

AMOROSA SOLEDAD. PSICOANÁLISIS Y OTRAS VÍAS SOLIDARIAS PARA UN DUELO

AMOROSA SOLEDAD. PSICANÁLISE E OUTRAS VIAS SOLIDÁRIAS PARA UM LUTO

Valeria Mian
valeriamian@gmail.com

Para citar este artículo / Para citar este artigo / To reference this article
Mian V. (2022) AMOROSA SOLEDAD. PSICOANÁLISIS Y OTRAS VÍAS SOLIDARIAS
PARA UN DUELO Intercambio Psicoanalítico 13 (2), Creative Commons
Reconocimiento 4.0 Internacional (CC By 4.0)

AMOROSA SOLEDAD. PSICOANÁLISIS Y OTRAS VÍAS SOLIDARIAS PARA UN DUELO

Valeria Mian¹

1 Lic. en Psicología. Psicoanalista. Socia Activa AEAPG. Integrante de la Comisión Científica y del Grupo autogestivo “Encuentro con el Psicoanálisis Contemporáneo” de la AEAPG. Docente de Maestría y Especialización en AEAPG-UNLAM. Terapeuta del Equipo de Adolescentes y Adultos jóvenes del Centro de Investigación y Orientación Comunitaria “Dr. Arnaldo Rascovsky”. CABA. valeriamian@gmail.com

*Se alejó en su cuerpo,
me dejó en sus ropas.
Luchas sin calor,
sábana de sombra.
Se ausentó en su cuerpo.
Se quedó en sus ropas.*
(Miguel Hernández, 1958)

Resumen

Muchas veces se duda respecto de la posibilidad de analizar durante, o a partir de, un duelo reciente, vigente, actual o inminente. Partiendo de la consulta de Soledad, recientemente viuda, la autora va describiendo la función del análisis en los diferentes momentos de ese duelo tan particular. El texto gira en torno a una pregunta central: ¿en qué consiste el trabajo de análisis y en qué el trabajo de duelo? Muerte, ausencia, dolor, realidad, deseo, tiempo, humor y sublimación son algunos conceptos que irán delineando posibles respuestas.

Palabras claves

Dolor – Duelo – Humor – Psicoanálisis – Sublimación

A veces ronda en el aire un mito que dice que los analistas nos ocupamos de duelos pretéritos, aquellos no elaborados, congelados, constitutivos. Muchas más veces aún se duda respecto de la posibilidad de analizar durante, o a partir de, un duelo reciente, vigente, actual o inminente. Ahora bien, ¿en qué consiste el trabajo de análisis y en qué el trabajo de duelo? Para pensar acerca de estas cuestiones tomaremos un duelo particular, la viudez, duelo que es especialmente doloroso cuando alguien que ha muerto en una pareja era muy amado y el duelante ha sido muy amado a su vez. El cuerpo deseado ya no está. Ese cuerpo que alojaba, protegía, erotizaba no está. ¿Cómo inscribir esa ausencia?

Frente a la muerte de alguien tan amado es muy claro a quién se pierde pero el camino que se inicia es elaborar lo que se pierde. Si el duelo es un trabajo, el psicoanálisis halló un verbo específico e introdujo duelar para darle especificidad y duelante pasó a ser el sujeto de ese verbo. En *Nuestra actitud hacia la muerte* (1915, p.291) Freud retrata “nuestro total descalabro cuando fenece una de las personas que nos son próximas”, y agrega “Sepultamos con él nuestras esperanzas, nuestras demandas, nuestros goces; no nos dejamos consolar y nos negamos a sustituir al que perdimos”. ¿Cómo desasirse de ese otro tan significativo? Ante un suceso tan contundente, ¿cuándo se ponen a jugar otros duelos? ¿Cuándo comienza el trabajo de análisis?

Soledad llega a la consulta tras la muerte de su marido buscando respuestas a cómo se sobrevive a esa pérdida, qué hacer con ese dolor, qué parte de su ser se fue con él. ¿Se puede hablar de análisis cuando alguien consulta porque está comenzando un duelo? Al impacto frente a la pérdida de un objeto insustituible, le sigue el hundimiento en el dolor. Luego asoma esa necesidad de avizorar un final del duelo y allí las fantasías comienzan a dar forma a ese futuro que todavía no llega. ¿Es posible la sustitución de lo insustituible? ¿A qué se refiere Freud (1917) cuando menciona “la capacidad de escoger algún nuevo objeto de amor” (p.242) y “un quite de la libido de ese objeto y su desplazamiento a uno nuevo” (p.246)? ¿Cómo tramitar cuando el ritmo que se instala es ausencia – ausencia – ausencia – ausencia – etc.?

