

Recibido: 8/11/2017

Aceptado: 14/1/2018

Duelos y cuerpos: sobre vulnerabilidad y vínculos

Rubén Zukerfeld

Sociedad Argentina de Psicoanálisis

Asociación Psicoanalítica Argentina

RESUMEN

Se describen en esta presentación algunos aspectos del trabajo de duelo diferenciando las cualidades de las pérdidas, su origen, y en especial la participación somática en estos procesos. Se plantea parafraseando la fórmula freudiana de la melancolía, que en el duelo normal el sentido del trabajo permite que la luz del objeto caiga sobre el Yo.

Se realiza un elogio de la tristeza y se diferencian los duelos en/sobre el cuerpo donde el cuerpo llora lo no llorado, de los duelos desde el cuerpo, herido por la no aceptación de los ciclos naturales y finalmente el problema de los duelos sin cuerpo, propio de los efectos del trauma social.

ABSTRACT

Some aspects of mourning work are described in this presentation, differentiating the qualities of the losses, their origin, and especially the somatic participation in these processes. Paraphrasing the Freudian formula of melancholy, in normal grief the meaning of work allows the light of the object to fall on the Ego.

A compliment of the sadness is made, and the mourning work are differentiated in/on the body where the body cries the not cried, of the mourning from the body, hurt by the non-acceptance of natural cycles, and finally the problem of mourning without bodies, typical of the effects of social trauma.

DESCRIPTORES: CUERPO - DUELO - VÍNCULOS - SOSTÉN - SOMATIZACIÓN.

KEYWORDS: BODY - MOURNING - BOND - SUPPORT - SOMATIZATION.

Duelos y cuerpos: sobre vulnerabilidad y vínculos

Sólo aquello que se ha ido es lo que nos pertenece.

Jorge Luis Borges

1. Introducción

1.1. El duelo constituye la tramitación psíquica normal de una pérdida que en determinadas condiciones puede adquirir características patológicas, como han sido descritas por Freud en su famoso trabajo de 1917 *Duelo y Melancolía*. Aslan (2003) señala que el término no figura en el diccionario de Laplanche y Pontalis (1972). Pero justamente es importante remarcar que allí figura como *trabajo* de duelo (p. 457) lo que alude a una dinámica y una economía psíquica producida por la pérdida. Esta genera un conglomerado de reacciones de llanto, aislamiento o búsqueda de compañía, sentimientos que incluyen angustia, culpa, tristeza, enojo y comportamientos variados de acuerdo al contexto cultural o microcultural donde se haya producido la pérdida. Desde Freud a nuestros días se tiende a diferenciar si dicha pérdida es objetal o narcisista¹ e incluye tanto personas como ideas, valores o bienes, objetos reales o imaginarios. Y también se ha remarcado si la pérdida es del objeto o de una parte del Yo. El trabajo freudiano se ocupa mucho más –y con modestia científica– de la melancolía, es decir de la gran patología. Si bien –como señalamos– las pérdidas son variadas en sus características y efectos, Freud y muchos trabajos posteriores la asumen como la muerte de un ser querido ambivalencias mediante.

1.2. La pérdida siempre tiene un efecto disruptivo donde el objeto ausente es o no percibido como tal y sufre la triple vicisitud del recuerdo: es puesto en palabras, es reprimido y tal vez resignificado y algo de él queda escindido mudo o expresado en acto o en el soma. Como señala Winograd (2005): “el procesamiento de las pérdidas es uno de los aportes más interesantes que Freud y el psicoanálisis han hecho a la comprensión de ciertos fenómenos psíquicos y sin embargo en gran parte de las elaboraciones teórico-clínicas [...] no se lo suele jerarquizar, quizá porque se lo da por sentado como si fuese un concepto obvio” (pp. 70-71). Es también de destacar que el término ha sido usado para referirse a procesos inconscientes evolutivos como lo descripto en la adolescencia nor-

¹ En realidad –a nuestro modo de ver– la pérdida es siempre objetal y narcisista.

mal por Aberastury y Knobel (1971) cuando se refieren al duelo por el cuerpo infantil, por el rol e identidad infantiles y por los padres de la infancia. Aquí lo que se juega es más bien la necesidad de renuncia que implica primero una etapa de hacer consciente dichas pérdidas. Pero parafraseando la idea que toda demanda en definitiva es de amor, toda pérdida –en última instancia– es de sostén afectivo.

