocasiones realizan un álbum fotográfico, metódico y cronológico que agrupa hasta miles de fotografías, a modo de repertorio vital, que capturan instantes esenciales en sus vidas.

Nostalgia, sonrisas y lágrimas acompañan la visión de estas fotos o vídeos que hablan de la vida, de tiempos fijos pasados que pueden ser recorridos y examinados detalle a detalle, incluso, en el caso de niños fallecidos al nacer o a los pocos días, de los que sólo unas pocas fotografías dejan constancia y son fiel testigo de la vida y muerte del hijo. Aparecen en brazos de sus padres, como en el caso de Lydia y Luis tras el fallecimiento de sus hijos gemelos, o junto a un hermano (en el caso de Diego). Estas imágenes, para muchos, hablan de otro tiempo en el que sacar fotografías a quien había fallecido era “normal”. La imagen de “dormido” interroga a los padres por el sentido de la vida y la razón de la muerte. O en momentos de festividad y disfrute, con sonrisas y fiestas en el caso de los hijos mayores fallecidos.

Los padres y madres nos enseñan las fotografías de sus hijos e hijas fallecidos en las reuniones grupales o en las entrevistas: álbumes, ficheros fotográficos guardados en el ordenador, en sus teléfonos móviles, en las carteras, en espacios virtuales (web) creados al efecto, etc. No hay

## La continuidad de vínculos con el fallecido

límite para ello, ni soporte que no valga. Son imágenes que besan o acercan a su corazón.

“Yo he llegado a sacar la foto de mi hija a ver la salida del sol y llamar a su número de teléfono” (Ana, 2010).

Cuando visitamos sus domicilios allí están las imágenes de sus hijos en todos los rincones y lugares importantes del domicilio: en la pantalla del ordenador, en la mesa de noche, en el salón de la casa, en la habitación que fue del hijo, en la puerta de la nevera. Cientos de imágenes en distintos soportes que vinculan a padres e hijos, o quizá para ser más exactos, más a madres e hijos fallecidos, pues la vinculación que generan los padres con los objetos o imágenes de su hijo fallecido es diferente. La dosis “tolerada y deseada” es menor y, generalmente, buscan separarse de algunos objetos e imágenes además de evitar ver muchas fotos y vídeos, entrar tan frecuentemente en la que fue su habitación como lo hacen las madres, o ver las ropas que les pertenecieron. Es esta la razón por la que las madres refieran, en ocasiones, que los padres llevan “peor” que ellas la pérdida de su hijo o hija. Mientras ellas desean estar horas haciendo este tipo de manifestaciones, los padres en caso de realizarlas, lo hacen esporádicamente.

Objetos de transición (figura 7), mediadores, inanimados, vinculan a los padres dolientes con sus hijos, dándoles una carga psíquica o emocional. Un “sobrevvalor” que les invita a ser conservados e, incluso, les otorga, en ocasiones, un estatus de “casi mágicos”, al ser el centro de miradas, gestos, caricias y besos de los padres, que pueden llegar a convertirlos, incluso, en proveedores de protección o ayuda.

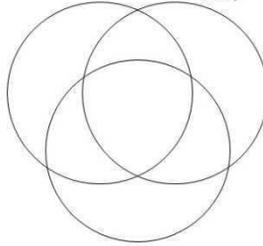
## La continuidad de vínculos con el fallecido

### Espacios “con” cadáver

- Restos (cementeros, inhumaciones en masa, iglesias)
- Cenizas (casa jardín, en el mar o la montaña, espacio interior, relicarios, nicho - columbario - cementerio)
- Otros destinos de los restos y cenizas (joyas, plastinación, sala de autopsia - cementerio)

### Espacios “sin” cadáver (Memoriales)

- Memorial víctimas de accidentes (memoriales privados (descansos, altares de carretera) y públicos (famosos, políticos), de víctimas múltiples)
- Memoriales víctimas de la violencia masiva (atentados terroristas, de civiles y militares de la guerra, genocidio -racial, político, etc.-)



### Otros soportes de la Memoria

- Sobre el cuerpo del doliente: Tatuajes
- Mediado por objetos: Patchwork, repertorios (fotográficos, etc.)
- Cementerios y Memoriales virtuales
- Cenotafios - Altares privados y públicos

Figura 7. Soportes de la Memoria, una topografía visual que se expresa a través de una variedad de cultos.

Mientras el dolor puede resignificarse por los vínculos con el hijo fallecido, los objetos se convierten en mediadores de la celebración de su duelo. Por ello que, dependiendo del objeto y su relación con el difunto, los padres pueden evocar emociones y experimentar el duelo de modo diferente. Algunos lo expresan de forma que parece que nunca se fueran a desvincular de la melancolía, de ese resto afectivo de tristeza o añoranza que une los objetos con el ser querido al que han prometido no olvidar.

“La ropa de mi hija, la llevé a una costurera y la adapté a mis medidas, y me la pongo yo” (Toñy, 2010).

## La continuidad de vínculos con el fallecido

Muchos padres conservaron muchos objetos de manera secreta: un anillo, un reloj o fotografías o incluso, objetos que estaban a mano en el momento de la muerte. Fueron especialmente guardados pero no usados: un pañal, una gasa, la pulsera que identificaba al niño en la Unidad de Cuidados Intensivos, etc., objetos que se observan ocasionalmente y en privado.

La conservación de espacios que pertenecieron al hijo y su mantenimiento dentro de un orden, cual “espacios momificados” es frecuente, aunque los hombres, al principio, dudan más que las mujeres en conservarlos intactos y, en muchas ocasiones cuando dichas habitaciones esperaban un hijo que no llegó a nacer, son los hombres los que los transforman antes del regreso de su pareja a casa, pues consideran que preservarlos en el tiempo causa un dolor innecesario.

Cuando visitamos dichas estancias, nos encontramos frente a espacios inalterados, mantenidos como si esperasen la llegada o rencuentro con el hijo fallecido, pues en ellos, tiempo, movimiento y cambio son inexistentes. Mantenidos frecuentemente por las madres, vemos como en los mismos hay elementos sobrados que conservar y recordar. “Su cuarto de pronto quedó tal como él lo dejó”, como una foto *finish* (Barthes, 2001).

“Quiero quedarme sola en la habitación de mi hijo y ponerme a leer. En el cuarto donde están sus cenizas y la velita encendida” (Ángeles, 2010).

En el caso de hijos recién nacidos o fallecidos con pocos meses de vida, niños que no vivieron en sus domicilios y con los que no se compartieron los espacios de sus casas, los lugares que los esperaban con sus objetos y ropas y que fueron creados pensando en ellos y para ellos,

## La continuidad de vínculos con el fallecido

también pasan a tener otro significado de vínculo con los padres.

Ariana, que mantiene la habitación de su hija intacta, nos comenta cinco días después de su fallecimiento:

“Hay muchos recuerdos en casa también. Yo quiero que la ropa de la niña... No quiero que la use nadie” (Ariana, 2007).

Y seis meses después nos comenta:

“Si entro en su habitación y recojo sus cosas, es como si cortara el lazo con ella. Tengo excusas para no hacerlo y las aprovecho”.

“Para mí lo que hay en la habitación no es sólo ropa. Es lo último que me queda de ella” (Ariana, 2008).

También determinados objetos y los espacios interiores y exteriores se transforman en espacios de ilusión y de desilusión. Un camino que puja entre el dolor por la ausencia del hijo y la creación de significados que vinculan a los padres con él.

“Cuando nos da el “bajón”, nos abrazamos, damos un paseo y nos vamos a Candelaria (un pueblo del este de la isla), ya que lo asocio mucho con ella” (Dania, 2008).

Y siete días después dice:

“Conservo cosas de cuando estaba vivo (mi hijo), que, al verlas me molestan (refiriéndose a unos yogures caducados). Como visitar sitios a los que iba ilusionada por él (se refiere al Centro Comercial Alcampo, y a una pizzería). Al visitarlos ahora, me digo: Venía con él (embarazada), con la ilusión y ahora no. Me da rabia en esos lugares. No los hago culpables, pero me siento mal en ellos, porque eran lugares en los que compartía la felicidad” (Dulce, 2009).

## La continuidad de vínculos con el fallecido

Honrar la vida y el legado de la pérdida parece mitigar el dolor en la gran mayoría de los casos, y ayuda a enfocar a los padres los propósitos de vida y las actividades que se siguen para conectar su vida con los que se han ido antes.

“Compre una paleta de ibérico como le gustaba a mi Yera el jamón. Van a ser las primeras navidades sin el y estoy nerviosísimo, tengo mucho respeto, miedo no tengo ya ni a la Muerte. Cada día me vienen mas recuerdos” (Miguel, 2011).



El sabio es eterno y la tierra permanente.  
La razón por la que son eternos y permanentes  
es porque no viven para sí mismos.  
Por eso viven largamente.  
Del mismo modo el sabio, situándose detrás,  
se coloca delante.  
Desprendiéndose de su yo,  
su yo se conserva.  
¿No es acaso porque renuncia a su individualidad  
Por lo que su individualidad se realiza?

Lao Tse, *Tao Te Ching*, VII

Recuperado por:  
Roberto C. Ramos Cuzque

Decidir sobrevivir en pareja. Diferentes parejas

## **DECIDIR SOBREVIVIR EN PAREJA. DIFERENTES PAREJAS, DIFERENTES VIAJES**

Muchas veces he salido a caminar presa de un estado de alteración o enfado: por un disgusto, por el tedio o por la confusión. Y me he ido triste y descorazonado, pero nunca he regresado igual.

No conozco a nadie cuyo estado de ánimo no mejore después de una caminata solitaria o compartida de intrasubjetividad e intersubjetividad. Caminar sólo o con alguien que nos ame es el mejor remedio para el mal viaje, el mal humor y la depresión.

Padres y madres suelen preguntarme diferentes cuestiones a lo largo de su proceso de duelo, pero una pregunta habitual que me realizan es si ellos llevan el duelo igual o mejor que otros padres en la misma situación. Lo cierto es que las personas, siempre viven el duelo y el dolor que supone el mismo de manera diferente. Cuando son cónyuges vemos como no se entristecen de igual manera, pues son diferentes en su biología, personalidad, en el rol de padres, en las responsabilidades que han asumido, en la relación que tenían con su hijo fallecido, en las experiencias de vida aunque hayan sido compartidas. Todas estas cuestiones y muchas más nos diferencian pero además lo que claramente nos diferencia, a los hombres, a las mujeres, a las parejas y a los individuos, es que diferimos en la forma en que construimos los significados que damos a la

## Decidir sobrevivir en pareja. Diferentes parejas

vida y a la muerte de los hijos y a como condicionan los mismos sus vidas.

No digo nada nuevo cuando comento que no hay un único camino mediante el cual las parejas lo hacen bien, como compañeros del viaje de la vida. No hay ninguna fórmula, ninguna serie de pasos seguros que garanticen un buen resultado en estos itinerarios personales y familiares, pues cada pareja parte de una historia de vida individual y de pareja que se inicia en un lugar y que se continúa hasta un nuevo lugar, de manera que los modos y estrategias de hacer frente y entender este recorrido son variadas, en función de los diferentes recursos disponibles y el entendimiento de los “problemas” por resolver, que nos acercan a las vidas compartidas historias diferentes –que incluyen las diferentes experiencias que los padres han tenido previas a la muerte de su hijos, historias de otras pérdidas y muertes-. También los valores y las personalidades son diferentes, de modo que esto hace que el camino del duelo sea un camino único lleno de descubrimientos, un viaje único e irrepetible.

En este sentido es digno de mención un estudio prospectivo realizado por Bonanno, Wortman y Nesse (2004) sobre 276 personas adultas sobrevivientes a los primeros 18 meses del duelo tras la muerte de su pareja, que profundiza en los posibles patrones de resistencia e inadaptación durante la viudez (figura 8) y que nos revela 5 patrones distintos de comportamiento a lo largo de dicho proceso: 1. *Pena “común o típica”* (11%), con un aumento de depresiones, luego disminuciones, en la que los dolientes se enfrentan a situaciones traumáticas, recuerdos positivos; 2. *Resiliencia* (46%), durante el periodo más reciente de la pérdida hay escasa búsqueda del significado, escasa evitación y una buena adaptación

## Decidir sobrevivir en pareja. Diferentes parejas

en general; 3. *Pena Crónica* (16%), depresión en su valor más alto después de la muerte que se mantiene, con una intensificación de la búsqueda de significados, presencia de abatimiento y habitual en personas con historial de dependencia; 4. *Depresión Crónica* (8%), continúa depresión que precede a la pérdida con una alta evitación, muchas dificultades en la vida, escaso confort y pobres impresiones; 5. *Mejora-deprimido* (10%), depresión previa que desaparece tras la pérdida, con escasa evitación pues los dolientes enfrentan la situación traumática y encuentran, incluso, beneficios a la viudez.

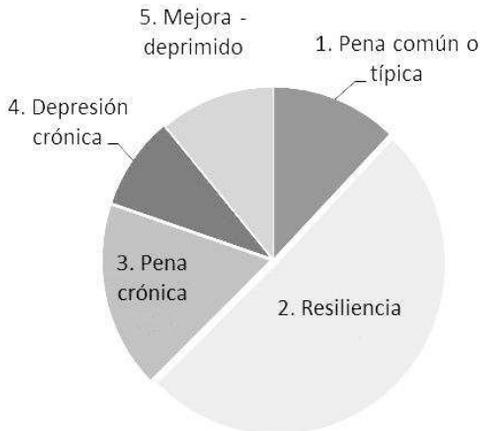


Figura 8. Patrones de resistencia e inadaptación durante la viudez (Bonanno, Wortman y Nesse, 2004).