La vida frente a la muerte

Soledad llega, con 57 años, viuda hace 4 meses. Su esposo Ángel, apenas dos años mayor, falleció abruptamente por un infarto masivo en el trabajo. “No tenía en la cabeza despedirme de él, mucho menos perderlo para siempre”. Estar ausente en el momento de la muerte presta forma a la culpa infalible: “no dejo de pensar si se habrá sentido solo, abandonado”. La imposibilidad de una elaboración anticipada de la pérdida, como en el caso de una enfermedad prolongada, aumenta la incredulidad y la confusión. “Vengo porque tengo que aprender a vivir... de otra manera”. Varios segundos pasaron en esos puntos suspensivos, el camino comenzaba a trazarse. ¿Dónde se ubica el psicoanálisis? En apenas esos segundos podemos pensar que encuentra lugar.

El hecho de la muerte (de Ángel) es (fue) inevitable. En *Duelo y melancolía* Freud (1917, p.241) define: “El duelo es, por regla general, la reacción frente a la pérdida de una persona amada o de una abstracción que haga sus veces”. En tanto reacción es resistencia y renuencia; es transformación, metamorfosis y cambio; es respuesta y rechazo; repliegue y movimiento; es recuperación. Es un estado y un proceso.

Es un estado, pues el duelante se sumerge en una enorme tristeza, el interés por el mundo se reduce a su mínima expresión y el dolor se torna difícil de sobrellevar. Un estado de conmoción, desvalimiento, letargo, desconsuelo.

A la vez es proceso en tanto trabajo gradual que realiza el duelante, lenta y dolorosamente, durante el progresivo desasimiento libidinal del objeto. Un objeto que no es cualquier objeto. La expresión de Freud “En el duelo, el mundo se ha hecho pobre y vacío” (1917, p. 243) da cuenta de la importancia que lo recubre, si ya no está en el mundo todo el mundo se vacía y empobrece. Aunque en el duelo se desprende del objeto pero, a la vez, lo conserva. Es decir que es un proceso cuyo itinerario

implica cierto gasto, acarrea cambios y sus desenlaces son diversos y hasta imprevistos. Pero además, el duelo es un proceso, como tal dinámico y multidimensional, atravesado también por la cultura en la que el duelante está inmerso. Creencias, conductas, actitudes propias y de los otros, rituales, tradiciones. La cultura ofrece un marco para que el duelante duele, una especie de legitimación del dolor y la retracción. Porque cuando decimos que el duelo es un proceso normal no estamos sugiriendo que no trae perturbaciones, más o menos graves.

El dolor no tiene rival

Soledad atraviesa una experiencia inaugural de dolor, “no me había pasado ni con la muerte de mi papá”. Se pierde la pareja, el par, un objeto amado por elección, destinatario de un gran monto de investidura libidinal. Un proyecto de vida queda trunco. Hasta la continuidad de la vida propia parece pender de un hilo, muy finito. Dolor de la pérdida, dolor de reconocer o aceptar la pérdida, dolor de dejar ir a lo perdido. Dolor insoportable. Porque el dolor por la pérdida es directamente proporcional al amor por el objeto.

El llanto desconsolado es descarga, es un llamado (para recuperar a Ángel) y también materialización del dolor. “Siento el dolor en el cuerpo”, cuenta Soledad. La ausencia duele, lastima no tener el contacto corporal. “No puedo contener en mi cabeza tanto dolor”, agrega. Se percibe la ausencia, aún no se inscribe. Aparecen sensaciones de que Ángel está presente. Fenómeno ilusorio analgésico para el dolor, fantasía que trae algo de satisfacción para contrarrestarlo. Cuando el dolor es sentido en el cuerpo se puede empezar a mentalizar, a significar el sufrimiento por la pérdida. El puente psique-soma es un primer paso hacia la reducción del dolor. En palabras de Nasio (2007, p.14/5): “Sabemos que el estado de dolor extremo por el que pasa la persona en duelo, (...) es la última muralla contra la locura. Sabemos que en el registro de los sentimientos humanos el dolor psíquico es, en efecto, el afecto último, la última crispación de un yo desesperado que se contrae para no hundirse en la nada”. Consuelo –cuyas raíces nos hablan de alivio en unión o cooperación– y trabajo de análisis nos resultan ahora claramente indisolubles. Surgen en Soledad temores de que algo le pase a su hijo, lo irracional de la pérdida inunda todo lo imaginable. Los estímulos invaden y no se pueden procesar, todo es peligroso por excesivo. Duelo y trauma parecen enredarse en estos momentos. La ausencia es vivida como traición, “me dejó sola”. Enojo y culpa, su contracara. El final del duelo es un horizonte cada vez más inalcanzable.