Por otra parte, en el uso psicoanalítico habitual, la noción de trabajo sobreentiende el adjetivo psíquico, pero en esta presentación partimos del hecho que trabajar-elaborar implica una dinámica que incluye siempre el cuerpo de distintas formas.

En este sentido conviene diferenciar por un lado los duelos que involucran al cuerpo, con el cuerpo mismo como central generadora de duelos. Es importante señalar que en el primer caso son diferentes los fenómenos somáticos correlativos al trabajo de duelo, de la posibilidad de manifestaciones somáticas derivadas justamente de la imposibilidad de realizar dicho trabajo.

El objetivo de esta presentación es entonces precisar algunos aspectos del trabajo de duelo diferenciando las cualidades de las pérdidas, su origen, las dificultades concomitantes y en especial la participación somática en estos procesos.

2. Elogio de la tristeza

2.1. El sentimiento central que define el duelo llamado normal es la tristeza. Su presencia implica que ha comenzado el trabajo de duelo. El sollozo y el llanto son las manifestaciones corporales que la acompañan con mayor o menor angustia, junto con la disminución del tono vital. Cuando la pérdida es previsible el trabajo empieza antes que cuando esta es inesperada. Kubler Roos (1973) clásicamente ha descripto las etapas de negación, ira, negociación, tristeza y aceptación. Estas dos últimas etapas corresponden a lo que se entiende como trabajo de duelo normal donde la aceptación no implica olvido.

Desde el punto de vista metapsicológico y parafraseando la fórmula freudiana de la melancolía se puede afirmar que en el duelo normal el sentido del trabajo permite que la *luz del objeto caiga sobre el Yo*. ¿Qué significa esto? El trabajo de duelo es el que puede generar que el objeto perdido –con las oscilaciones del caso– ilumine al Yo vía identificación con los aspectos *valiosos* de lo perdido y con una relación con el objeto incluido en una tramitación realista

y/o dándole atribuciones protectoras. En esas condiciones la tristeza es un sentimiento sin angustia y eventualmente con nostalgia. En este sentido este proceso es diferente del que se ha postulado tradicionalmente como “matar al muerto”. Posiblemente esto sea necesario cuando el objeto ha devenido persecutorio y predomine una disminución de recursos yoicos típica del duelo patológico.

2.2. Adversidad como pérdida

La medicina y la psicología general y en particular la teoría del stress desde Selye al día de hoy, se han interesado en delimitar la prevalencia y eficacia patogénica de diversos eventos vitales que devienen estresores. Así fue que Holmes y Rahe en 1961 diseñan su famosa tabla de factores de stress con puntuaciones valorativas. Los cinco primeros factores en efectividad patogénica implican procesos de duelo y son en orden: muerte del cónyuge (100), divorcio (73), separación matrimonial (65), encarcelamiento (63) y muerte de un familiar cercano (63). Si se observa son todas pérdidas y cuatro de ellas específicamente de vínculos significativos. De aquí la importancia de tener en cuenta cuatro evidencias clínicas:

- a) Toda pérdida es una adversidad pero no toda adversidad es una pérdida. La pérdida puede ser natural o disruptiva.
- b) Frente a la pérdida se hace o no un trabajo psíquico y somático singular que depende de la atribución a lo perdido, su momento, su magnitud y las características del ámbito familiar y cultural del sujeto.
- c) El vínculo preexistente con lo perdido influye decisivamente en el trabajo de duelo en tanto predominio narcisista u objetal y características de la ambivalencia. En la medida que en el trabajo se resuelva dicha ambivalencia se puede generar inclusive la posibilidad de ser sostenido por el muerto.
- d) El ambiente familiar-cultural y la percepción de sostén son los determinantes mayores en el trabajo de duelo.

La pérdida en tanto adversidad tiene aspectos procesables o tramitables, y aspectos no procesables en primera instancia (lo escindido). En segunda instancia estos últimos aspectos también pueden ser procesados acorde al potencial heurístico inconsciente en contacto con vínculos significativos. Esto implica que gran parte de las diferencias en el trabajo de duelo dependen de la citada atribución,

de la modalidad de afrontamiento y en especial del grado de sostén vincular.

