

ARCHIVO HISTÓRICO



El presente artículo corresponde a un archivo originalmente publicado en **Ars Medica, revista de estudios médicos humanísticos**, actualmente incluido en el historial de **Ars Medica Revista de ciencias médicas**. El contenido del presente artículo, no necesariamente representa la actual línea editorial. Para mayor información visitar el siguiente vínculo: <http://www.arsmedica.cl/index.php/MED/about/submissions#authorGuidelines>

El apego

Dr. Mario Guerrero Lira
Profesor Auxiliar de anestesiología
Unidad de Manejo del Dolor, Hospital Clínico
Pontificia Universidad Católica de Chile

Ítaca

*Si vas a emprender el viaje hacia Ítaca
pide que tu camino sea largo, rico en experiencias, en conocimiento...
A Lestrigones ni a Cíclopes, ni a fiero Poseidón hallarás nunca,
si no los llevas dentro de tu alma, si no es tu alma quien ante ti los pone.*

*Pide que tu camino sea largo.
Que numerosas sean las mañanas de verano en que con placer,
felicemente arribes a bahías nunca vistas; detente en los emporios de Fenicia
y adquiere hermosas mercancías.*

*Ten siempre a Ítaca en la memoria, llegar allí es tu meta.
Mas no apresures el viaje. Mejor que se extienda largos años;
Y en tu vejez arribes a la isla con cuanto hayas ganado en el camino,
Sin esperar que Ítaca te enriquezca.*

*Ítaca te regaló un hermoso viaje, sin ella el camino no hubieras emprendido...
(Extracto del poema Ítaca de Konstantin Kavafis. 1863-1933)*

Introducción

La muerte se presenta como un proceso que finaliza como un hecho ineludible, que supera largamente nuestra capacidad de comprensión, marca inexorablemente el final de nuestra vida y de los que nos rodean, constituye la forma más radical de pérdida imaginable. Esta pérdida engloba lo material y lo afectivo, está sometida a la incertidumbre respecto a la persistencia de una “vida espiritual” post mórtem.

La natural angustia desencadenada en respuesta a estos hechos que nos superan varía

sin embargo de unos sujetos a otros y de una cultura a otra. Dependen del valor y sentido que se otorgan a la vida misma y al proceso de muerte, del grado de sujeción o apego que se tiene a los objetos o personas que nos rodean y de las creencias metafísicas que profesamos. El ordenamiento de estos elementos y la cualidad de nuestras creencias son determinantes en la forma en que se vive y se muere.

El poema Ítaca del egipcio Kavafis hace sentido incluso a las personas que estructuran su existencia en un plano metafísico. Estamos la mayoría de acuerdo en que la existencia a modo de camino a “algo” constituye en sí una empresa y que en esta empresa se aprende, se establecen lazos de afecto y en

ocasiones actitudes de rechazo. Lo que se aprende y cómo se construye la estructura de significados influye en la capacidad para aprender más y adaptarse o sobrevivir a los frecuentes “embates de la vida”; en la medida que logramos hacernos de un equipaje de afectos, amor y espiritualidad (en el sentido de lo metafísico), más fácil resultará enfrentarse al proceso de muerte sin sufrir la angustia que este supone. Eso es lo que representa la frase “se muere como se vive”. Los concedores del poema Ítaca podrán alegar la poda de que fue objeto en el presente texto; podría plantearse que esta amputación fue intencional en aras del desarrollo de este texto. En el resto del poema, Kavafis dice:

Ítaca te regaló un hermoso viaje. Sin ella el camino no hubieras emprendido.

Mas ninguna otra cosa puede darte.

Aunque pobre la encuentres, no te engañará Ítaca.

Rico en saber y en vida, como has vuelto, comprendes ya qué significan las Ítacas.