En una sentida y honesta carta a Binswanger, Freud escribe en 1929: “Sabemos que el agudo dolor que sentimos tras semejante pérdida seguirá su curso, pero también que permaneceremos inconsolables y nunca encontraremos un sustituto. No importa lo que venga a ocupar su lugar,

incluso si llena ese lugar por completo, sigue siendo otra cosa. Y así es como debe ser. Es la única manera de perpetuar un amor que no queremos abandonar” (1971, p.60). El dolor es el precio que hay que pagar para no perder el amor sentido y recibido, compartido. Ese dolor es testimonio de la existencia de ese ser amado que dejó una marca y también de un lugar irrecuperable que se ha perdido. Si ese dolor se elimina, se borra con él la huella de ese amor.

La contienda entre la realidad y el deseo

La muerte de un ser querido es uno de los duelos más difíciles de elaborar porque el objeto daba algo a cambio, además de ser depositario de libido y mucho más. La muerte se convierte en pérdida y la pérdida se transforma en duelo a partir de la dimensión subjetiva del que queda (fantasías, ambivalencia, movimientos pulsionales, ideales, etc.). Realidad y deseo entran en pugna. El mundo se torna vacío, a la espera (que parece infinita) de alguien que no volverá. Pero el registro de la incompletud llega luego, ahora sólo vacío. Freud (1917, p.242) habla de dos inhibiciones durante el duelo: de la capacidad de trabajar y de la capacidad de amar. No podemos soslayar que son esas mismas las capacidades que, en otros textos, vincula a la cura y la salud.

¿Qué está bien y qué está mal sentir, hacer, decir? El impacto genera confusión e impone la necesidad de diferenciar unos de otros. El trabajo de análisis no apunta a cualificar sino a despejar, organizar. Una pérdida así, en primer lugar, es vivenciada como afrenta narcisista. No hay palabras más acertadas que las escritas por Freud a su yerno tras la muerte de Sophie: “no es posible ni culpar a nadie ni lucubrar demasiado, sino solo bajar la cabeza y recibir el golpe como los seres pobres y desamparados que somos” (Freud, 2012, p.518). Desamparo que requiere, como en los primeros tiempos subjetivos, de otro que asista, decodifique y vitalice.

Soledad insiste una y otra vez: “Siempre pensé que iba a morir yo antes”. Su asma parecía asegurarle ese presagio. Una madre desamorada y la muerte prematura del padre se sumaban en la ecuación. “Con Ángel aprendí a hablar”, cuenta perpleja. Entonces, buscó un espacio para hablar. El ejercicio del descentramiento narcisista es paulatino, como analistas acompañamos con cautela ese ritmo enlentecido del duelo y vamos presentando el mundo con sutileza hasta que comienza, de nuevo, a llenarse mansamente.

Para Soledad, la realidad comienza a hacerse presente a partir de la incertidumbre por lo económico. Ella colaboraba en el negocio familiar pero el sostén de Ángel era indispensable. Su hijo de 26 años vive con la pareja pero aún necesita ayuda. La acecha, por un lado, el temor (y la tentación) de que le pase algo a ella y, por otro lado, la responsabilidad por su hijo “porque es lo que Ángel hubiese querido”. Deseos y mandatos revueltos frente a una realidad insoslayable.

Empezar a organizar la casa, las cosas, la vida, las ideas, los sentimientos, el dolor y la tristeza son los pequeños primeros pasos que permiten al sujeto acomodarse a la nueva realidad. "Quiero atrapar su olor", suplicaba Soledad. Y si hay un espacio en que la sensorialidad está al alcance de la mano (y de los otros sentidos), es el escenario de los sueños. Soñar que lo toca, lo huele, lo saborea, lo escucha, lo mira mirarla. "Despertar es volver a la muerte". A la realidad de la muerte, al idioma de la muerte, a la ausencia de la muerte. Sueños con Ángel vivo, tocándola, hablándole. Escenario de satisfacción del deseo más inmediato y urgente, traerlo a la vida.