En ocasiones el duelo ocasiona un gasto excesivo de energía en los padres, lo que hace que sea más difícil hablar o escuchar y bloquea o debilita muchas de las otras cosas que las parejas comparten habitualmente y

## Decidir sobrevivir en pareja. Diferentes parejas

que son las que hacen que su matrimonio funcione. Los padres nos cuentan entonces que la relación matrimonial no es lo que era antes de que el niño muriese. Al mismo tiempo, sin embargo, la muerte crea intensas emociones, nuevos comportamientos y necesidades. La combinación de estas nuevas necesidades y de la incapacidad por parte de alguno de los miembros de la pareja de proporcionar el apoyo que antes se vivía como normal conduce a algunos padres a sentir que tienen problemas maritales. Incluso puede darse el caso que algunos de los miembros de la pareja exija más al otro de lo que venía siendo habitual o de lo que puede ofrecer -más cuidado, más atención y más ayuda- haciendo mucho más difícil estar prestando apoyo al otro.

En lo relativo a las formas de comunicación puede darse un cambio en la expresión o en la actitud de uno de los miembros de la pareja que haga que el otro considere que lleva mal el duelo: porque no lo expresa, porque guarda silencio, porque llora a escondidas, o sencillamente porque no entiende su modo de lamentar la pérdida, o sencillamente le hace sentirse incómodo. Razón que hace más aconsejable hablar dichas cuestiones y no postergarlas en el seno de la pareja, ya que posponer dichas diferencias que molestan, tarde o temprano conducen al conflicto, al convertirse las mismas, en ocasiones, en una cuña que separa a sus miembros pues los ubica en lugares distantes y distintos.

La historia conjunta de la pareja también puede hacer vulnerable a los padres tras la muerte de su hijo. Si han vivido juntos durante años con reproches o intensa rabia el uno por el otro, se sienten heridos, o tienen problemas de comunicación casi a diario en su relación, lo cual hace que sea aun más dura la situación. O por el hecho de que haya dudas frecuentes acerca de su relación, pues la

## Decidir sobrevivir en pareja. Diferentes parejas

misma no posibilita una base sólida sobre la que trabajar juntos tras la muerte de su hijo. Y no hablamos de estas disputas comunes en muchas parejas, que refuerzan la relación, sino de la presencia de ira o la frustración en la relación que suma dificultades día tras día y que hacen que se viva la misma como una pesada carga que se suma a la muerte del hijo.

El duelo puede hacer que uno de los miembros de la pareja se comporte de forma menos paciente, más desagradable e irritable, y con tendencia a la ira. Es común que alguno de los padres en duelo actúe de esta manera, pero es difícil de llevar para la pareja el que se convierta en una conducta habitual, sobre todo cuando uno de los miembros estalla con facilidad y con más frecuencia que en el pasado, por cualquier cosa incluso intrascendente o sin importancia.

“Él tiene rabia a como hablo yo, a cómo me comporto. (...) Ya mi hijo se fue, se acabó y yo le estoy reprochando como me siento yo. Lo hago sentir culpable y le reprocho de que él no esté ahí. Él no entiende la realidad de la vida, no me entiende a mí. No entiende lo que es una familia.

(...)

Y si te cae mal lo que digo, pues jódete” (Salud, 2012).

“De la mínima enseguida se pone enfadado y levanta la voz, o le da una patada a la pared y se marcha...” (Jesica, 2012).

“Estoy más arisca. Estoy enfadada con la vida” (Luz, 2012).

Dándose cuenta la pareja, que en muchas de las ocasiones las discusiones poco tienen que ver con lo que parece, sino que en realidad tienen que ver con

## Decidir sobrevivir en pareja. Diferentes parejas

cuestiones relacionadas con el hijo fallecido. Debiendo los padres conciliar el proceso de duelo con el cambio en el sistema de comunicación parental que suma dificultades al proceso.

“Yo la comprendo y la entiendo y trato por todos los medios de estar con ella (...) Tengo acciones que son bruscas, consecuencia de acciones que me molestan. A veces tengo bajones, estoy incomodo conmigo y reacciono mal” (Elio, 2012).

No somos ajenos al comentario habitual en nuestra sociedad de que, ante la muerte de un hijo las familias corren más riesgo de desestructurarse material y simbólicamente como unidad, a consecuencia de que los vínculos sufren un claro contratiempo, una prueba de fuego cuando el dolor hace acto de presencia. Pero la gran mayoría de las parejas que he tenido el placer de conocer y con quienes he compartido estos fragmentos importantes de sus vidas, no tienen problemas serios de pareja después de la muerte de sus hijos, lo cual no quiere decir que el proceso del duelo se lleve a cabo sin un esfuerzo y trabajo por parte de ellos en torno a sus emociones, sus conductas y sus discursos. Es cierto también, que los hay que, incluso años después, siguen luchando por construir una relación agradable con su pareja, en la que ambos se encuentren conectados, aunque conozco muchas parejas con este tipo de relaciones que no han perdido hijos.

Soy más partidario de decir que muchas de las parejas desarrollan una relación más profunda y cercana tras la muerte de sus hijos, de manera que el proceso compartido les une en lugar de alejarles, fundamentalmente cuando el proceso de duelo es vivido como una posibilidad para el redescubrimiento del otro, en un mundo nuevo y diferente, cargado de pasado, del

## Decidir sobrevivir en pareja. Diferentes parejas

hijo ausente y en el que el hijo muerto puede regresar al mundo de los vivos a través de las palabras de los padres y de sus seres queridos, mediado por imágenes o por representaciones u otros estímulos.

También creemos que todos los individuos tienen suficientes recursos para afrontar las situaciones difíciles en las que movilizar sus capacidades para resolver su malestar y resignificar los vínculos. Mediante un trabajo realizado de cinco grandes áreas: 1. Adaptarse a una nueva realidad, 2. Asegurar al resto de miembros de la familia e hijos los cuidados y educación que requieren, 3. Cuidarse psíquicamente, individual y grupalmente, 4. Entender como evolucionan con el paso del tiempo y 5. Incorporar y transmitir la historia para las futuras generaciones de manera natural, elaborada de modo que forme parte de la historia personal, familiar y cultural, transmitida de manera resiliente y no traumática.

Por otra parte invitamos a que las parejas mantengan conversaciones sobre la vida del hijo, el morir y su muerte, pues aunque no son fáciles de llevar, sobre todo con el paso del tiempo, por los sentimientos que evocan. La rememoración de dichas historias o la inclusión de nuevos elementos o perspectivas en las mismas hacen acto de aparición, incluso décadas después de la muerte del hijo, así como nuevos sentimientos y pensamientos en los padres. Como si la historia siempre pudiese ser modificada y mejorada con el paso del tiempo, configurando una historia mejor y más duradera. Una historia de amor que no termina nunca y que puede hacer recorrer miles de kilómetros a los padres con tal de encontrar respuestas a preguntas que siguen en el aire o sencillamente para rememorar a su ser querido.

## Decidir sobrevivir en pareja. Diferentes parejas

Vivimos, en una sociedad cada vez más globalizada que se vuelca cada vez más en el individualismo y la racionalidad, y en la que las creencias culturales y religiosas siguen ocupando un papel importante en las vidas de los individuos. Por ello que el mundo de las creencias y la espiritualidad aunque haya quedado al margen de las investigaciones médicas y psicológicas en lo referido a la muerte y el duelo, son de vital importancia pues nos cuestionan existencialmente y nos generan preguntas que demandan respuestas que implican un posicionamiento ante nosotros y el mundo. Un mundo al que debemos ser capaces de encontrar de nuevo sentido, en el que volver a tener de nuevo esperanza.

El hombre de bondad superior es como el agua.  
La bondad del agua consiste en que a todos sirve sin  
conflicto.

Mora en los lugares que todo hombre desprecia.  
Por ello está próxima al Tao.

El lugar determina la calidad de la morada.  
La profundidad determina la calidad del pensamiento.  
El amor determina la calidad del trato con los demás.  
La verdad determina la calidad de la palabra.  
En el orden se manifiesta la calidad del gobierno.  
El saber hacer determina la calidad de la obra.  
El momento adecuado determina la calidad del movimiento.

Quien no se afirma a sí mismo  
se libra de la crítica

Lao Tse, *Tao Te Ching*, VIII



## **GRUPOS DE APOYO**

Los grupos de apoyo, son espacios de libertad en los que se posibilita contar nuestras historias y la expresión de sentimientos, para quienes la expresión de sus emociones es importante. Ya sea la incompreensión de lo sucedido, por parte del otro o de la sociedad, que agacha la cabeza o mira para otro sitio mientras nos invita a callar.

¿Por qué tenemos tantas dificultades para escuchar a los demás? O más bien ¿por qué buscamos escuchar más las historias de vida, de testimonios que nos confortan pues comparten ideas que hablan de nuestra condición?

La ayuda que solicitan los padres y madres que han perdido hijos viene envuelta de muchas formas que incluyen: visitas, llamadas especiales de teléfono, tarjetas de pésame, memoriales civiles y actos militares, incluso mediante eventos para recaudar fondos, o la donación de dinero por parte de amigos y miembros de la iglesia. Algunos padres hablan de como fue de gran ayuda, tras la muerte de sus hijos, ante distintas cuestiones nuevas para ellos la escucha y el asesoramiento de familiares, amigos, compañeros de trabajo o conocidos.

Son muy pocos los padres que refieren que la ayuda de las personas que sabían del tema fue insuficiente, pues su búsqueda casi siempre obtuvo frutos. Una parte importante de quienes buscaron ayuda lo hicieron en nuevas fuentes: en Internet, a través de consejeros, que

## Grupos de apoyo

fueron: terapeuta del duelo, consejero pastoral, terapeuta matrimonial o un grupo de apoyo.

¿Qué ocurre realmente en un grupo de apoyo<sup>14</sup>? Es una pregunta que se plantea frecuentemente entre quienes desean participar en los mismos. Cuestión que también me planteó en sus inicios grandes interrogantes al hacerme reflexionar sobre los elementos comunes de la experiencia grupal de personas que han perdido hijos y ¿Cuáles son las pautas o etapas por las que debían transitar los asistentes? Intentaré desgranar estas cuestiones como mejor pueda desde mi corta experiencia y de las de otras personas con las que trabajé.

Vivir la experiencia de compartir espacios, vivencias e instantes es para madres y padres una experiencia reveladora y enriquecedora, además de permitirles hacer productiva la aporía intelectual de la muerte e integrar en el trabajo de duelo la ignorancia que ella engendra. Pues contribuye a dar sentido y significado a la misma y a conocer los itinerarios personales de los padres en el proceso de duelo, sus pensamientos, acciones y sentimientos que van de la mano.

“En mi caso el grupo sirvió para entender más al otro que a mí” (Luis, 2010)

“Al principio fue por buscar ayuda. El primer grupo me sirvió de ayuda y en el segundo estuvimos ayudando a los padres nuevos que se incorporaron. Cuando ellos hicieron su “proceso” y estuvieron bien, fue cuando ya decidimos dejar el grupo. Ellos podrían ya seguir ayudando a los demás. Se veía cuando empezaba alguien nuevo, lo que habíamos avanzado y cómo los que llevaban más tiempo aportaban su ayuda a los

---

<sup>14</sup> Grupo de apoyo, de encuentro o de duelo.

## Grupos de apoyo

nuevos. Cuando tu opinión es ya una opinión más es cuando empiezas a plantearte dejarlo” (Lydia, 2010).

Cuando examino las interacciones que se dan en el seno de los grupos de apoyo tras 20 o 30 horas de sesiones, creo ver algunos hilos que configuran la trama a modo de tendencias o patrones, que en ocasiones aparecen pronto en las sesiones grupales, aunque no hay una secuencia definida en ello. Configuran para cada grupo un rico y variado tapiz tal como refiere Carl Roger (1970, p. 22).

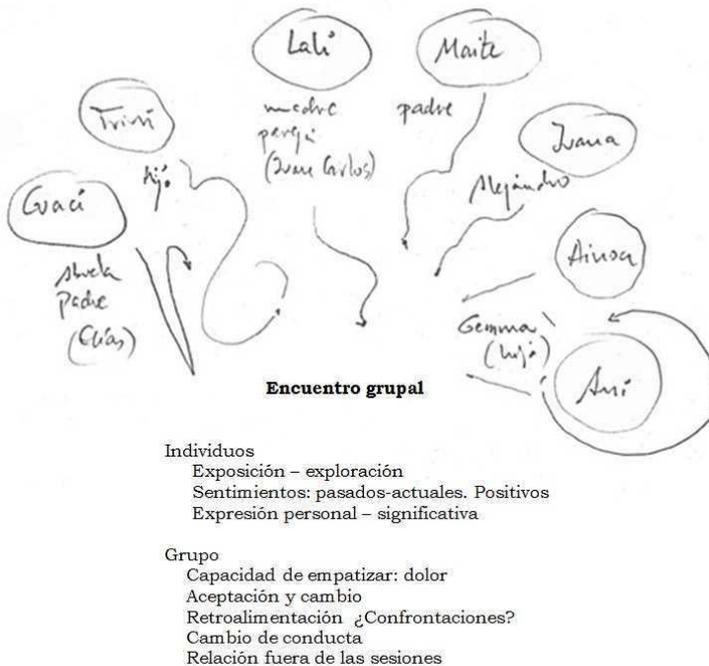


Figura 9. Esquema de una reunión grupal con los indicadores valorados en dicha sesión.

## Grupos de apoyo

Los grupos que estaban conformados por entre 5 y 10 personas fueron modificándose a medida que avanzó el tiempo con la inclusión y salida de miembros de los mismos. En un momento puntual y ante el aumento de los integrantes de uno de los grupos hubo que dividir el grupo en dos: uno que incluía padres que perdieron hijos al nacer o a los pocos días y otro con padres y madres que perdieron hijos adolescentes y jóvenes. Posteriormente el número de padres del grupo de hijos mortinatos disminuyó incorporándose al mismo los integrantes que quedaron del otro grupo. De los padres que iniciaron el primer grupo de duelo ninguno formó parte del último grupo.