Si bien se puede concordar con Kavafis en que la existencia se justifica en sí misma, lo que reafirma el valor inconmensurable de la vida. Para ser justos con el autor de la Odisea, en la que el poema se inspira, no podríamos estar de acuerdo con la minimización del significado trascendente de Ítaca; seguramente si Ulises lo escuchase nos replicaría: Es cierto, el regreso a Ítaca bien valió una Odisea, sin embargo Ítaca es más que la tierra que me vio nacer y donde están plantadas mis raíces, Ítaca es mi razón de existir, es donde reside mi amor y mi espíritu reposa.

Para comprender los determinantes de la respuesta condicionada a la pérdida y el impacto resultante (cualquiera sea la naturaleza de la pérdida) y el proceso de recuperación de esta, es necesario analizar dos conceptos, “el apego” y “el sentido”. Se planteará además una propuesta tendiente a formular estos elementos de manera que nos permitan enfrentar los procesos de vida y muerte de modo menos angustioso que el habitual.

Raíces del apego

De acuerdo con la teoría del apego desarrollada por el psiquiatra británico John Bowlby¹, los seres humanos establecen fuertes lazos afectivos con otros sujetos (en ocasiones objetos); una medida de la fuerza de estos lazos emocionales la da la reacción emocional que se sufre cuando se amenazan o rompen estos lazos.

Este mismo autor, apoyándose en trabajos realizados por los autores Lorenz y Harlow en animales de corral y primates, sostiene que el apego se produce aun en ausencia de necesidades biológicas concretas a satisfacer (alimentación y sexo). Proviene de la necesidad de protección y seguridad que se desarrollan a temprana edad, se dirige hacia un reducido número de sujetos u objetos y la fuerza de sus lazos afectivos suele perdurar a lo largo de la vida. El apego lo desarrollan adultos y niños, es un proceso dinámico a lo largo de la vida, y no es exclusivo de los mamíferos. La percepción de la hostilidad del mundo en que vivimos hace necesario el anclaje seguro a lo que nos brinda alguna protección, esto como necesidad básica, independiente del apego generado por lo que amamos entrañablemente. Conocido es el caso de las aves que viven en parejas estables (por ejemplo el cisne, la oca gris y el choroy), las que sufren la muerte de la pareja, aun con riesgo de la propia vida. También en mamíferos, dependiendo de las circunstancias. El apego puede ser muy laxo, como ocurre entre los felinos africanos, expuestos a

un alto riesgo de separación a temprana edad o que carecen de cotos estables, y deben migrar constantemente y se separan de sus crías sufriendo duelos muy breves, o puede ser muy fuerte favoreciendo la creación de parejas estables entre animales salvajes.

La calidad de los lazos afectivos que se establecen entre progenitores humanos y sus hijos es determinante en el desarrollo de la autoestima y también en la forma que el sujeto establecerá sus relaciones de apego en el futuro, los que varían desde una relación estable y sana hasta relaciones ansiosas o muy débiles.

La conducta de apego la evidencian las diferentes especies en la gradual forma de adquisición de independencia que muestran, ampliando el radio de territorialidad pero retornando rápidamente al sujeto de apego en busca de protección cuando se ven amenazadas. El apego tiene valor de supervivencia, tiende a mantener lazos afectivos; las situaciones que ponen en peligro este lazo suscitan reacciones de ansiedad y desesperación. Cuanto mayor es el potencial de pérdida, mayor es esta reacción; si en respuesta a los esfuerzos desplegados por retener al sujeto de apego se produce un fracaso, aparecen: rechazo, apatía y desesperación².

Existen razones biológicas para responder a cualquier separación de una manera automática e instintiva, con una conducta dolorosa y agresiva, la intensidad del dolor que se experimenta depende del grado de apego o fortaleza del vínculo afectivo que se ha roto.