El pasado batalla con el futuro, el presente es rehén

La necesidad de saber cuándo va a terminar el duelo, pensar en un plazo, una fecha, es un intento de entramar, anticipar, saber que el dolor cesará. Es pretender retomar un modo habitual de vivir. Tomar las riendas de la propia vida parece una meta cada vez más lejana.

Elaboración, historización, ligadura, red asociativa. Soledad se encuentra en un nuevo rol con su hijo, debe construirlo siendo una madre con más responsabilidades, "estoy sola para tomar todas las decisiones, no me puedo apoyar en nadie, Ángel era todo para mí". Adaptación a la nueva realidad, revivir de otros duelos, reacomodación de representaciones, ligarse a otros objetos, una transición entre lo que era y lo que será sin eso que se pierde.

Diversos factores inciden sobre la posibilidad del trabajo de duelo: las características del objeto perdido y del sujeto (previas a la pérdida), la relación entre ambos (eso intangible imposible de conservar para el que queda y de llevarse el que se va), las circunstancias de la pérdida, la contención del ambiente. El ser amado tiene una doble existencia: es esa persona que está al lado, cuidando, acariciando; y es su retrato en la retina, la evocación de su olor, la textura del contacto con su piel, el deseo que motoriza. El primero ya no está, ¿qué se hace con el segundo? Es momento de comenzar a desatar, desligar, desenlazar.

Humor y sublimación, aliados del psicoanálisis

Hasta acá, ¿qué ofreció el espacio analítico a Soledad? Un lugar para hablar, alguien que la espera, que escucha. Un espacio para la descarga, para el llanto y la palabra. Un asomarse al mundo con cautela y a su ritmo. Comprensión y consuelo, historización y ligadura. Trabajo de elaboración. Dos vías anexas vinieron a sumarse a la faena.

La risa, como el llanto, es descarga y es llamado. El humor es un medio para el olvido o para la tolerancia. Hace que lo doloroso y lo triste sean soportables. Tal como dice Freud (1927, p.158): "El yo rehúsa sentir las afrentas que le ocasiona la realidad; rehúsa dejarse constreñir al sufrimiento". Un día Soledad cuenta que, en su casa a plena tarde, pasó frente a un espejo y se tentó de la risa al verse vestida con ropa de Ángel,

“me da risa, vi a una pobre desahuciada”. A medida que lo cuenta vuelve a tentarse, fue brotando una risa que yo desconocía. Sorprendida, me escucho parafraseando “si hay humor, hay esperanza”, con más sorpresa aún escucho que Soledad dice “es cierto”. Contracara de lo siniestro, un doble no tanático la ata a la vida. Después de la risa, afloran palabras que comienzan a bordear el dolor. Luego, llanto. Descarga y llamado. Palabras. Transformar un hecho o una emoción en otra cosa que provoque una sensación más placentera, jugar. Darse permiso para sustraerse temporalmente de la tristeza. “Reímos de nuestra decepción. Reímos de nuestro deseo de ser y de nuestra impotencia” (Lippi, 2017, p.147). Encontramos en el humor un nuevo lenguaje para decir lo indecible. Hacía ya varios meses que Soledad se había reconectado con lo que había sido, hasta entonces, su pasatiempo. Erráticamente pintaba en noches desveladas. “Antes de la muerte de Ángel pintaba de día. Ahora son sólo trazos, nada tiene forma”. La sublimación es definida por Freud (1923, p.251) como el proceso psíquico en el que “(...) objeto y meta sufren un cambio de vía, de suerte que la pulsión originalmente sexual halla su satisfacción en una operación que ya no es más sexual, sino que recibe una valoración social o ética superior”. Satisfacción y ligadura con el mundo.

En *El creador literario y el fantaseo* Freud (1907) nos dice que el arte es continuación del juego infantil, en ambos se emplean grandes montos de afecto, se busca recrear los deseos en la realidad, en objetos que se pueden ver y tocar. Una vuelta de la interioridad de la fantasía a la realidad. En pleno duelo Soledad comienza a volcar en su pintura algo de lo pulsional que invertía al objeto perdido. Transmisión, transición, conexión, comprensión.