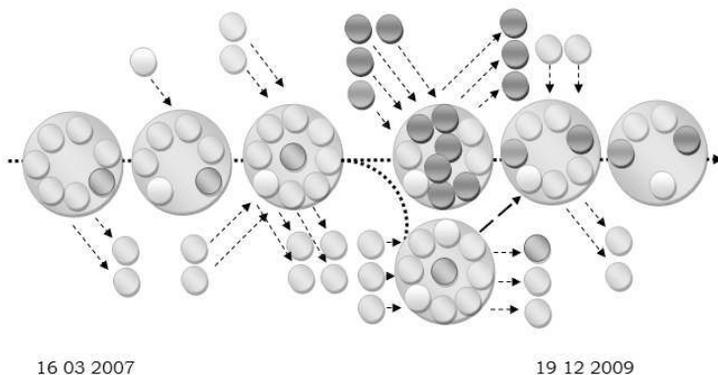


Figura 10. Evolución de los integrantes de distintos grupos de duelo de “*Para siempre en el corazón*” entre 2007 y 2009.

En el seno de los grupos invitamos a todos y cada uno de los miembros del mismo a expresarse, a ponerse un poco en el lugar del otro, procurando explorar las emociones y los sentimientos a partir de su soporte corporal, como si de un modo circular se tratase, nos permite hacer que

## Grupos de apoyo

circule lo dicho entre los miembros del grupo, produciéndose una amalgama emocional que se comparte y que junto a preguntas reflexivas expresa la diversidad del mismo permitiendo que las emociones transiten, facilitando el proceso de comunicación e intercambio. Para posteriormente poder volver a centrarnos en el enfoque y en los recursos de los asistentes con nuevas visiones, este “reenfoque” nos permite centrar los medios personales que les ayudarán a progresar.

Nuestros grupos de duelo de *para siempre en el corazón*<sup>15</sup> se conforman como grupos semicerrados, que admiten la incorporación de nuevos miembros con el visto bueno de sus integrantes. Tienen un tiempo de vida de entre 8 y 12 sesiones de unas 3 horas de duración que consideramos el tiempo suficiente para el abordaje y entendimiento del proceso de duelo, pues no consideramos los grupos como un sistema de vida sino como un punto de referencia. Asisten a los mismos ambos miembros de la pareja, salvo en unos pocos casos de madres separadas, viudas o divorciadas antes de la

---

<sup>15</sup> El grupo se configuró en febrero de 2007, y a lo largo de cinco años y quince grupos distintos ha tenido la posibilidad de compartir las vidas e historias con madres y padres de hijos del alma fallecidos. La información relativa al mismo se encuentra en la web <http://tanatologia.org>, en la Sociedad Española e Internacional de Tanatología (SEIT): <http://tanatologia.org/seit/parasiempre/index.html>, o en la sección del Proyecto Espacios para el Recuerdo, que fue organizado en el Museo de Historia y Antropología de Tenerife en mayo de 2009, bajo la dirección de quien escribe <http://espaciosparaelrecuerdo.com/parasiempre.html>

Algunos de los aspectos centrales en el funcionamiento de este grupo son compartir, dar apoyo y garantizar la confidencialidad de sus miembros, en un ambiente de igualdad y seguridad. Alentar a la discusión y compartir lo vivido de todos y cada uno de sus miembros.

## Grupos de apoyo

muerte de sus hijos, pues creemos que ello redundará en beneficios para la pareja.

Tras una sesión inicial, algunos de los miembros de nueva incorporación pueden mostrar algo de resistencia o rodeos a la hora de contar su historia pasada y/o presente o incluso no decidirse a expresar lo que consideran sentimientos negativos y no permitirse expresarlos. Contamos con que es la atmósfera discursiva configurada en el seno de los grupos la que atribuye al hecho su valor de destrucción o de reconstrucción de significados, una estructura que funciona como espacio creativo, una invención social, que en ocasiones es un grupo de sensibilización y otras de encuentro, en definitiva, un laboratorio humano que trasciende sus fronteras en lo que respecta al asesoramiento psicológico, que nos enseña que las fuerzas que gobiernan el devenir del grupo no son las mismas que las que gobiernan a cada individuo de ese grupo. Esta atmósfera es la que posibilita la expresión y exploración de los elementos personales significativos y la expresión abierta de sentimientos, que redundará en el desarrollo de un grupo con capacidad de aliviar el dolor ajeno, que se acepta a sí mismo y cambia y, en el que los miembros se retroalimentan generando una relación explícita que trasciende incluso los límites del grupo formal.

Permite a padres y madres expresar y decir lo que no puede decirse y les permite hacer efectivo el desafío de representar y expresar la experiencia de la pérdida, el sufrimiento y la transformación, así como desarrollar estrategias personales y sociales que buscan “salir del pozo” o “ir hacia la luz” tal como refieren algunos padres. Estar en un ambiente afectivo que brinda seguridad y rodeado de relatos que dan sentido al caos por la muerte

## Grupos de apoyo

del hijo y proponen conductas para salir de él, facilita la resiliencia.

Otro elemento común que beneficia, es la comprensión dentro del grupo del “proceso trascendente de duelo”<sup>16</sup> en el que el respeto a las diferencias, es uno de los objetivos centrales en el clima grupal, ya que es construido por la mayoría de los grupos de padres y madres que participaron en los grupos de duelo de *para siempre en el corazón*. También una adecuada gestión de los grupos además de servir de un foro que suministra información educativa sobre el duelo, facilita espacios de humor en los mismos y halla lo cómico en medio de la tragedia. Sin olvidarnos de los espacios y entornos de reunión que se propician cuando estos mezclan belleza natural y artificial, sentimientos de orgullo y satisfacción entre los miembros del grupo, que comparten valores y autoestima y una conciencia grupal de honestidad.

Dar la palabra a lo que se vive y se quiere también posiciona a los padres como personas insertas en el mundo, entre el aniquilamiento o la pelea, y les hace decidir hacia dónde y cómo quieren avanzar y afrontar lo sucedido, convirtiéndolos en protagonistas de sus vidas.

Los significados asociados con la pérdida, el morir y la muerte son revisados constantemente por los padres en el seno de los grupos de apoyo, y a medida que avanzan los encuentros, en las siguientes sesiones observamos como se transforma la fragilidad, el dolor y las emociones fuertes en pos de significados de lo acontecido, en particular de significados que narran la conexión con el hijo fallecido. Como si los mismos actuasen a modo de

---

<sup>16</sup> Un proceso que posibilita un espacio de encuentro en el que tiene cabida lo que está más allá de los límites de cualquier conocimiento posible.

## Grupos de apoyo

bálsamo en el camino hacia la reconstrucción y rememoración de los recuerdos.

Rara vez he tenido padres en duelo que reclaman venganza o la necesidad de culpabilizar a alguien de lo sucedido, aunque algunos autores lo plantean como algo habitual sobre todo en padres cuyos hijos fallecieron en accidentes o por suicidio u homicidio, o incluso por las circunstancias que se dieron. Sin embargo creo que de haber rabia, en los padres a lo largo del proceso de duelo, esa misma rabia podemos encontrarla en padres cuyos hijos murieron de muerte natural. Resultado de una necesidad de culpar que puede dirigirse al cónyuge o a otro miembro de la familia.

“Le he cogido rabia a las cosas, a las personas y al mundo, y no me gusta. Y estoy enfadada hasta con Dios [...] Ya no es lo mismo y lo peor es que pienso que ya nunca más será lo mismo” (Sinda, 2012).

Los grupos se convierten en espacios que posibilitan la resiliencia de sus miembros, al propiciar una atmósfera discursiva que atribuye al acontecimiento su valor de reconstrucción de los significados latentes de lo vivido y de lo que queda por vivir. Un espacio que posibilita a sus miembros atribuir significado a las vidas de los hijos fallecidos y construir el contexto social y el encadenamiento de los hechos. Una construcción de relatos que no está sujeta a normas ni convenciones que puedan ser utilizadas e instrumentalizadas durante mucho tiempo en la construcción de una memoria y que busca beneficiar a quien lo vive. Por ello que los padres valoren de manera especial que las personas que les acompañan en este proceso tengan una apariencia sosegada, capacidad de escucha, ofrezcan ayuda

## Grupos de apoyo

práctica, sean empáticos y tengan paciencia con ellos (Poletti y Dobbs, 2004, p. 111).

Recordar al hijo y cómo recordarlo son los elementos recurrentes en las historias que las madres y los padres cuentan en las sesiones, como si se tratase de una promesa o alianza, mientras buscan respuestas al porqué de lo sucedido. En un momento de búsqueda de estrategias personales y grupales conducentes a construir formas de conservar y significar los recuerdos que les unen a ellos.

Los espacios de los grupos son deseados por los padres porque les posibilitan acceder a un ambiente contrario en algunas cuestiones al de la familia, amigos y resto de la sociedad que evita mencionar el nombre o acontecimientos que recuerdan al niño en presencia de los padres, e incluso en ocasiones a los mismos padres, que evitan estas referencias a objetos mediadores o transaccionales de la rememoración del hijo.

Los grupos de duelo, sirven también como revulsivo contra la procrastinación<sup>17</sup>, sí contra esa tendencia que todos tenemos de aplazar todo, sobre todo lo que hay que hacer y no es gratificante, pues incluso actividades que en el pasado fueron queridas y deseadas, que les producían placer, ya no quieren ni mirarlas. Los padres intentan con sus opiniones y reflexiones en el grupo desentrañar la razón de dichas dificultades, fijándose pequeños objetivos, empezando por algo sencillo, empleando distintas estrategias de afrontamiento.

---

<sup>17</sup> La procrastinación (del latín: pro, adelante, y crastinus, referente al futuro), postergación o posposición, es la acción o hábito de postergar actividades o situaciones que deben atenderse, sustituyéndolas por otras situaciones más irrelevantes y agradables.

## Grupos de apoyo

Comienzan con acciones que les comprometen cinco minutos y pueden convertirlas en acciones de horas, que producen una gratificación, que rompen sus rutinas. Es un poco a poco que avanza, les sorprende y les hace sentir que van mejorando en un proceso de duelo en el que cambia la concepción que tienen de sí mismos y del mundo pues los horizontes de ambas han cambiado.

Padres y madres no quieren callar, sobre todo las madres, sino contar las vidas de sus hijos. Callar es morir un poco más. Hablar es hacer callar a los otros, pero hablar del dolor es una elección difícil que por distintas razones los individuos y las sociedades no quieren escuchar, por ello que la ficción se convierte en un buen medio para traer a las vidas de los padres el recuerdo de sus vidas y las de sus hijos, para hacer soportable la realidad y convertirla en una historia contable y duradera. En un bello relato del que no son prisioneros de nada, sino constructores de la vida que está por venir.

Cómo se mueven padres y madres en su dolor habla de la complejidad de los duelos, en los que la cotidianidad y el mundo psíquico y social se mezclan con las representaciones del hijo, de modo que vemos cómo los padres lo integran y cómo participan de la organización social. Ya en el seno de los grupos apreciamos como los hombres son menos propensos que las mujeres a expresar sus emociones, como si temiesen las consecuencias de ello en el contexto social. Ellos divulgan información mucho menos íntima en las reuniones que las mujeres, basan más el encuentro en las relaciones y la amistad, más que en las actividades compartidas en las que se habla de su intimidad, valoran más la lealtad que los sentimientos compartidos.

## Grupos de apoyo

Las mujeres se sienten más cómodas en la intimidad y la proximidad, con la sensación de que las distancias con los otros se acortan, mientras los hombres, en cambio, evitan verse rodeados por otros que invadan su espacio. De hecho el comentario habitual de los hombres asistentes a los grupos fue que lo hacían por sus mujeres.

La mayoría de ellos, hablan poco en relación a lo que hablan sus parejas, tienen un ojo puesto en sus parejas y el otro en la historia de la vida y muerte de sus hijos y cuando la cuentan es fundamentalmente para aclarar cuestiones que ellas comentan, sobre sus emociones, sus comportamientos, sus vivencias en un espacio y tiempo concretos de sus vidas y, sus dudas sobre las causas de la muerte de sus hijos. Ellos consideran en todo momento que ellas son el centro de la historia, siendo la fragilidad, el decaimiento y la expresión abierta de dolor más patente en ellas, sobre todo en los primeros meses tras la pérdida de sus hijos.

Los hombres manifiestan frecuentemente que sufren por ellas, por ver cómo mantienen el dolor y lo expresan a lo largo de más tiempo y más intensamente que ellos que se comportan como sus cuidadores y viven la muerte de sus hijos como una muerte en su sentido escatológico.

“Yo tengo que estar bien, porque si no estoy bien no puedo ayudar a las personas que tengo que ayudar” (Romeo, 2012).

Los grupos de apoyo aportan cuestiones que benefician un espacio de solidaridad y entendimiento que facilita a los hombres que comprendan dos cuestiones que les aportan dificultad a la hora de hacer frente al duelo por la muerte de sus hijos: en primer lugar, que se les da poco apoyo social, mientras que se espera que sean una

## Grupos de apoyo

fuerza importante de apoyo a sus esposas, al resto de hijos y a los miembros de la familia; en segundo lugar, que han de hacer frente a la noción culturalmente idealizada de que el dolor se maneja mejor a través de la expresividad de las emociones, que ellos no transmiten.

“Y me han echado en cara que tengo que expresar más dolor” (Romeo, 2012).

El manejo de las emociones de hombres y mujeres es claramente distinto en los encuentros de los grupos de apoyo, pues las mujeres lloran y los hombres raramente lo hacen en público. En cambio, las mujeres lloran prácticamente en la totalidad de las reuniones grupales. Lloros que van decreciendo en cantidad e intensidad a medida que avanzan los encuentros y que reaparecen, aunque más controlados, ante la rememoración de situaciones, y en lugares o fechas puntuales. Madres y padres se ajustan, en la mayoría de los casos, a los modelos estereotipados de género que consideran el estilo de afrontamiento del hombre como fuerte y en silencio y el de la mujer como emocional y discursivo.

Nos encontramos en ocasiones con que la expresión abierta de los sentimientos por parte de uno de los padres puede intimidar al otro e incluso esté deseando huir de lo que se dice. Por ello cuando un consejero<sup>18</sup> está trabajando con una pareja o en el seno del grupo, es importante que no dé la impresión de estar del lado del miembro de la familia más expresivo emocionalmente, puesto que ello puede hacer sentir excluido e incluso hacer sentir frustrado al otro en el proceso de consejería.