Culturalmente no se acepta la “separación irreversible”. En el curso de la evolución se desarrollaron aptitudes instintivas en torno al hecho de que las “pérdidas son reversibles”. Por esto las conductas durante el período postpérdida están orientadas a restablecer la relación con el objeto perdido, la tendencia natural a restablecer lazos con lo perdido, y la no aceptación a priori de la pérdida sufrida aun cuando esta sea a toda lógica irreparable se mantiene hasta nuestros días a pesar de nuestra cultura altamente

tecnificada y racionalista; sin embargo, la impronta dejada por la evolución cultural se manifiesta en la estructura de significados y sentidos indispensables para hacer frente al vacío y sufrimiento que desencadenan la pérdida sufrida, la dificultad que tenemos para desprendernos de algo querido está en directa relación al grado de apego que con este hemos desarrollado.

Los objetos de apego constituyen fuente de seguridad y protección, nos conectan afectivamente con otros elementos perdidos, facilitan la transición hacia otros estadios que podrían implicar otras pérdidas. Pero también, en concordancia con estas beneficiosas cualidades, nos anclan a ellos dificultando el acto de despegarse, cuando debemos partir y abandonarlos. Son también fuente posible de dolor. Un experimentado viajero podría argumentar que es siempre conveniente viajar ligeros de equipaje, del mismo modo, una vida “libre de apegos” podría presentarse como una opción tentadora. “Si nada se quiere, nada duele dejar”. El apego consiste en un sentimiento que se arraiga profundamente en nuestro ser al punto de necesitarlo para sentirnos seguros pero nos expone a sufrir y nos dificulta partir. Sin embargo, una vida carente de apegos y afectos puede no merecer ser vivida. El equilibrio podría obtenerse sí, con excepción de los apegos irracionales que recién nacidos desarrollamos; por ejemplo hacia nuestras madres. Respecto al resto, debiéramos hacer un esfuerzo por situarlos cuidadosamente, a modo de un Agápe (o amor consciente), nuestro apego hacia personas u objetos, así como también definir cuidadosamente lo que llamaremos nuestro Ítaca.

En la opinión del psiquiatra George Engel, el proceso de duelo puede considerarse como una desviación del estado de salud, es decir, como un estado de enfermedad, semejante al de una herida con impacto psicológico y fisiológico, que requiere reparación. La curación toma un tiempo, puede ser adecuada o no y dejar si así es el caso secuelas que alteran la funcionalidad del individuo. Para que la curación ocurra, al igual que en la cicatrización de una herida, deben cumplirse algunas “tareas” (cuatro), el cumplimiento parcial o inadecuado de estas se traduce en duelos incompleto o patológico, del mismo modo que una herida sangra o supura constantemente. Por otra parte, al igual que una herida profunda, una gran pérdida se sana dejando una cicatriz o marca importante, haciéndose constantemente visible y dependiendo de las circunstancias traduciéndose en fuente de fortaleza o disfunción.

Pérdida y duelo

Es importante comprender que existen diferentes tipos de pérdidas y duelos asociados a estas. La pérdida de un objeto se sufre en función del valor intrínseco, posibilidad de reponerlo y del significado que represente, en función de estas variables existe la posibilidad de desarrollar un apego real por un objeto; sin embargo, en condiciones de un desarrollo normal no debiesen existir impedimentos para una pronta reparación sin dejar secuelas importantes frente a una pérdida material.

Por el contrario, la pérdida de afectos o de elementos que se relacionan con la imagen personal, la autoestima o roles, puede ser muy difícil de superar. Ejemplos de esto son: cambios generacionales (infancia temprana, edad escolar, adolescencia, adultez, ancianidad), pérdida laboral o jubilación, imposibilidad de desarrollar aspiraciones fuertemente anheladas, desarraigo cultural, etc. Muchas veces el proceso de duelo que se vive en estas situaciones se ve complicado por la escasa validación de este y por la débil red de apoyo que suele existir en estos casos.