Los fracasos en este procesamiento implican el predominio de aspectos escindidos que generan una condición que entendemos vulnerable. Desde este punto de vista creo importante tener en cuenta el valor de esta noción como una categoría que alude a la probabilidad de respuestas disfuncionales somáticas y comportamentales frente a factores de adversidad entre las que se encuentran en especial pérdidas inesperadas o antinaturales. En esas condiciones existen sujetos que enferman más fácilmente que otros o que padeciendo una enfermedad tienen más complicaciones o responden peor a las intervenciones terapéuticas.

El trabajo clínico y distintos programas de investigación han jerarquizado que el trabajo de duelo puede finalizar con una suerte de recuperación de la homeostasis psicosomática, es decir la vuelta a un estado anterior a la pérdida o pueden evolucionar hacia transformaciones asociadas a lo que entendemos como desarrollos resilientes. Esto depende en especial de *las características históricas y actuales de la red de vínculos intersubjetivos con su valor de sostén e identificador* portador de los ideales culturales dominantes². *Por otra parte lo que entendemos como vulnerabilidad es una condición inespecífica porque no determina desarrollo hacia tal o cual patología.* (Zukerfeld & Zonis Zukerfeld, 2006). Consiste en realidad en un potencial que puede manifestarse en concurrencia o no con factores de tres órdenes diferentes: aquellos que modernamente se describen como *biológicos* (incluyen lo genético, lo congénito y lo adquirido en el primer año de vida), los que hemos definido como ideales culturales dominantes y los que la medicina actual considera *hábitos* saludables.

3. Duelos y cuerpo

a) Duelos en/sobre el cuerpo: crítica de la sustitución lineal (“un clavo saca otro clavo”)

Como señalamos anteriormente diferentes sucesos vitales tienen efectos variados sobre el psiquismo. Algunos de ellos constituyen pérdidas en el sentido de muerte y otras implican cambios significativos en vínculos y formas de vida. Pero en todos los casos existen efectos en/sobre el cuerpo que van desde los

² Se trataría a nuestro modo de ver de las *ofertas* que una determinada cultura realiza para *regular la autoestima* de sus integrantes. Adquieren distinta relevancia si son subjetivaciones vía Ideal del Yo o si se asimilan al Yo Ideal.

concomitantes a la ira y la tristeza hasta las vivencias de desamparo. En algunos casos la obstrucción del trabajo de duelo complica las respuestas somáticas habituales y el predominio de fenómenos de carga alostática³ facilita respuestas patológicas.

Caso N. o la ausencia de llanto.

La paciente N. sufre una separación conyugal porque su marido establece una nueva relación y la abandona. En una primera etapa la paciente –después de un corto período de negación– padece episodios de angustia e ira expresada de distintos modos, acompañada de trastornos gastrointestinales y alimentarios. Pero muy rápidamente –estimulada por un grupo de amigas– empieza a realizar múltiples salidas y hace uso de internet en busca de relaciones. Se analiza allí su herida narcisista pero en especial las dificultades en aceptar la pérdida. Nunca estuvo triste. En esta segunda etapa lo que era un colon irritable es diagnosticado como colitis ulcerosa.

La sustitución objetal en este caso es lineal (“un clavo...”) y existe una obstrucción evidente al trabajo de duelo. Y el cuerpo muestra las limitaciones que esto implica, pues pasa a ser un cuerpo que llora lo no llorado. Aquí conviene plantear la diferencia con la sustitución transformadora en la que ha habido un trabajo de duelo que permite la activación de potenciales inconscientes con desarrollo de la creatividad.

b) Duelos desde el cuerpo. Crítica de la perfección

Cuando el cuerpo está afectado por patología o por ciclos naturales que hieren ciertas modalidades narcisistas el cuerpo mismo es la central de la adversidad, es decir de la pérdida.

Caso E. o el desplazamiento de la pérdida

E. es un reconocido profesional, arquitecto, de 70 años que padece una insuficiencia hepática producto de una infección mal diagnosticada. En principio está deprimido con momentos de ira en especial porque su confianza en

³ El término alude al fracaso de los mecanismos de mantener la homeostasis, propios de la acumulación de factores estresantes, que pueden vincularse con la noción de “trauma acumulativo”.

un médico muy valorado se desmorona dado el error diagnóstico. En el análisis se trabaja sobre el efecto de esa idealización pero luego se empieza a percibir un aspecto escondido en la iatrogenia, que eran las limitaciones corporales que provenían sencillamente del envejecimiento, al ponerse en evidencia la autoidealización de la propia juventud. El duelo entonces adquiere dos aspectos: el vinculado con el evento disruptivo traumatogénico y el asociado a la vivencia de pérdida de un aspecto juvenil.