Uno de los padres pueden asistir a regañadientes a las reuniones o hacerlo no “sólo para ayudar” a los demás.

---

<sup>18</sup> Facilitador o asesor.

## Grupos de apoyo

Algunos incluso verbalizan que participar de este tipo de reuniones propicia vivir en el pasado, especialmente en el doloroso pasado que quieren olvidar, razón por la cual no hablan de su dolor (Worden y Monahan, 2001).

La experiencia grupal en ocasiones no es capaz de propiciar cambios perdurables en las conductas de sus miembros: la capacidad de franqueza, de empatía, de aceptación y cariño hacia el otro le resulta difícil, en ocasiones, de trasladarla a otras personas.

Compartir las pérdidas de sus hijos con los demás, posibilita a madres y padres la necesidad de someterse a la prueba de lo real que es desgranar sus historias para darles sentido, de modo que en las sesiones de grupo los asistentes son protagonistas de las historias de intercambio simbólico de los padres con el hijo fallecido, en un camino de construcción hacia un “nuevo normal”, hacia la recuperación. Es un marco en el que se construyen los itinerarios personales y familiares de los dolientes, cargados de significados que buscan en el anhelo del recuento, dar significado a su mundo personal y social que ha sido transformado por la pérdida. Ayudando a madres y padres no a sobrevivir a la muerte de sus hijos que han vivido, sino a continuar viviendo sus vidas plenas, no como supervivientes sino como vencedores, como resucitados. Convirtiéndose en mejores hombres y mujeres que sólo esperan, en ocasiones, sencillamente volver a disfrutar del sol, la naturaleza y la felicidad en sus vidas.

“Estoy más conformada... Estoy más ayudada...  
(De que él no está, de que lo echo de menos)”  
(Sinda, 2012).



Si quieres conservar un bien,  
añadiéndole más y más,  
malgastas tu energía.  
La espada que se afila sin cesar  
no conservará el filo mucho tiempo.  
Una sala llena de oro y jade  
no podrá ser protegida eternamente.  
Quien se enorgullece de sus riquezas y méritos  
atrae sobre sí la desgracia.  
Retirarse una vez acabada la obra,  
He ahí el Tao del Cielo.

Lao Tse, *Tao Te Ching*, IX



## **LOS TERRITORIOS DE LA TRASCENDENCIA**

La belleza y lo sagrado comparten espacios y gestos simbólicos que hablan de lo trascendente mediante signos que irradian valores y significados que dan sentido a la vida y la espera por el reencuentro. Más allá de lo cotidiano vehiculizan la admiración por lo divino y admiran la belleza.

El posicionamiento filosófico, ideológico y religioso ejerce un papel importante en la configuración de nuestra relación con el mundo y con la trascendencia, pues se refieren al imaginario, a un mundo de relaciones de sentido, de profundo significado tal como refiere Bruner. De manera que las creencias organizan el saber aunque conducen a lo que no se puede saber; pues hablan de nuestra relación con lo desconocido.

No es fácil hablar de los vínculos y de las creencias pues son multidimensionales: cognitivas, psicológicas, afectivas y nos ayudan a construir un mundo con sentido en el que poder depositar de nuevo la confianza en nosotros, en los demás y en el mundo. Tener o recuperar la confianza moviliza energía que fortalece a los padres y posibilita transacciones y sentimientos de pertenencia entre la pareja, la familia y los miembros de los grupos, un camino que se ansía construir en aras a una nueva normalidad, que tiene como referencia la conocida que es anterior al fallecimiento del hijo.

Pero es un camino que se crea a partir de algo, de un estrato constituido desde las presunciones de quienes los viven. Indicios de lo real que se alimentan de la

## Los territorios de la trascendencia

imaginación y en el que los sueños y ensoñaciones propician ideas o fantasías del mundo personal de los padres, un mundo íntimo, en ocasiones muy próximas al mundo inconsciente.

Algunos padres no pueden mantener los nuevos símbolos que dan entendimiento a su mundo actual, pero tampoco pueden abandonar sus viejas visiones del mundo y pasar a otros nuevos. Como si viviesen en un mundo dividido parecen no ser capaces de asimilar plenamente los nuevos significados ni abandonar los viejos. En esos casos, estos padres dividen el mundo en partes de modo que mantienen un mundo digno de confianza y benevolente, incluso al sentir que su psique les dice lo contrario. Quienes lo viven así son padres menos propensos a escribir, cercanos al ensimismamiento y que incluso en lo que respecta a la fe mantienen esa doble visión del mundo.

También muchos padres no encuentran la fuerza que necesitan para conservar las visiones del mundo que tenían antes de que sus hijos murieran, cuestión difícil de valorar puesto que no conocíamos sus planteamiento o punto de vista al respecto antes de haber perdido o quizá ellos no se había planteado una revisión del mismo, ni su posicionamiento previamente en profundidad. Los símbolos y los mitos de las distintas tradiciones religiosas son ricos, profundos y cambiantes con el tiempo en el imaginario de los padres, por lo que les permite descubrir en ellos nuevos significados que antes no entendían.

“Al principio (poco después del fallecimiento de su hijo) veía algo bonito y pensaba: Pero no está él.

Veía el sol, salir y pensaba: Que bonito está el amanecer y él no puede verlo” (Miguel, 2012).

## Los territorios de la trascendencia

Un camino que en ocasiones se convierte en búsqueda, tal como nos plantea un padre en el que apreciamos como desea encontrar sentido al sufrimiento y el dolor que aun siente tras un año del fallecimiento de su hijo:

“Que se puede esperar de una vida frustrada por una decepción, por una losa pesada e inmanejable que tienes que cargar a tu espalda de por vida, que te lastra y para tu progresión diaria, esa es la definiciones de mi vida actual, sé que no puedo hacer nada mas por mi hijo, sino recordarlo con amor y cariño, pero intento encontrar algo que me ayude en mi quehacer diario y no nada, solo puedo seguir viviendo de dos maneras, bien o mal, me gustaría elegir el bien, pero mi cabeza elige el mal y ante eso no encuentro ayuda posible” (Miguel, 2011).

Unas semanas más tarde con comenta:

“Ahora soy más práctico. Si está en algún lado, va a estar pidiéndome que sea feliz y si no está, no vamos a ganar nada siendo infeliz. Por eso he optado por se feliz.

Del recuerdo voy a tomar lo que quiero, lo que me hace feliz. Voy a pensar que tuve un hijo, no que tuvo un accidente.

Para que no ocurriera tenía que no haber tenido un hijo.

Recordar el momento de la vida, no el momento de la muerte. Recordar el momento de la vida: jugando al baloncesto, al póker, a la baraja, comiendo por ahí y no recordar momentos malos” (Miguel, 2012).

O tal como comenta otro padre, con respecto a la elección de esta misma opción en sentido metafórico:

“Desde el primer momento he pensado que no puedo ser masoquista. Lo que es, es, y tengo dos

## Los territorios de la trascendencia

opciones: O me meto dentro del fango y me embarro todo o me monto en una nube” (Romeo, 2012).

La filosofía y psicología contemporáneas abordan la sensación de la realidad trascendente como una ilusión necesaria, un invento compensatorio mediante el cual la gente evita la cara del dolor, el reconocer que esta vida es todo lo que hay, como aquello que está más allá de los límites naturales y desligado de ellos.

A lo largo de la historia del pensamiento, hay muchas definiciones de lo que es ser una persona, que van desde entenderla como “sustancia espiritual” (Platón) a la “voluntad de poder” (Nietzsche), e incluyen percepciones de la persona como un creador de moral (Kant), como un solucionador de problemas (Santiago), como un red de relaciones (Marcel), como trabajador (Marx), como la libertad (Sartre), como un ser sexual (Freud), como parte de lo absoluto (hinduismo), como redención (el cristianismo), como destinado a hacer la voluntad de Dios (el Islam), etc. Puntos de vista intrínsecamente comprensibles cuyas posturas pueden ser inteligentemente defendidas de manera que sus creyentes les den sentido. Aunque compartimos muchas de estas posiciones en su totalidad o en parte, sin embargo, la diversidad de puntos de vista nos enseña la lección más grande de la espiritualidad: La persona se construye, decide el ser que quiere ser, de modo que la espiritualidad, y en el que caso de los padres que perdieron hijos, da a cada uno una particular forma de integrar sus señas de identidad en un mundo, por lo que una definición formal de la espiritualidad, incluye implícitamente la capacidad de cada persona a elegir la importancia relativa de los factores físicos, sociales, emocionales, culturales, religiosos e intelectuales y de

## Los territorios de la trascendencia

los estímulos que influyen en él o ella y, por lo tanto les permiten participar en un proceso continuo de creación de significado de su mundo y de trascendencia del mismo.

La vida espiritual de los padres desarrolla en una red de vínculos y significados en torno al Universo de las palabras de los padres, el lugar y poder de si mismos, los vínculos con el niño y con la realidad trascendente, el sentido de la vida de los padres, el significado de la muerte del niño y de los miembros de la familia/comunidad. El como se entrelazan estos conceptos y los cambios de significados que se producen, ocasionan un cambio en los enlaces y en los significados (figura 11).



Figura 11. Cuadro de los vínculos y significados en la vida espiritual de los padres. Adaptado de Dennis Klass (1999, p. 43.)

## Los territorios de la trascendencia

Ninguna ficción se inventa a partir de la nada, los indicios de lo real son quienes alimentan la imaginación, de modo que todo ello emana de nuestro mundo íntimo dando forma a nuestras ensoñaciones y fantasías. Compartimos el poder reparador de que las ficciones pueden servir para construir o reconstruir los relatos de los padres y ayudar a modificar los significados de lo sucedido, de lo que podemos denominar como real. Para los padres ser capaces de buscar “tematizar”, dar sentido, comprender y resignificar lo sucedido han de transformar el dolor en significado, el trauma en sentido.

La ficción posee por tanto un poder de persuasión que conecta con mayor intensidad a quien la crea y la comparte, va más allá de la realidad, facilita la expresión de emociones y construcción de significados y persuade más.

La realidad de la muerte de los hijos hace que muchos padres vivan la sensación de la inexistencia de sentido, de vacío, de nada de su no vida, ¿y qué decir cuando se vive así? La realidad produce dolor y náuseas pero la belleza que ansian y que descubren los padres en duelo se construye a través de sus imaginarios personales y colectivos.

Entendemos la espiritualidad desde el punto de vista de los estudios de las religiones comparadas, aunque para la mayor parte de la historia humana, la espiritualidad ha sido incluida dentro de una estructura de palabras de una cultura específica, que moldea, complementa e interconecta los símbolos, mitos, creencias y rituales del grupo étnico o cultura particular.

Hay autores que dicen que aceptar es trascender, que se traduce en decir: “Así es la vida”, “Así es la naturaleza”. Las cosas nacen y mueren y también las personas, y la

## Los territorios de la trascendencia

belleza es inherente a esa actitud, de modo que cuando no luchas, trasciendes. Y ya no estás en el mismo nivel y ese cambio se convierte en una fuerza curativa. De modo que reconocer lo transitorio y cambiante de nuestro mundo, la naturaleza de las cosas, comprendiéndolas, nos aleja de las preocupaciones y nos acerca a la trascendencia.

Hablamos de la trascendencia con significado antropológico, ético y no teológico, aunque hay quien emplea el significado de trascendencia para referirse a Dios, o en general al ámbito del espíritu, otros lo emplean en oposición a inmanencia, la cual a su vez puede recibir multitud de significados. No obstante en todos los casos trascendencia significa separación, referencia a un más allá: más allá de mi cuerpo, más allá de mi conocimiento, o más allá del conocimiento general, de la sensibilidad, de la materia, el espacio o del tiempo.

La trascendencia, al igual que ocurre con la belleza nos hace sentirnos íntegros, evoca nuestra mejor imagen, nos hace sentirnos bien, saca lo mejor que hay nosotros, nos tranquiliza, mejora nuestras relaciones con los demás y nos hace sentir en paz. Aunque con excepciones, pues en ocasiones la belleza nos trae inquietud, nos hace sentirnos agradecidos pero indignos, nos trae inseguridad en lugar de aumentar nuestra confianza y seguridad, nos evoca añoranzas, recuerdos, heridas y dolor de tiempos pasados en lugar de tranquilizarnos y aportarnos serenidad, nos estremece, incluso puede volvernos destructivos con nuestro entorno en lugar de favorecer nuestra disposición para favorecer la paz en el mundo.

“A veces decido disfrutar de las cosas como si él estuviera o fuera a venir, aunque sé que no lo va a hacer, aunque sé que no va a venir” (Rosario, 2010).

## Los territorios de la trascendencia

En todos estos casos, es útil indagar en el porqué. Descubrirlo nos ayudará a comprender mejor nuestras heridas, nuestros miedos, haciendo más permeable nuestra conciencia. Emplear la belleza como mediador para rememorar relaciones que terminaron, el doloroso recuerdo de una pérdida: “aquellos si eran momentos felices”.

La hostilidad hacia la belleza, o la bondad, el orden, la perfección, la inteligencia, ocultan a menudo resentimiento o rebelión contra la autoridad o contra los significados gratificantes, mientras, hay para quien resulta inquietante ponerlos en otra dimensión de la realidad.

El camino de la trascendencia es un camino lleno de preguntas y de respuestas, un camino zigzagueante con muchos por qué, un camino a lo largo del cual nos encontramos algunas cuestiones que pueden ser aplicadas o entendidas desde las distintas tradiciones religiosas del mundo y ser útiles para la comprensión de la vida de personas que lo viven: El encuentro con la realidad trascendente, la búsqueda de una visión del mundo, la búsqueda de una inteligencia superior que de sentido de orden al mundo y permita nos permita crecer.

Crear y seguir creyendo en Dios, para los padres que han perdido hijos, a pesar de..., es una manera de integrar la aporía especulativa de la existencia de Dios en el proceso de duelo. Es descubrir las razones de que la existencia de Dios no puede ayudar a explicar el origen del sufrimiento, aunque sea entendido como la fuente de todo cuanto existe y por tanto de lo bueno y lo malo, y para algunos creyentes quien pudo haber salvado al hijo.