La mayor pérdida a la que podemos estar expuestos es a la de nuestra propia vida; personas que sufren conscientemente una enfermedad terminal o posiblemente mortal experimentan un duelo llamado “anticipatorio”. Este duelo posee varias características que le son propias. El enfermo, después de luchar y luego aceptar lo inevitable, se despidе de todo lo que le rodea, de sus aspiraciones y proyectos personales; lo que hizo y lo que no alcanzó a realizar, de sus seres queridos y responsabilidades. Y además se ve enfrentado a lo que le “espera”, durante y después de la muerte. Se teme la forma en que se morirá, y en mayor o menor grado lo que vendrá después de la muerte. Se experimenta rabia por el hecho en sí y contra los demás (sobrevivientes), culpa por el abandono que se hará y por los desencuentros ocurridos, escrúpulos por lo cometido u omitido, y en ocasiones una dulce resignación y serenidad. La ambigüedad suele ser frecuente, mezclándose sentimientos contradictorios. Este período cursado por los enfermos terminales es casi siempre consciente, pero las barreras culturales que empapan la relación del paciente con los miembros del equipo médico y muchas veces también a la familia dificultan la comunicación franca respecto a las vivencias en torno al morir y la necesaria contención emocional que todos necesitamos en esta circunstancia. Las barreras de comunicación suelen ser erigidas con la excusa de “evitar hacer más daño al moribundo” o “evitar causar una depresión que podría tornarse mortal” (como si la sola enfermedad no lo fuese). Sin embargo, estas barreras corresponden más a mecanismos defensivos que el entorno desplegamos ante la angustia que nos causa la conciencia de nuestra propia mortalidad y la debilidad que poseemos en nuestra capacidad de hacer contención emocional adecuada. Para los

médicos la muerte representa un fracaso y no el proceso al que todos necesariamente nos veremos enfrentados un día próximo³. Así a los que mueren muchas veces se les aísla, los sacamos de su entorno familiar, los dormimos y en ocasiones intentamos engañarlos: Cómo se le ocurre, si de esto se va a mejorar y se va a ir luego a su casa. ¡No vuelva a repetir que se va a morir!

En ocasiones los duelos son cursados en etapas o tareas que se sobreponen, entrecortan y progresan con diferente velocidad hacia la readecuación de significados y curación del proceso. Muchas veces durante este proceso se requiere asistencia y contención.

Es durante este tiempo que algunos pacientes necesitan darse permiso para morir, lo que implica liberarse de vínculos afectivos o apegos que nos dificultan la partida. En particular, recuerdo el caso de una anciana que padecía un cáncer de páncreas terminal; visitada durante los momentos previos a su muerte, la paciente estaba postrada en su dormitorio en estado vigil y en plena posesión de sus facultades mentales, pero se encontraba muy angustiada, mientras tres hijos adultos la acompañaban en el living de la casa. Conversando con la paciente, ella expresó sus temores ante el inminente trance de muerte y las ideas que tenía respecto a una vida posterior, imaginaba que a la otra orilla de un río la figura de Jesús la esperaba, pero que a pesar de esto, no era capaz de soltar amarras. Confesó que lo que más le angustiaba era dejar desamparados a sus “hijitos”. La solución consistió en conversar con los hijos, conté que la madre se encontraba muy bien preparada para morir, y que ella estaba consciente que eso ya estaba sucediendo, pero que lo único que le dificultaba entregarse a la muerte era verlos a ellos como futuros huerfanitos carentes de los cuidados maternos (por alguna razón, los padres siempre vemos a nuestros hijos como niños, y nos maravillamos cuando vemos que son capaces de manejarse solos). Espontáneamente los tres hijos entraron a la pieza de la madre y le agradecieron lo que ella había hecho por ellos, le hicieron ver que ellos eran adultos y padres de familia y que estaban preparados para seguir la vida por ellos mismos, le autorizaron literalmente a morir, lo que acto seguido en pocos minutos así ocurrió.