Aquí una pérdida disruptiva sirve de desplazamiento a otra pérdida que corresponde a un ciclo natural, que debido a características culturales que construyen subjetividades idealizantes de una juventud a la que se le atribuyen perfecciones físicas, morales e ideológicas, es negada.

c) Duelos sin cuerpo: alegato por la reparación social.

Las características disruptivas del fenómeno terrorismo de estado, desaparición forzada y genocidio poseen un potencial traumatogénico particular, en especial por lo que se entiende por duelo “especial” (Braun de Dunayevich y Pelento, 1991), imposible o congelado, en relación con los muertos sin sepultura.

Este daño es conocido en psicoanálisis como el efecto desarticulador de representaciones y afectos, y la imposibilidad de la inscripción del hecho disruptivo en una trama representacional, que pueda entonces ser transmitida en una narración. Aquí es donde el trabajo de duelo es prohibido o imposibilitado por factores independientes de las características del vínculo previo con el desaparecido. De todos modos este vínculo se pone en evidencia cuando en el proceso analítico se ponen en juego las particularidades del mismo. De allí que existen diferencias elaborativas entre vínculos fraternos, filiales, conyugales o amistosos, pero la *violación cultural* que implica la ausencia de cuerpo es arrasadora muchas veces de las diferencias citadas.

Caso S. o las pérdidas con otros

S... es una mujer de 53 años, ama de casa casada con cinco hijos, uno de los cuales es secuestrado y desaparecido por el terrorismo de Estado durante el período de la dictadura militar (1976-1983). Luego de todas las búsquedas que no dan resultado, se entera de la existencia de un grupo de mujeres que se reúnen los jueves para averiguar y reclamar por el destino de sus hijos. Su marido —que se había ocupado intensamente de hacer muchas averiguaciones, no concurre

asiduamente. En una primera etapa su fantasía es encontrarlo con vida para lo que le reserva en su heladera la comida que más le gustaba. Posteriormente –a medida que pasa el tiempo se va generando la idea de la muerte. Su marido padece una depresión de la que se recupera pero poco tiempo después padece un infarto del que no se recupere y muere. S. hace aquí un duelo con un cuerpo presente y construye su propio dispositivo de velar al desaparecido y a su marido, poniendo flores a ambos. Las de su hijo en una placa con su nombre en la sede de una facultad. Continúa en las rondas de los jueves y comienza a desarrollar actividades que nunca antes había realizado como estudio de idiomas, coros y aprendizaje de bailes e instrumentos musicales. Cuando se realizan los juicios al terrorismo de Estado se siente más aliviada y especialmente fortalecida y continua con sus duelos íntimos.

Braun (2015) en el 49° Congreso Internacional de Psicoanálisis, IPA 2015 presenta un trabajo sobre el valor fundamental de los juicios en la Argentina –entre otras cosas– porque “[...] la reparación social ofrece la posibilidad de socializar la culpa del sobreviviente”.

Y aquí surge la necesidad de deslindar en el concepto de reparación el aspecto de elaboración del duelo, como proceso individual, del reconocimiento del daño tanto por parte del Estado como de la sociedad en general, es decir la reparación social. (Carlisky, Zukerfeld, Zonis Zukerfeld et al, 2016).

La señora S. llega a sentir que el cuerpo inexistente de un hijo era llevado por los integrantes de las manifestaciones que portan sus fotos y que las condenas a represores incluían a los de su hijo.

La ausencia de un cuerpo querido que velar es un riesgo muchas veces para el propio cuerpo y aquí es donde los dispositivos de sostén adquieren su mayor relevancia creando un cuerpo colectivo que intente reparar esa ausencia.