¿Cómo interviene el arte en la subjetivación del trabajo del duelo? Soledad cuenta que ya no podía usar el color, hasta que un día el color apareció, “me dominó un rojo que rompió todo”. Rojo, sangre, infarto, todo roto. El arte posibilita representar y simbolizar aquel descalabro de la realidad, así como resignificar aquello perdido y hacer algo distinto con el sufrimiento. Poner los sentimientos en una acción y en un producto, para que cause algo, un impacto en el otro. El arte es ligadura, ligazón, lazo.

“La esencia de la risa es en su fundamento indescifrable, al igual que la poesía. La técnica del chiste se asemeja al proceso de sublimación, pues, en los dos casos, la descarga de energía es liberada de cualquier inversión específica: no hay meta sexual, ni meta objetal.” (Lippi, 2017, p.140). Si el duelo afecta el psiquismo del sujeto, el trabajo de análisis permite desentrañar las significaciones más profundas que el objeto perdido tiene para cada duelante. Cada duelo es singular, de ahí que desde el psicoanálisis se puede pensar qué significa esta pérdida particular en esta historia personal, y qué cosas podrían hacer obstáculo para su elaboración. Despejando fantasías y mandatos inconcientes se posibilita la tramitación. Soledad vino para ser acompañada, vino para hablar y para

que alguien escuche su dolor, para comprender lo que le estaba sucediendo, para recuperar la energía y el interés perdidos, porque temía que algo podía pasarle (temor a enfermarse). Y al reencontrarse con el humor y el arte descubrió que también vino por el deseo de recuperar su vida. Otorgar un nuevo lugar al objeto y recomponer su nueva realidad (sin el objeto que perdió). Un nuevo destino para (el recuerdo de) Ángel.

Dice Soledad: "Antes el dolor era lacerante, ahora es sólo momentos, y pasa". Un duelo normal, ¿requiere tratamiento psicoanalítico? No, pero el análisis es una vía que facilita la elaboración. Y se posibilitan otras elaboraciones y despejar un proceso tan doloroso. Parte de la tarea es transformar la historia compartida en algo propio y encontrar cosas nuevas. Revisar las cuentas pendientes, lo que quedó sin hablar ya no se hablará y deberá ser saldado con el recuerdo y en el ejercicio de "él me diría" o "yo le diría". Hay cosas que ya no sucederán, lugares que no se reemplazarán, palabras que no se dirán, hay algo que ya no será.

Muchos meses, algunos años pasaron. Y un día llegó el día. El día que no sabíamos si iba a llegar, pero llegó. Soledad entró de una manera diferente, me miró distinto y me dijo con otro color en su voz: "Conocí a alguien". Y ese día comenzó otro capítulo de esta historia.

Referencias Bibliográficas

- Freud, S. (1993). El creador literario y el fantaseo. En J. L. Etcheverry (Traduc.), *Obras Completas: Sigmund Freud* (Vol. 9, pp. 127-135) Buenos Aires: Amorrortu (Trabajo original publicado en 1908 [1907]).
- Freud, S. (1993). Duelo y Melancolía. En J. L. Etcheverry (Traduc.), *Obras Completas: Sigmund Freud* (vol. 14 pp.241-255) Buenos Aires: Amorrortu (Trabajo original publicado en 1917 [1915]).
- Freud, S. (1993): De guerra y muerte. Temas de actualidad. En J. L. Etcheverry (Traduc.), *Obras Completas: Sigmund Freud* (vol. 14 pp.277-303). Buenos Aires: Amorrortu (Trabajo original publicado en 1915)
- Freud, S. (1993). Dos artículos de enciclopedia: "Psicoanálisis" y "Teoría de la libido". En J. L. Etcheverry (Traduc.), *Obras Completas: Sigmund Freud* (Vol. 18, pp. 231-254). Buenos Aires: Amorrortu (Trabajo original publicado (1923 [1922])).
- Freud, S. (1996). El humor. En J. L. Etcheverry (Traduc.), *Obras Completas: Sigmund Freud* (Vol. 21, pp. 157-162). Buenos Aires: Amorrortu (Trabajo original publicado 1927).
- Freud, S. (1971). "Carta a Ludwig Binswanger". En *Epistolario II* (1891-1939). Barcelona: Plaza & Janés.
- Freud, S. (2012). *Cartas a sus hijos*. Buenos Aires: Paidós.
- Lippi, S. (2017). "Metafísica de la risa: Freud, Lacan, Bataille". *Desde el Jardín de Freud*, N° 17, pp.137-148.
- Nasio, D. (2007). *El dolor de amar*. Barcelona: Gedisa.