Una Madre alumbró  
ese hijo para quererlo

## Los territorios de la trascendencia

-sí difícil- es ser Madre  
lo es más difícil –dejar de serlo-

Una madre es sus entrañas  
a ese hijo canta y arrulla  
nunca pensó ver volar  
el alma de EL, y no la suya

Lo crié y le hice hombre  
lo eduqué en paz y amor  
¿por qué?... entre tanto Ángeles  
elegiste el mío... Señor

(Emilio, el hijo, 7 de septiembre de 2007)

Aceptar y entregarse al proceso de duelo como actitud para comprender y aprender del mismo es lo que nos plantea Carla (2011) tres meses después del fallecimiento de su hijo más pequeño de catorce meses de edad, a consecuencia de un accidente. Nos habla de tener una actitud, de resiliencia, que quita obstáculos al proceso y que nos acerca en el siguiente fragmento de una carta suya manuscrita:

“Lo mejor es continuar, dejar que llegue el dolor, el llanto, la desilusión. Después de todo nunca estás solo en esto. He aprendido que las lágrimas purifican y el dolor te muestra espacios maravillosos y hasta desconocidos de uno mismo. Yo siempre he tenido este lema y si más lo recuerdo lo he repetido varias veces. *Nadie te da un dolor que no puedas soportar* algo muy importante para curar las heridas de la vida y superar los procesos de duelo es dejar de resistirse a la experiencia, en lugar de estar pensando como evadirla ¡ábrele los brazos! ni modo está sucediendo, tienes que vivirla. Acepta que te toca pasar por ahí y en lugar de pedirle a la vida que te la quite, pídele que te ayude a aprender las lecciones que esa experiencia te trae. Verás que con esa actitud la carga se aligera y

## Los territorios de la trascendencia

toda tu fuerza queda disponible y puedes enfocarla y trabajar en ese proceso y salir adelante cargado de regalos.

El final de este viaje llamado duelo estoy segura que llegará, y al llegar al final significa volver a sentirse en paz, estar alegre, tener planes maravillosos y yo sé que sí. Dios me regaló hijos maravillosos, a un esposo comprensivo y amoroso”.

La belleza y el placer de degustarla, desempeña un papel tornasol, que marca si nos encontramos o no a gusto con la vida, si estamos abiertos a nuevas experiencias, si optamos por seguir trabajando con nosotros mismos, tal como nos comenta Ana tres años después del fallecimiento de su hija:

“Ahora si estoy realmente bien, estos años pasados había estado haciendo, haciendo... En cambio ahora me dedico más tiempo a mí, a mi ser” (Ana, 2010).

Probablemente Ana buscaba sentirse mejor, por lo que busca una urgencia impuesta por lo real del hacer, hacer..., que le permite eludir la representación de sí misma. Una “violencia” autoimpuesta que le posibilita evitar pensar en lo sucedido, o disminuir la dosis de pensamientos que la abordan, en la desdicha de haber perdido a su hija Maite, un factor de protección cercano a la negación en estos años pasados que quedaron atrás.

La belleza está presente en la organización del espacio, en la armonía de la decoración, en los colores, en el juego de proporciones de todos y cada uno de los elementos que son capaces de influir en nuestras emociones, además de que cuando percibimos lo bello se activa en nuestro cerebro la misma región en que tienen lugar las valoraciones y elecciones de orden moral. Ya Platón

## Los territorios de la trascendencia

consideraba la belleza como el elemento más visible del bien, que nos eleva, nos inspira y nos afina cuando estamos desentonados desde un punto de vista moral y emotivo.

Las madres y los padres que han perdido hijos encuentran, en ocasiones, vías para conectar con la realidad trascendente, cargada de belleza en la que anclar sus vidas. Una realidad espiritual que se ve en la resolución del duelo y que trasciende las religiones particulares, las creencias, los mitos, los símbolos o los rituales. Es descrito a modo de un viaje personal en el que emplean términos, narrativas y acciones que pueden ser aplicadas a muchas tradiciones religiosas. Mediante el empleo de historias y el uso de narrativas individuales embebidas en narrativas culturales, conforman la experiencia espiritual de una realidad trascendente que los mantiene en una visión de unión con la comunidad y el mundo. En íntima relación entre los padres y sus hijos, constantemente reforzada y modificada con las continuas interacciones con los demás, que llega a convertirse en ocasiones *en vínculos de trascendencia*, que se activan, más o menos, en función de las interacciones con ellos. En un tiempo que está construido sobre la base de la cultura en la que vivimos.

Para los padres, sus hijos han pasado a estar ubicados en lo más alto, como si fueran ángeles o guías, por ello construyen puentes entre la realidad terrenal y la trascendente, que funcionan como mediadores entre el mundo terrenal o profano y el mundo celestial o sagrado de acuerdo con las religiones practicadas por las madres y los padres. Lo cual hace que algunos de los padres se acerquen a objetos e imágenes tales como ángeles, llamadores de ángeles o a elementos de la naturaleza de marcado simbolismo que hablan de lo sagrado.

## Los territorios de la trascendencia

Las nuevas representaciones de estos hijos se comportan como elementos dinámicos y complejos de los significados de los padres y del mundo construido por ellos. No son simples imágenes, ideas o sentimientos (Klass, 1999, p. 39) sino representaciones cargadas de experiencias de quien era el hijo para ellos y de quién continúa siendo ahora. De modo que en la trascendencia, los padres consiguen olvidarse de sí mismos, son libres de sus maneras habituales de pensar y sentir. Podemos decir que regresan a sí mismos, pero a un verdadero yo en el que abandonan lo que no es esencial tras la experiencia de duelo. Dejan el extrarradio y regresan al centro. Recuperan su verdadero ser.

Cuando los padres y las madres en duelo encuentran una comunidad en la que poder expresar su duelo, los lazos con sus hijos pueden convertirse en socialmente reales y, entonces, el universo puede convertirse en una nueva vía, mejor y más segura para reforzar los lazos con la realidad trascendente, en la que aprenden a vivir más creativamente en el mundo, permitiéndose desarrollar sensaciones nuevas y más fuertes de la ubicación y poder que su hijo en el universo.

Una madre, Isabel, dice que hablaba con su hija Sara, mientras frente a sus ojos, a través de la puerta, veía dos arcos iris superpuestos. Una sensación de realidad trascendente le decía y le hacía sentirse plena, pues en tanta belleza estaba su hijo Emilio José fallecido años antes. Esto quedó patente en sus comentarios.

Los padres en duelo ven una gran variedad de visiones del mundo, que fluyen en distintas direcciones, mediante las cuales interaccionan con su hijo y encuentran en la diversidad de ellas una conexión que media entre el consuelo y la tarea de mantener o modificar los

## Los territorios de la trascendencia

significados del mundo. El hijo, ahora inmortal, está inserto en una visión del mundo creado por los padres.

“Desde la casa de la playa vemos un faro, que alumbra de noche. Cuando lo miro es como si ella me estuviese guiando el ojo. Es ella” (Lourdes, 2009).

Nos cuenta Lourdes un mes después del fallecimiento de su hija Gara.

Los cambios en la visión del mundo son complejos, al comportarse como un camino dilatado en un espaciotemporal cargado de simbolismos, de construcción de significados de trascendencia, que fluctúa entre el tiempo sagrado y el tiempo profano, que está inmerso en la historia cultural y personal de los padres. Estos significados de trascendencia se desarrollan bajo las suposiciones que tienen del mundo de las palabras, del poder de los objetos y de los lugares.

La manera principal en que se manifiesta la trascendencia es una percepción distinta del tiempo, un tiempo sagrado del que nos damos cuenta sólo cuando ha ocurrido. Como un encantamiento en el que cuando termina la magia, los padres siguen experimentando los efectos beneficiosos de la misma: nuevos conocimientos, nuevas energías y nuevas capacidades.

Sirva de ejemplo la historia elaborada por Isabel a modo de un relato ficcional que habla del sentido y del sinsentido de la muerte, siete años después de la muerte de su hijo Emilio, que se suicidó el día de su veinte cumpleaños, que nos acerca una historia cargada de belleza, de sentido y que probablemente nos convierte en mejores seres humanos:

“Cuenta la leyenda que en una isla lejana, al pie de una gran montaña, vivía un muchacho de mirada

## Los territorios de la trascendencia

limpia y amplios horizontes. Era un muchacho solitario, que habitaba en una pequeña casa con un bonito jardín, en el que le gustaba disfrutar de la fresca brisa de la mañana, de la caída de la tarde o de las cálidas noches de verano.

Dicen que cada noche lo visitaba un búho y se posaba en una rama junto a su ventana.

Cierto día, el muchacho le confesó su ansia de libertad. Aquella noche el búho lo animó a volar. Le dijo:

- Arriesga, sé valiente, defiende tu identidad. Sólo los valientes arriesgan y el mundo está lleno de cobardes. Tú estás por encima de todo esto, tú eres un alma libre, tú eres verdad, inocencia, bondad. Los seres como tú no tienen cabida en este mundo, son unos incomprensidos, a veces un estorbo, molestan, despiertan dudas, temor.

Él le dijo no estar seguro de lo que le estaba contando. No eran esas sus intenciones, él sólo quería vivir, ser libre, ser él mismo, un bohemio, un vagabundo solitario.

-No, no lo has entendido -respondió el búho-.

- ¿Qué? ¡Explicámelo! Te repito que sólo quiero vivir, gozar de cada instante, de cada minúsculo ser, de cada persona o de cada lugar. Ver cómo crece una flor o cómo pasa una bruma -respondió el muchacho-.

- Sigues sin entenderlo -volvió a repetir el búho- Eso les molesta. Se les escapa de su control. En su mundo no hay lugar para los idealistas, todo tiene un sentido, todo es para conseguir algo a cambio. Y tú apareces aquí, pobre chaval de ciudad. Tú quieres comerte el mundo pero saborearlo a cada paso, saborear cada lugar, cada rincón, cada gesto.

- ¿Y qué hay de malo en ello?

## Los territorios de la trascendencia

- No eres de los suyos y basta. Es todo lo que puedo decirte.

En este instante, levantó el vuelo y desapareció en la noche. El muchacho se quedó pensativo y a manera de un flash empezaron a rondarle ideas por la cabeza. De pronto empezó a ver las cosas más claras, quizás entendía muchas cosas de las que habían sucedido en los últimos tiempos.

No tardó en irse a dormir, sin darse cuenta se había hecho demasiado tarde.

A la mañana siguiente, la conversación de la noche anterior seguía rondando su cabeza. Algo había de cierto en ello, pero él era curioso, quizá desafiante.

Esperó de nuevo a la noche y salió a la terraza esperando encontrar el búho, pero no estaba allí. Fumó un cigarro y se sentó en su rincón favorito para ver las estrellas, y tal vez preguntarle a ellas. Cuando estaba a punto de irse, lo escuchó llegar.

-Te estaba esperando- le dijo rápidamente.

-Lo sé- dijo el búho-. Pero yo te indiqué el camino, ahora debes ser tú quien encuentre las respuestas. Tú eres el que decide cómo jugar las cartas. Pero no olvides que no conoces las de tu adversario.

-Sé quién es mi oponente en esta partida.

-No estés tan seguro- fue lo último que le dijo antes de partir.

Esa noche tuvo miedo como no lo había sentido nunca. Aunque tardó en irse a la cama no consiguió conciliar el sueño. Una idea rondaba en su cabeza: tengo que jugar esa partida.

Se levantó antes del alba y cargó su mochila, apenas algo para picar y su cámara de fotos.

## Los territorios de la trascendencia

Su reto era llegar a la cima de la montaña antes de amanecer. En su corazón sentía temor como un niño asustado. Lloró.

Cuando llegó a lo alto estaba amaneciendo. El primer rayo de sol besó su frente, era el amanecer más bello que hubiera visto en su vida. Volvió a llorar. Y en ese instante sus alas se abrieron y empezó a volar como nunca había soñado. ¡Por fin era libre!

Y dicen que sus lágrimas dibujaron un gran arco iris en la inmensidad del universo, para todos cuantos le amaban” (Isabel, 2009).

Las experiencias de la belleza, a menudo proceden de la naturaleza: el arco iris, un rayo de sol entre las nubes, el amanecer, un atardecer, el cielo, el mar y sus destellos, las montañas, etc. Al final es comprensible que todos y cada uno de estos espectáculos dejen en nosotros una poderosa huella, ya que en el fondo, procedemos de la naturaleza y estamos hechos de naturaleza, por lo que no hacemos otra cosa que entrar en sintonía con nuestros orígenes. ¿Por qué lo bello es tan importante para nosotros? Porque es una guía, una garantía de que la vida no es una sucesión de acontecimientos sin sentido, un caos carente de sentido. Tiene su propio orden y significado. Es un canon al que poder hacer referencia, que nos hace auténticamente humanos y constituye la base del ser humano en el sentido más amplio de la palabra. La belleza actúa como una brújula que nos ayuda a orientarnos, no sólo en lo que respecta a nuestras elecciones morales sino también las estéticas. La belleza se da como un acontecimiento vital, lo que significa que comprendemos el mundo y ello nos permite hacer valer lo que tiene sentido. Tal como refiere Gabilondo (2003, p. 169) “la maravilla destella en quien se maravilla”. De ahí que mediante la vida bella,

## Los territorios de la trascendencia

mediante el hablar bien, queda uno involucrado en la verdad como acontecimiento.

Platón, para quien la belleza es el aspecto visible del bien, ya decía que debíamos buscar una belleza noble que nos inspire y nos eleve cuando la percibimos, afinándonos como un instrumento desde el punto de vista moral y emotivo. También nos cuenta, en la *República*, en el mito de Er, que los muertos bebían del río Leteo, en las aguas del olvido, pero lo que no nos cuenta es que quienes realmente parecen beber del río de la despreocupación son los vivos y que los muertos van poco a poco desapareciendo de la memoria de los dolientes. Y ésta es una segunda forma de morir. Cuestión recurrente en las madres y los padres que han perdido hijos, a quienes pasados los años, se le genera dudas cuando piensan si estarán haciendo lo correcto en su duelo pues se están olvidando de las imágenes de sus hijos fallecidos que han sido sustituidos por otros elementos de belleza inspiradores.