Reflexiones finales

Tristeza no tiene fin, felicidad sí

Jobim & Vinciús

I don't have plans and schemes

And I don't have hopes and dreams

I don't have anything

Since I don't have you

And I don't have fond desires

And I don't have happy hours

I don't have anything

Since I don't have you

Guns N' Roses

La vida humana está llena de pérdidas lo que puede darle la razón a Jobim y Viniciús. Pero como hemos señalado, la tristeza no es el problema sino es parte de la resolución. Solo su atravesamiento es el que conlleva procesos mentales, somáticos y afectivos que permiten finalmente sustituciones transformadoras o si se quiere desarrollos resilientes, donde perduran las cicatrices del dolor pero donde ya no existe minusvalía. El sostén social es decisivo. En él se suele distinguir tres tipos de apoyos sociales: el emocional (sentirse querido o cuidado), el tangible (la ayuda concreta directa) y el informacional (brindar explicaciones o conocimiento). En todos los casos lo que importa son las vivencias subjetivas, por lo que preferimos usar el término de percepción *subjetiva* de sostén como un punto clave de los procesos elaborativos y transformadores. Pero las pérdidas en condiciones de ausencia de dicho sostén pueden multiplicarse ahora como pérdida de proyectos, de esperanzas, de sueños y de deseos como en la dramática queja de la canción.

Y aquí es interesante señalar lo que Freud le escribe a Marie Bonaparte en 1937 (citado por Aslan, 2003) cuando dice “[...] *espero que pronto se consolará usted de mi muerte y que me permitirá seguir viviendo en su recuerdo amistoso, la única clase de inmortalidad limitada que conozco*”. O sea una doble elaboración posible de la pérdida de la propia vida y del efecto de dicha pérdida en el otro.

Hemos planteado (Zukerfeld, R. & Zonis Zukerfeld, R., 2005) que la tarea terapéutica en el trabajo de duelo implica un ofrecimiento vincular que permita

el desarrollo creativo frente a la adversidad. En este proceso dentro del campo analítico es más importante cómo el analista escucha y se implica que cómo interviene.

Seguramente hay una particular hipérbole en la frase de Borges que es el epígrafe de este trabajo, donde lo perdido es lo que nos pertenece, pero el mensaje freudiano sobre la vitalidad del recuerdo amistoso es tal vez un consuelo limitado. Consuelo al fin propio de un trabajo de duelo completado que instala en nuestros cuerpos la clase de amor que es tener en quien pensar y sentirse pensado para poder seguir viviendo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aberastury, A. & Knobel, M. (1971). *La adolescencia normal: un enfoque psicoanalítico*. Buenos Aires: Paidós.
- Aslan, C. M. (2003). Psicoanálisis del duelo. *Revista de Psicoanálisis*, T. LX, 3, 705-725.
- Braun, J. (2015). Trauma colectivo y reparación social. Presentación en Panel “Trauma Colectivo y sus marcas en los tratamientos psicoanalíticos”. Congreso Internacional de Psicoanálisis, IPA, Boston, 2015.
- Braun de Dunayevich, J. y Pelento, M. L. (1991). Las vicisitudes de la pulsión de saber en ciertos duelos especiales. En Puget y Käes (comp.) *Violencia de estado y psicoanálisis*. Buenos Aires: Lumen.
- Carlisky, N., Zukerfeld, R., Zonis Zukerfeld, R., Calvo, A., Falcone, J., Frigerio, R., Pavón, M. y Rodríguez Rafaelli, N. (2016). Efectos reparatorios de los juicios al terrorismo de estado en Argentina. Premio Psicoanálisis y Libertad, FEPAL 2016. *Revista Calibán* (en prensa).
- Freud, S. (1917[1915]). Duelo y melancolía. En: *Obras Completas*, T. II. Madrid: Santiago Rueda.
- Garfrerik, B., Aldrige, W., Guns N’ Roses (1993) “Since I don’t have you”. Album.
- Holmes T, Rahe R. (1967). The social readjustment rating scales, *Journal Psychosom*, 11, pp. 213-218.

- Jobim, A.C. (1965). *The Wonderful World of Antonio Carlos Jobim*. Studio album. EE.UU.
- Kubler-Ross, E. (1973). *On death and dying* [Sobre la muerte y los moribundos]. Nueva York: Routledge.
- Laplanche, J. & Pontalis, J.B. (1971). *Diccionario de Psicoanálisis*. Barcelona: Labor.
- Winograd, B. (2005). *Depresión: ¿enfermedad o crisis?* Buenos Aires: Paidós.
- Zukerfeld, R. & Zonis Zukerfeld, R. (2016). *Procesos Terciarios: de la Vulnerabilidad a la Resiliencia*. Buenos Aires: Lugar.