Lydia lo expresa del siguiente modo, tras haber transcurrido nueve meses de la muerte de sus hijos gemelos:

“¿Cómo puede ser que no me acuerde de los niños todos los días? Yo los siento conmigo, pero no me acuerdo de ellos todos los días. No miro tanto la caja de recuerdos de ellos.

Es un avance, pero en el fondo, ¿no es que me estoy olvidando de ellos?” (Lydia, 2007).

Memoria y olvido van de la mano. De modo natural, a medida que va pasando el tiempo, las madres y los padres se centran en recordar los aspectos de significado gratificantes y procuran olvidar cuestiones relativas a las imágenes que los torturan y que transmiten el dolor y

## Los territorios de la trascendencia

sufrimiento de sus hijos, aunque en algunas ocasiones no puedan evitar la evocación de imágenes y acontecimientos al hablar con alguien, oír una canción o ver una película. Suelen centrarse en imágenes más cercanas al nuevo lugar en el que se encuentran sus hijos o a los significados que relacionan con acontecimientos que fueron gratificantes.

“Hubo un momento en que me centraba en todo lo que no pude hacer. Y ahora intento no pensar en lo que me tortura. Ya no pienso tanto en que no debería haber hecho esto o lo otro.

Pienso en ellos, en dónde están, y que son angelitos” (Lydia, 2007).

Recordar el pasado cumple una función de diálogo, ya sea con una persona o en el grupo de referencia que ejerce una presión sutil pero continua, creando un clima simpático entre quien lo cuenta y su interlocutor. En ocasiones los padres de los grupos de duelo se esfuerzan en recordar a sus hijos fallecidos aunque de manera desigual, lo cual trae a sus mentes los afectos que tienen hacia ellos y funciona como el núcleo de lo que hay que reconstruir. De este modo el recuerdo sirve para justificar un afecto, una actitud, cumpliendo una función importante “retórica” en el proceso de reconstrucción del pasado. Una reconstrucción concebida para justificar, mediante formas de invención y racionalización los acontecimientos del pasado. Mientras las madres se comportan proporcionando más detalles de los que en realidad hubo, los padres y las personas más dubitativas reaccionan de modo contrario pues encuentran su justificación reduciendo los detalles en lugar de aumentarlos.

Los padres enmarcan más su experiencia en una modalidad narrativa que se regula mediante marcos o

## Los territorios de la trascendencia

esquematación, en la que los marcos proporcionan un medio en el que “construir” el mundo caracterizado por un curso sin la presencia del hijo fallecido, que segmenta los acontecimientos que ocurren en dicho mundo organizado y que regulan afectivamente.

Francisco Serrano nos refiere al respecto “sé que no puedo recordarte, que todo son presencias, signos, letanías del llanto, dibujándolo todo. Desdibujando tu ausencia” (2005, p. 24).

Qué Asia, qué país, qué belleza..

Para ti,

en el centro de la rosa,

-hermosísima y solitaria rosa-,

Esta incertidumbre de los días,

su delirio.

Cuando ya la muerte,

roja/rosa/sombra,

te persigue

buscándote

por los caminos de la sangre,

y la vida es equívoca:

tu corazón amarillo

tu silencio...

Francisco Serrano (*Días distintos*, p. 57)

Lo que no se estructura de forma narrativa se pierde en la memoria, por ello que algunos padres propician la elaboración de marcos de recuerdo que prolongan la experiencia de la memoria, que modifican de forma sistemática a lo largo del tiempo, para adaptarse a sus representaciones y no a las canónicas del mundo personal y social que se mantiene inalterable, insta al olvido o bien destaca por su excepcionalidad.

Con  
palabras  
construyo

## Los territorios de la trascendencia

el tiempo.

Este lugar  
inhabitable.

Francisco Serrano (*Días distintos*, p. 13)

La búsqueda de la belleza interior de los padres, todos los días, se acerca a la búsqueda de cualidades tales como la gratitud, la sinceridad o el altruismo, e incluso de cosas más triviales, obvias o aburridas de la vida diaria. Dándose una estrecha relación entre la existencia de lo bello y la evidencia de lo comprensible de la muerte del hijo. Resulta bello en los padres lo admirable, que tiene que ver con lo correcto, de manera que lo bello está en estrecha relación con lo bueno. Tal como refiere Platón (*Filebo*, 64 e 5):

*“La potencia del bien se nos ha refugiado en la naturaleza de lo bello y, en efecto, la medida y la proporción coinciden en todas partes con belleza y perfección”.*

Lo bello se distingue del bien que es lo completamente inapresable porque en su esencia está el que se manifieste, y en la búsqueda del bien, se muestra lo que es bello y ésta es su primera característica para el ser humano que vive el presente y que implica una transformación de la relación del ser con el tiempo. Ultimar cada acción, gozar de cada ocasión del placer de existir y de recuperar la dicha de vivir en un instante que nos conecta con el mundo y con el cosmos en el que somos conscientes de la fragilidad de quien somos, de nuestra mortalidad y finitud. Que nos hace vivir en el momento presente, como si viéramos el mundo por última vez, pero también por primera vez. De pronto se abre ante nuestros ojos un mundo que nos maravilla, que nos sorprende, un mundo lleno de belleza que antes

## Los territorios de la trascendencia

no veíamos y que habitualmente se nos escapa, que no nos impide de hablar de la injusticia de la muerte del hijo.



¿Sabrías modelar tu alma  
para qué abrace lo uno sin dispersarse?  
¿Sabrías armonizar tu respiración  
y volverte tan suave y dúctil como un recién nacido?  
¿Sabrías purificar tu visión interior  
para que quede libre de defectos?  
¿Sabrías amar a todos los hombres y gobernar tu vida  
a través de la no-acción?  
¿Sabrías abrir y cerrar las puertas del cielo  
como una mujer?  
¿Sabrías penetrarlo todo con tu claridad y pureza interior  
sin recurrir al intelecto?  
engendra y alimenta,  
produce sin apropiarse,  
obra sin pedir nada a cambio,  
multiplica sin gobernar...  
Así es la virtud primigenia.

Lao Tse, *Tao Te Ching*, X



A modo de conclusión

## **A MODO DE CONCLUSIÓN**

Algunos amigos me preguntan que por qué veo a padres en duelo. Realmente creo que es porque no quiero huir de la realidad ni aceptarlo, pero quiero que lo real pueda ser algún día transfigurado.

Los duelos al igual que todos los acontecimientos o actos vividos pueden ser objeto de una mirada reflexiva que se vuelva sobre ellos. La identidad vivida en el acto, ha de poder convertirse también en objeto del acto.

*Todo está en todo*, esta tautología<sup>19</sup> define claramente el camino realizado por los dolientes a lo largo del proceso de duelo. La fuerza del duelo está en la lengua, está en el viaje, en el libro escrito o contado por padres y madres a lo largo de su proceso vital de la vida y muerte de sus hijos, en sus comportamientos y acciones. *Todo el conocimiento en cuanto inteligencia está en el dominio de su historia*, de su libro, de sus capítulos, de sus oraciones, de una palabra, de sus objetos. Todo está en todo. Quien escribe sólo interroga, pide una palabra, la manifestación de todas y de cada una de las inteligencias presentes que se ignoran, o se dejan de lado. Verifica paso a paso que el trabajo de estas inteligencias se haga con atención, que estas palabras no digan cualquier cosa

---

<sup>19</sup> Tautología. (Del gr. ταυτολογία).1. f. Ret. Repetición de un mismo pensamiento expresado de distintas maneras. (Según el Diccionario de la Lengua española en su 22ª edición.)

## A modo de conclusión

para sustraerse a la exigencia y deja a un lado las respuestas de quien escribe.

Prometí a todos los padres y las madres con quien me entrevisté y con quien compartí fragmentos de sus vidas que disfrazaría sus identidades, aunque cual sería mi sorpresa cuando la mayoría de ellos me rogaron que no disfrazase las vidas de sus hijos y que, a ser posible, pusiese sus nombre reales, esos nombres que conservan y les hace estar anclados a las vidas de su seres queridos, de sus padres y madres. En algunos casos he modificado datos de algunas identidades, de madres, padres o parejas, cambiando algunas piezas de información relativas a la procedencia o acontecimientos vividos, siempre desde el ánimo de no cruzar esa línea de respeto a los maestros, en este caso los padres.

El presente libro bucea en las respuestas de quienes viven en primera persona como miembros de una familia o pareja, la pérdida y el duelo por sus seres queridos y lo hace con una mirada diferente, con una mirada compartida y cercana. La pérdida de un hijo es un gran golpe para quienes lo viven, un acontecimiento que tiene lugar en el mundo real y en el mundo de las representaciones, pues los padres han de reconstruir en su mundo interior la imagen del hijo y lo sucedido, elaborar la historia que busca la recuperación y un lugar en la aventura personal como personas y padres de querer vivir, bajo el susurro alcanzable de la felicidad.

El duelo ha sido a lo largo de los tiempos considerado y reformulado desde distintas instancias, culturas y modelos. Nosotros queremos sumar a sus consideraciones la incipiente idea de que el duelo tiene además un efecto retroactivo de falla de lo simbólico, al ser tanto el nombre del lugar vacío como el intento de

## A modo de conclusión

llenarlo a través de la denominación misma de aquello que es *innombrable*. Lo no representable, lo que no ha podido ser nombrado debe igualmente ser representado para que exista en su totalidad, por ello que el proceso de duelo se convierte en el punto de llegada y de salida en el que lo real es sólo un punto intermedio. Aún más, si lo real es el exceso, aquí más que nunca, sólo se constituye como el reverso de la falta que, en este caso, nos habla de una falla en lo simbólico.

Y en este proceso compartido, los padres inmersos en este espacio intermedio, en un contexto<sup>20</sup> en el que son protagonistas de historias de intercambio simbólico con el hijo fallecido, en un camino de construcción de historias de profundo significado, en un camino de *recordis*<sup>21</sup> mediado en muchas ocasiones por un repertorio de objetos que dan sentido y evidencian el camino del dolor, la continuidad de vínculos con sus hijos fallecidos y la configuración de significados mediante los cuales los padres establecen conexión a dichos objetos, espacios y lugares, que les permiten recordarles.

Es la artificialidad de la muerte la que permite, al igual que el sacrificio, la amplificación estética de la misma mediada por la imaginación, los significados y las representaciones dadas por los padres, en las que evidenciamos en ocasiones el gozo que se desprende de la estética, que vale evidentemente para quienes se

---

<sup>20</sup> Si estamos convencidos del contexto como un concepto fenomenológico de la incompletitud, entonces, el contexto es inagotable, y cuanto más intenta uno especificarlo, más espacios vacíos proyecta, pues el contexto no es nada menos que el mundo humano en el cual tiene lugar el uso del lenguaje y en relación con el cual organiza la estructura del lenguaje (Hanks, 1996, p. 140).

<sup>21</sup> Del latín, *volver a pasar por el corazón*.

## A modo de conclusión

consagran a la contemplación y a la que no somos ajenos, si estamos atentos al comportamiento y al discurso narrativo de los progenitores.

El problema está planteado de manera que frente a la pérdida, la adversidad y el sufrimiento, todos lo hemos de afrontar tarde o temprano en el curso de nuestra existencia y frente a él podemos adoptar diversas estrategias: podemos abandonarnos al sufrimiento, tratar de ser indiferentes o convertirnos en víctima. Estas tres opciones son antiresilientes puesto que se plantean como un obstáculo para un proyecto de desarrollo, mientras en el otro extremo nos encontramos con los que deciden hacer algo con el sufrimiento, utilizar la posibilidad de sus capacidades para comprender, para trascender lo sucedido y convertirlo en un proyecto individual, social o cultural que conforma actitudes que impulsan al individuo a la resiliencia. Conformando un mundo en el que están presentes objetos y lugares, pasados y actuales, relacionados con el hijo fallecido, de significado metafórico y metonímico que se comportan como símbolos y, adquieren sentido enmarcados en un sistema y en relación con otros símbolos, pues conforman un inventario de objetos a modo de repertorio que propicia en los padres la arquitectura de un nuevo mundo personal, en el que siguen conectados con sus hijos. Además de permitirles transacciones con ellos y favorecer la elaboración de un duelo en el que elaborar una nueva identidad personal y social y, en la que la identidad propia y la de su hijo se encuentran en el mismo lugar, “todo está en todo *y en todos*”.

Dichos objetos ocupan el núcleo del registro simbólico del imaginario de los padres, como si se tratase de un imago, una imagen que está en el lugar del hijo. Lo cual nos lleva a plantearnos nuevas preguntas sobre cómo madres

## A modo de conclusión

y padres viven en este espacio intermedio y cómo incorporan y gestionan los distintos repertorios de objetos, lugares y significados a lo largo del tiempo y del proceso de duelo y, sobre todo, cómo reconstruyen la imagen del hijo desde lo simbólico, lo imaginario y lo real.

El imaginario colectivo de los padres, en el encuentro de los grupos, inventa historias maravillosas de amor y de gloria, que les une y les ayuda a reparar sus propias heridas, construye su identidad narrativa y puede convertirse en un factor de resiliencia, de encuentro compartido, parental y familiar.

Acompañar a madres y padres que perdieron hijos, es comportarse como un “amigo de la sabiduría” en el sentido griego de la expresión (philo = amigo y sophia = sabiduría), como un filósofo que ha aprendido de sus experiencias compartidas y de la reflexión, de los verdaderos maestros que son y serán los padres, poseedores de una verdad compleja y personal, respetuosa, laica o religiosa.

Acercarse al otro, requiere reflexionar desde la ética interior y el entendimiento de la vida, de esa ciudad interior llena de edificios y caminos con un orden personal que ha de conocerse y cuidarse y, que en ocasiones, es capaz de sumar la vida activa y la vida contemplativa en el momento presente (Hannah Arendt, 1961).

Hemos intentado esmerarnos en reconstruir aquellas apreciaciones lúcidas que constituyeron “destellos de luz” de algunas mentes privilegiadas, la de los padres y madres, las cuales, aun en los “tiempos más sombríos”, vislumbraron posibilidades esperanzadoras. En periodos o épocas de sus vidas aciagas de las que fueron testigos y protagonistas, dando cuenta y siendo fieles testigos de

## A modo de conclusión

sus experiencias vividas y, por ende, comprenderlas y acercarlas a quienes nos quieren escuchar.

Nos encontramos en un camino que señala que es necesaria la búsqueda de nuevos recursos categoriales del pensar para poder entender “sin asideros” lo acontecido por los padres que perdieron hijos. Y es en ese intento mediante el cual nos sumergimos a través de las reflexiones de madres y padres y desde el ánimo de encontrar explicaciones y posibles elementos de renovación del entendimiento de su mundo, a un pensamiento particular y diverso que hemos desglosado a lo largo del presente libro, que nos ayude a vislumbrar el sentido del proceso de duelo como un espacio en continua construcción.

Quizá por eso hago mía la pregunta que se hace Hannah Arendt al cuestionarse ¿Qué queda?, y me respondo lo que dice la autora: Queda la lengua materna<sup>22</sup>:

*”[...] Para mí lo esencial es comprender, yo tengo que comprender. Y escribir forma parte de ello, es parte del proceso de comprensión [...] Y si otros comprenden en el mismo sentido que yo he comprendido, ello me produce una satisfacción personal, como un sentimiento de encontrarse en casa”.*

La conjunción con lo privado, lo público y lo social en la vida de los padres, constituyen la problemática del *locus classicus*, y de un modo implícito de entender el duelo, pues de manera general dicho concepto apunta, fundamentalmente a lo biológico, al mantenimiento de la vida y a la actividad común con los demás. La vida, la pluralidad y la diversidad poseen campos propios de

---

<sup>22</sup> Conversación con Günter Gaus, en *Ensayos de comprensión 1930-1954*, 2005, p. 19.

## A modo de conclusión

entendimiento y de realización, de modo que el ámbito en que se despliega lo que hacemos en la vida, cómo construimos el mundo y la acción variada y diversa de la pluralidad de los individuos configuran un movimiento vital que sólo cesa con la muerte.

Nuestra intención –a través de tal comprensión– es aprehender lo más notable del ser humano, aquello que resulta social y humanamente relevante, lo cual conlleva que resignifiquemos la categoría de “la acción” como condición que nos determina como seres plenamente humanos en tanto libres. Y es en tal apuesta en donde está el sentido de la configuración de ese elemento tan valioso y humano: “lo social”, que nos acerca las respuestas construidas culturalmente a lo largo del proceso de duelo de los padres en aras de una comprensión que manifiesta “el pensamiento”, un constructo teórico fuertemente subversivo cuando nos acerca significados no congruentes con nuestra sociedad o cultura, y que puede resultar incómodo a los demás, pues nos aleja de las ideologías y nos hace desconfiar de algunos enfoques teóricos que funcionan como tendencias o ismos.

No se trata de quedarnos en ese pasado, sino que desde el presente, los padres recuperan el pasado y, con ello, retoman los recursos de una tradición perdida que mediante la reflexión crítica sobre su historia individual y compartida, construye un proceso que articula el recuerdo y la memoria.

Hemos realizado un recorrido compartido por el proceso y por todos y cada uno de estos conceptos que están ubicados en la línea de flotación de la vida y, a los que no son ajenos los padres: del hacer y el ser, del descanso y el acto y en el que sobrados pensadores se sitúan a mitad

## A modo de conclusión

de camino, entre uno y otro. Me gusta pensar que podemos permitirnos zigzaguear entre ambos polos que no son opuestos sino complementarios. Marcados por la música de la vida y las biografías de los individuos, enmarcadas en unos ritmos personales en el que ellos son los protagonistas y deciden y, en el que la música y la letra van de la mano configurando la que es la canción de sus vidas, mientras aspiran a sentir de nuevo lo que dice grácilmente Violeta Parra cuando nos canta que hemos de darle gracias... a la vida:

Gracias a la vida que me ha dado tanto  
Me dio dos luceros que cuando los abro  
Perfecto distingo lo negro del blanco  
Y en el alto cielo su fondo estrellado  
Y en las multitudes el hombre que yo amo.

Gracias a la vida que me ha dado tanto  
Me ha dado el sonido y el abecedario  
Con él las palabras que pienso y declaro  
Madre amigo hermano y luz alumbrando,  
La ruta del alma del que estoy amando.

Gracias a la vida que me ha dado tanto  
Me ha dado la marcha de mis pies cansados  
Con ellos anduve ciudades y charcos,  
Playas y desiertos montañas y llanos  
Y la casa tuya, tu calle y tu patio.

Gracias a la vida que me ha dado tanto  
Me dio el corazón que agita su marco  
Cuando miro el fruto del cerebro humano,  
Cuando miro al bueno tan lejos del malo,  
Cuando miro al fondo de tus ojos claros.

Gracias a la vida que me ha dado tanto  
Me ha dado la risa y me ha dado el llanto,  
Así yo distingo dicha de quebranto  
Los dos materiales que forman mi canto

## A modo de conclusión

Y el canto de ustedes que es el mismo canto  
Y el canto de todos que es mi propio canto.

Gracias a la vida  
Gracias a la vida  
Gracias a la vida  
Gracias a la vida.



Treinta radios convergen en el buje de una rueda,  
y es ese espacio vacío lo que permite al carro cumplir su  
función.

Modelando el barro se hacen los recipientes,  
y es su espacio vacío lo que les hace útiles.

Puertas y ventanas se abren en las paredes de una casa,  
y es el espacio vacío lo que permite que la casa pueda ser  
habitada.

Lo que existe sirve para ser poseído.

Lo que no existe sirve para cumplir una función.

Lao Tse, *Tao Te Ching*, XI



## Referencias bibliográficas

### Referencias bibliográficas

Arendt, H. ([1958] 1974). *La condición humana*. Barcelona: Seix Barral.

Arendt, H. ([1961] 1996). La crisis en la cultura: su significado político y social. En *Entre pasado y futuro: ocho ejercicios sobre la reflexión política*, Barcelona: Ediciones Península.

Arendt, H. (2005). *Ensayos de comprensión 1930-1954*, Madrid: Caparrós Editores.

Arnold, J., Gemma, P. B. (2008). The continuing process of parental grief. *Death Studies*, 32, 658-673.

Attig, T. (1996). *How we grieve. Relearning the world*. Oxford: Oxford University Press.

Attig, T. (2004). Meanings of death seen through the lens of grieving. *Death Studies*, 28, 341-360.

Auge, M. (2000). *Los no lugares. Espacios del anonimato*. Barcelona. Gedisa Editorial.

Balk, D. E. (2008). A modest proposal about bereavement and recovery. *Death Studies*, 32(1), 84-93.

Barthes, R. (2001). *La torre Eiffel. Textos sobre la imagen*. Barcelona: Paidós Comunicación.

Bastide, R. (1972). *El sueño el trance y la locura*. Buenos Aires: Amorrortu.

Baudrillard, J. (1980). *El intercambio simbólico y la muerte*. Caracas: Monte Ávila.

Becker, S. H.; Knudson, R. M. (2003). Visions of the death: Imagination and mourning. *Death Studies*, 27, 691-716.

Bennett, G., Bennett, K. M. (2000). The presence of the dead: an empirical study. *Mortality*, 5, 139-157.

Bennett, K. M. (1977). Widowhood in elderly women: the medium- and long-term effects on mental and physical health. *Mortality*, 2, 137-148.

Bennett, K. M. (1998). Longitudinal changes in mental and physical health among elderly, recently widowed men. *Mortality*, 3, 265-274.

## Referencias bibliográficas

- Bloch, M., Parry, J. (Ed.) (1982). *Introduction: Death and regeneration of life*. Cambridge: University Press.
- Bonanno, G. A., Wortman, C. B., & Nesse, R. M. (2004). Prospective patterns of resilience and maladjustment during widowhood. *Psychology and Aging, 19*, 260-271.
- Bonanno, G.; Boerner, K.; Wortman, C.B. (2008). *Trajectories of grieving*. En M. S. Stroebe, R. O. Hansson, W. Stroebe y H. Schut (Eds.), *Handbook of bereavement research and practice*, pp. 287-307. Washington, DC: American Psychological Association.
- Bowlby, J. (1998). *El apego y la pérdida 1*. Barcelona: Paidós.
- Breton, A. ([1932] 2006). *Los vasos comunicantes*. Madrid: Ediciones Siruela.
- Bruner, J. ([1990] 2006). *Actos de significado. Más allá de la revolución cognitiva*. Madrid: Alianza Editorial.
- Bryant, C. D. (Ed.) (2003). *Handbook of Death & Dying*. London, New Delhi: Sage Publication.
- Cassirer, E. (1945). *Antropología filosófica*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Castro, M. (2009). *Volver a vivir. Diario del primer año después de la muerte de un hijo*. Barcelona: Integral.
- Cook, A. S., Oltjenbruns, K. A. (1989). *Dying and grieving: lifespan and family perspectives*. Chicago: Holt, Rinehart and Winston.
- Cyrulnik, B. (2003). *El murmullo de los fantasmas. Volver a la vida después de un trauma*. Barcelona: Gedisa Editorial.
- Cyrulnik, B. (2005). *Bajo el signo del vínculo. Una historia natural del apego*. Barcelona: Gedisa Editorial.
- Cyrulnik, B. (2006). *El amor que nos cura*. Barcelona: Gedisa Editorial.
- Cyrulnik, B. (2007). *De cuerpo y alma. Neuronas y afectos: la conquista del bienestar*. Barcelona: Gedisa Editorial.
- Cyrulnik, B. (2008). *Los patitos feos. La resiliencia: una infancia infeliz no determina la vida*. Barcelona: Gedisa Editorial.

## Referencias bibliográficas

- Cyrulnik, B. (2009). *Autobiografía de un espantapájaros. Testimonios de resiliencia: el retorno a la vida*. Barcelona: Gedisa Editorial.
- Cyrulnik, B. (2011). *Morirse de vergüenza. El miedo a la mirada del otro*. Barcelona: Gedisa Editorial.
- Davies, B., Spinetta, J., Martinson, I., Kulenkamp, E. (1986). Manifestations of levels of functioning in grieving families. *Journal of Family Issues*, 7, 297-313.
- Delage, M. (2010). *La resiliencia familiar. El nicho familiar y la superación de las heridas*. Barcelona. Gedisa editorial.
- Delisle-Lapierre, I. (1986). *Vivir el morir. De la relación asistencial a los cuidados paliativos*. Madrid: Ediciones Paulinas.
- De Vries, B., Davis, C.G., Wortman, C.B., Lehman, D. R. (1997). Long-term psychological and somatic consequences of later life parental bereavement. *Omega*, 35, 97-117.
- Delage, M. (2010). *La resiliencia familiar*. Barcelona: Gedisa Editorial.
- Deslauriers, G. (2003). Deuil et suicide. Morts et deuils, *Études sur la mort*, 123, 83-83. París: L'Esprit du temps.
- Douglas, M. ([1970] 1978). *Símbolos naturales*. Madrid: Alianza Editorial.
- Epstein, R., Kalus, C., Berger, M. (2006). The continuing bond of the bereaved towards the deceased and adjustment to loss. *Mortality*, 11, 253-269.
- Ferrucci, P. (2009). *Belleza para sanar el alma*. Barcelona: Urano.
- Field, N. P.; Gao, B. I.; Paderna, L. (2005). Continuing bonds in bereavement: An attachment theory based perspective. *Death studies*, 29, 277-299.
- Field, N. P.; Gao, B. I.; Paderna, L. (2005). Continuing bonds in bereavement: An attachment theory based perspective. *Death studies*, 29, 277-299.
- Finnergan, R. (1969). How to do things with words: Performative utterances among the Limba of Sierra Leone. *Man*, 4(4), 537-552.

## Referencias bibliográficas

- Frankl, V. ([1946] 1991). *El hombre en busca de sentido*. Barcelona: Editorial Herder.
- Freeman, A., White, B. (2002). Dreams and the dream image: Using dreams in cognitive therapy. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 16, 39-53.
- Freud, S. ([1917] 1973). *Duelo y melancolía*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Gabilondo, A. (2003). *Mortal de necesidad. La filosofía, la salud y la muerte*. Madrid: Abada Editores.
- Galanti, G. (1997). *Caring for Patients From Different Cultures*. 2nd ed. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- García, A.M. (Ed.) (2002). *Sobre el morir y la muerte*. Santa Cruz de Tenerife: Máster Universitario en cuidados al final de la vida. Universidad de La Laguna.
- García, A. M. (2005). Sueños y muerte en los miembros de la comunidad baha'i de las islas canarias. *Revista de la Asociación de Antropólogos Iberoamericanos en Red - AIBR*, Marzo-abril, 40.
- García, A. M. (2007). *Duelo y significados*. En W. Astudillo, A. Ispizua, A. Orbegozo (Eds.), *Acompañamiento en el duelo y Medicina Paliativa*, pp. 117-134. San Sebastián: Sociedad Vasca de Cuidados Paliativos.
- García, A. M. (2007). *La pérdida de un hijo y la búsqueda de significado: Reescribiendo historias de pérdida y de dolor*. En W. Astudillo, A. Ispizua, A. Orbegozo (Eds.), *Acompañamiento en el duelo y Medicina Paliativa*, pp. 133-156. San Sebastián: Sociedad Vasca de Cuidados Paliativos.
- García, A. M. (2008). Continuidad de lazos entre madres y padres y sus hijos fallecidos. Experiencia con padres participantes en un grupo de duelo. *Revista de Enfermería ENE*, 3, 34-44.
- García, A. M. (2008). Muerte prematura vs. muerte del prematuro: La evitación de la muerte prematura y la búsqueda de una muerte tranquila en la UCI-pediátrica del Hospital Universitario de Canarias. Una experiencia formativa en la práctica. *Revista de Enfermería ENE* 2, 52-73.

## Referencias bibliográficas

- García, A. M. (2010). *Vivir el duelo. La experiencia de perder un hijo*. Tenerife: Ediciones Idea.
- García, A. M. (2011). Repertorios de objetos evocadores de recuerdos en padres y madres que perdieron hijos. *Revista Atlántida*, 3, 35-51. Tenerife: Universidad de la Laguna.
- García, A. M. (2012). *La pérdida y el duelo. Una experiencia compartida*. España: Editor Bubok Publishing S. L.
- García, A. M.; Rodríguez, M. (2007). En torno al duelo y sus significados. *Tánato's. Revista de la Sociedad Española e Internacional de Tanatología*, 10, 14-22.
- García-Vega, L. (2010). *Análisis psichistórico de la obra de Martin E. P. Seligman*. Tesis doctoral. Madrid: Universidad Complutense de Madrid.
- Gennep, A. ([1909] 1986). *Los ritos de paso*. Madrid: Taurus.
- Gibson, M. (2006). Melancholy objects. *Mortality*, 4(286), 299.
- Giddens, A. (1991). *Modernity and self-identity*. Cambridge: Polity Press.
- Gorer, G. (1965). *Death, grief and mourning in contemporary Britain*. London: Cresset Press.
- Gottlieb, L. N., Lang, A., Amsel, R. (1996). The long-term effects of grief on marital intimacy following an infant's death. *Omega*, 33, 1-19.
- Hanks, W. F. (1996). *Languages & communicative practices*. Boulder, CO: Westview Press.
- Heidegger, M. (1974). *El ser y el tiempo*. 5ª Edición, México: Fondo de Cultura Económica.
- Herrero, O., Botella, L. (2002). *La pérdida del paraíso: Efectos y reconstrucción en un caso de duelo*. En A. M. Heward, W.L. y Orlansky, M.D. (1992). *Programas de Educación Especial I y II*. Barcelona. CEAC.
- Heward, W.L. William L. (2011). *Niños Excepcionales. Una Introducción a la Educación*. 6ª Ed. Prentice Hall.
- Heward, W.L. William L. Espinosa, M.A., Jockl, A. (1998). *Niños excepcionales*. 5ª Ed. Madrid: Prentice-Hall.

## Referencias bibliográficas

- Hussein, H.; Oyebode, J. R. (2009). Influences of religion and culture on continuing bonds in a sample of British Muslims of Pakistani origin. *Death Studies*, 33(10), 890-912.
- Jankélevitch, V. (2002). *La muerte*. Valencia: Pre-Textos.
- Janoff-Bulman, R. (1992). *Shattered assumptions. Towards a new psychology of trauma*. New York: The Free Press.
- Jucevic, S., Urlic, I. (2002). Linking objects in the process of mourning for sons disappeared in war: Croatia 2001. *Croatia Medical Journal*, 43(2), 234-239.
- Klass, D. (1986-1987). Marriage and divorce among bereaved parents in a self-help group. *Omega*, 17, 237-249.
- Klass, D. (1999). *The spiritual live of bereavement parents*. Philadelphia: Taylor & Francis.
- Klass, D. (2006). Continuing conversation about continuing bonds. *Death Studies*, 30(9), 843-858.
- Klass, D., Marwit, S. J. (1988-1989). Toward a model of parental grief. *Omega*, 19, 31-50.
- Klass, D., Silverman, P. R., Nickman, S. (1996). *Continuing bonds: New understandings of grief*. Washington, DC: Taylor & Francis.
- LaGrand, L. E. (1999). *Messages and miracles: Extraordinary experiences of the bereaved*. USA: Llewellyn Publications.
- Lahman, M. K. (2009). Dreams of my daughter: An ectopic pregnancy. *Qualitative Health Research*, 19(2), 272-278.
- Leach, E. (1978). *Cultura y comunicación. La lógica de la conexión de los símbolos*. Madrid: Siglo XXI.
- Lévinas, E. (1961) *Totalité et infini*, LaHaya, Martinus Hijhoff (vers. cast.) (1977) *Totalidad e infinito*, Salamanca, Sigueme.
- Lévinas, E. (1994). *Dios, la muerte y el tiempo*. Madrid: Cátedra.
- Lévi-Strauss, C. ([1962] 2002). *El pensamiento salvaje*. Madrid: Fondo de Cultura Económica.
- Lévy-Bruhl, L. (1952). A letter to E. E. Evans-Pritchard. *British Journal of Sociology*, III (2), 117-123.

## Referencias bibliográficas

- Londoño, O. L. (2006). *El lugar y el no-lugar para la muerte y su duelo*. Facultad de Artes. Bogotá: Universidad Nacional de Colombia.
- Lundin, T. (1987). The stress of unexpected bereavement. *Stress Medicine*, 3, 109-114.
- Malkinson, R., Bar-Tur, L. (2000). The aging of grief: Parent's grieving of Israeli soldiers. *Journal of Personal and Interpersonal Loss*, 5(2-3), 247-262.
- Marris, P. (1974). *Loss and change*. London: Routledge & Kegan Paul.
- Mèlich, J-C. (2010). *Ética de la compasión*. Barcelona: Herder.
- Merleau-Ponty, M. (1977). *El ojo y el espíritu*. Buenos Aires: Paidós.
- Middleton, W., Raphael, B., Burnett, P., Martinek, N. (1998). A longitudinal study comparing bereavement phenomena in recently bereaved spouses, adult children and parents. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 32, 235-241.
- Morin, E. (2011). *La vía: Para el futuro de la humanidad*. Barcelona: Paidós Ibérica.
- Moos, N. (1995). An integrative model of grief. *Death Studies*, 19, 337-364.
- Neimeyer, R. A. (2001). *Meaning reconstruction and the experience of loss*. Washington, D. C.: American Psychological Association.
- Neimeyer, R. A. (2002a). *Lessons of loss: A guide to coping* (2ª Ed.). New York: Brunner Routledge.
- Neimeyer, R. A. (2002b). *Aprender de la pérdida. Una guía para afrontar el duelo*. Barcelona. Paidós.
- Neimeyer, R. A., Baldwin, S. A., Gillies, J. (2006). Continuing bonds and reconstructing meaning: Mitigating complications in bereavement. *Death Studies*, 30 (8), 715-738.
- Nelson, B. J., Frantz, T. T. (1996). Family interactions of suicide survivors and survivors of non-suicidal death. *Omega*, 33, 131-146.

## Referencias bibliográficas

- Nietzsche, F. (2004). *El crepúsculo de los ídolos*. (Trad. A. Sánchez Pascual). Madrid: Ed. Alianza.
- Packman, W., Horsley, H., Davies, B., Kramer, R. (2006). Sibling bereavement and continuing bonds. *Death Studies*, 30(9), 817-841.
- Parkes, C.M. (2001). *Bereavement: Studies of grief in adult life*, 3ª ed. Philadelphia: Taylor & Francis.
- Payás, A. (2011). *Las tareas del duelo. Psicoterapia del duelo desde un modelo integrativo-relacional*. Madrid: Paidós.
- Platón (1962). *La República*. Buenos Aires: Editorial Espasa Calpe.
- Platón (1992). *Filebo*, en *Platonis Opera*, t. II, St II, 11a-67b, pp. 57-149. Trad. cast. Diálogos VI. Madrid: Gredos, pp. 21-124.
- Poletti, R., Dobbs, B. (2004). *Cómo CRECER a Través del Duelo*. Barcelona: Ediciones Obelisco.
- Radcliffe-Brown, A. R. ([1922] 1964). *The andamian islanders*. Cambridge: The Free Press Glencoe.
- Rancière, J. (2004). *Malaise dans l'esthétique*. París: Galilée.
- Rando, T.A. (1991). Parental adjustment to the loss of a child. En D. Papadatou y C. Papadatos (Eds.), *Children and death*, pp. 233-253. New York: Hemisphere Publishing.
- Rappaport, R. A. (1979). *Ecology, meaning and religion*. California: Richmond, North American Books.
- Ray, B. (1976). Performative utterances in Africa rituals. *History of Religions*, 13(1), 16-35.
- Reguillo, R. (1996). *La construcción simbólica de la ciudad*. México: Universidad Iberoamericana A. C.
- Riches, G., Dawson, P. (1996a). Communities of feeling: the culture of bereaved parents. *Mortality*, 1, 143-161.
- Riches, G., Dawson, P. (1996b). Making stories and taking stories: methodological reflections on researching grief and marital tension following the death of a child. *British Journal of Guidance and Counselling*, 24, 357-365.

## Referencias bibliográficas

- Riches, G., Dawson, P. (1998). Lost children, living memories: the role of photographs in processes of grief and adjustment among bereaved parents. *Death Studies*, 22, 121-140.
- Robinson, T., Marwit, S. J. (2006). An investigation of the relationship of personality, coping, and grief intensity among bereaved mothers. *Grief Studies*, 30, 677-696.
- Rogers, C. (1987). *Grupos de encuentro*. Buenos Aires: Amorrortu Editores.
- Rosenblatt, P.C. (2000). *Help your marriage survive the death of a child*. Philadelphia: University Press.
- Rostain, M. (2012). *El hijo*. Madrid: La esfera de los Libros.
- Sapir, E. (1969). *Culture. Anthropologie* (Ed.). Paris: Les editions de Minuit.
- Schumacher, J. D. (1984). Helping children cope with a sibling's death. In J. C. Hansen & T. Frantz (Eds.), *Death and grief in the family* (pp. 82-94). Rockville, MD: Aspen.
- Serrano, F. (2005). *Días distintos*. Valencia: Martín impresores.
- Shuchter, S. R.; Zisook, S. (1986). Treatment of spousal bereavement: A multidimensional approach. *Psychiatric Annals*, 16, 295-305.
- Silverman, P. R., Nickman, S. L. (1966). *Continuing bonds: New understanding of grief*. Washington, DC.: Taylor & Francis.
- Sloterdijh, P. (2004). *Esferas II, Globos*. Madrid: Editorial Siruela.
- Steiner, G. (2007). *Diez (posibles) razones para la tristeza del pensamiento*. Madrid: Ediciones Siruela.
- Stroebe, M. S.; Schut, H. (2005). Complicated grief: A conceptual analysis of the field. *Omega*, 52, 53-70.
- Tambiah, S. J. (1979). *A performative approach to ritual*. Oxford: Oxford University Press.
- Timmermans, S. (1994). Dying of awareness: the theory of awareness contexts revisited. *Sociology of Health & Illness*, 16, 322-339.
- Tse, L. (2002). *Tao Te Ching*. Barcelona: RBA Libros.

## Referencias bibliográficas

- Turner, V. W. ([1967] 1999). *La selva de los símbolos* (3ª Ed.). Madrid: Siglo XXI de España Editores.
- Turner, V. W. ([1969] 1988). *El proceso ritual: Estructura y antiestructura*. Madrid: Taurus.
- Valles, R. (2010). *Palabras para el recuerdo*. Albacete. [www.rosavalles.es](http://www.rosavalles.es)
- Varela, F. J., Thompson, E., Rosch, E. (2005). *De cuerpo presente. Las ciencias cognitivas y la experiencia humana*. (3ª Reimpr.) Barcelona: Gedisa Editorial.
- Videka-Sherman, L. (1982). Coping with the death of a child. *American Journal of Orthopsychiatry*, 52, 688-698.
- Volkan V. D. (1979). Typical findings in pathological grief. *Psychiat Quart*, 44:231-50.
- Volkan, V. D. (1972). The linking objects of pathological mourners. *Arch. Gen. Psychiatry*, 27, 215-221.
- Volkan, V. D. (1981). *Linking objects and linking phenomena: A study of the forms, symptoms, metapsychology, and therapy of complicated mourning*. New York: International Universities Press.
- Volkan, V. D. (1985). Complicated mourning. *Annual of Psychoanalysis*, 12, 323-348.
- Walter, T. (1996). A new model of grief: bereavement and biography. *Mortality*, 1, 7-25.
- Walter, T. (2009). Grief and separation of home and work. *Death Studies*, 33, 402-410.
- Wijngaards-de Meij, L., Stroebe, M. S., Schut, H. (2005). Couples at risk following the death of their child: Predictors of grief versus depression. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 73, 617-623.
- Worden, J. W. (1991). *Grief counselling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner* (2ª Ed.). Nueva York: Routledge.
- Worden, J. W. (2009). *Grief counselling and grief therapy. A handbook for the mental health practitioner* (4ª Ed.). New York: Springer Publishing Company.

## Referencias bibliográficas

Worden, J. W., Monahan, J. (2001). Caring for bereaved parents. In A. Armstrong-Daily y S. Goltzer (Eds.), *Hospice care for children* (2ª ed., pp. 137–156). New York: Oxford University Press.

Worden, J. W. (2010). *El tratamiento del duelo. Asesoramiento psicológico y terapia*. Madrid: Paidós.

Worgul, G. S. (1980). *From Magic to Metaphor. A Validation of Christian Sacraments*. New York: Paulist.

Wray, T. J., Price, A. B. (2005). *Grief dreams: How they help us heal after the death of a loved one*. USA: Wiley. Hardcover.



*Tempus Fugit, carpe diem et memento mori*  
[El tiempo vuela, vive el momento y recuerda que  
morirás]





ISBN 978-84-686-2218-7



9 788468 622187 >

# El duelo

Un espacio intermedio  
de aprendizaje  
en la vida

El presente libro es el segundo de una trilogía sobre el duelo que incorpora referentes a investigaciones además de experiencias vividas en primera persona por personas en duelo, fundamentalmente padres que perdieron hijos, pues busca ampliar nuestras perspectivas en el entendimiento del duelo que nos permita comprender dichas historias desde el acercamiento a la subjetividad del ser humano, al morir y la muerte de su hijo y a su fenomenología. De modo que entendamos que los dolientes necesitan reconciliarse con un mundo al que han nacido de nuevo, y en el que permanecerán como un extraño si no son capaces de dar sentido a lo sucedido. Una búsqueda de sentido que se logra gracias al intento de dar comprensión de lo que acontece desde la necesidad de armonizarnos con nosotros y con el mundo, mediante el amor a nuestro ser querido y al mundo.