En ocasiones la posibilidad de “intervenir” el proceso de muerte en un paciente moribundo se mantiene aún en niveles difíciles de dimensionar. A modo de ejemplo, puedo citar el caso de una paciente anciana que traté por dolor ocasionado por un cáncer cérvicouterino avanzado, la paciente estaba en sopor profundo conectada a un ventilador mecánico mientras la acompañaban su hermana y el cuñado. Al momento de visitarla se mostraba muy desadaptada al ventilador, con taquicardia y agitación motriz. Sin poder saber si escuchaba o no, se le hizo saber que la acompañaba la familia y que ellos estaban bien, le pusimos al cuello un escapulario y se le recordó la promesa asociada a este. En forma casi instantánea la frecuencia cardiaca bajó de 120 a 70 latidos por minuto, la paciente se adaptó al ventilador y murió a los pocos minutos en compañía de sus familiares. En este segundo caso existe una alta probabilidad que todo haya coincidido con el instante exacto del agotamiento de la capacidad de lucha y posterior fallecimiento de la paciente, pero los que hemos trabajado en intensivo tenemos la experiencia de que en el momento que los enfermos terminales dejan conscientemente de luchar, es decir se entregan, prontamente fallecen.

Otro importante aspecto determinado por la fuerza del apego, que debe ser considerado al momento de morir, es el del lugar ideal. No resulta indiferente el sitio físico donde ocurre el

fallecimiento, y este lugar ideal varía de una cultura a otra. Está determinado por varios factores tales como:

- La historia familiar de fallecimientos
- La importancia que se le da al hogar (la casa de uno)
- La relación con el grupo familiar
- El grado de conciencia de ser carga de los demás
- La calidad de los cuidados que el moribundo requiere

Al parecer, en nuestra cultura la mayoría de los pacientes preferirían fallecer en su casa, sin importar si los cuidados que requerirán serán suficientemente brindados. El hogar es el castillo donde nos rodean los objetos que han acompañado nuestra historia, es el sitio que dominamos, donde la sensación de protección debiese ser máxima. Por esta razón cuando se planifica una hospitalización para control de síntomas, manejo de dolor o rara vez estudiar un paciente terminal, debe hacerse el máximo esfuerzo por devolverlo prontamente a su medio hogareño, de lo contrario, lo más probable es que el enfermo rechace ser internado en el hospital por temor a no alcanzar a regresar o de estar siendo engañado o la angustia asociada a la muerte cercana se vea incrementada. Una anécdota que ilustra la importancia de este punto ocurrió a un sacerdote egipcio, muy amigo, hace algunos años. El padre A.M fue a dispensar los últimos sacramentos a una anciana perteneciente a nuestra parroquia. Después de haberla ungido, a modo de consuelo comenzó a hablarle de la misericordia de Dios y le sugirió que ella se iría al cielo a un sitio muy lindo, a ocupar una de las muchas casas que Jesús nos está preparando a sus fieles. Una vez finalizado el sermón, la paciente le dice: –Qué lindo todo eso padre, pero usted tiene que reconocer ¡que no hay como la casa de uno!

Lo interesante del desarrollo de apegos es que existen algunos que están condicionados biológicamente y operan inconscientemente desde el momento de nacer, pero también existe la capacidad de desarrollarlos o anularlos conscientemente, cursando en este último caso una suerte de pequeño duelo.

Diferente en su naturaleza pero no tanto en el proceso de reparación que deben cursar es el duelo de los sobrevivientes o “deudos”, este es el que tradicionalmente nos ha preocupado, que por lo demás es el que estamos acostumbrados a sufrir. El que pierde un objeto o a un ser querido se diferencia del paciente terminal en que debe seguir existiendo, para lo cual debe readecuar su existencia en ausencia de lo perdido. Además de la fortaleza o intensidad de los lazos afectivos existentes con el objeto de la pérdida, existen algunos determinantes que son causa de variabilidad en la intensidad del sufrimiento resultante, entre estos encontramos los descritos por autores a modo de la “Naturaleza del apego⁴, estos son:

– Intensidad o fuerza del apego: La ansiedad generada por la pérdida está determinada por la intensidad del amor que se siente hacia el objeto o sujeto perdido.

– La seguridad del apego: Qué tan necesario era el fallecido para la sensación de bienestar del superviviente, ¿era necesario para mantener la autoestima?

– Ambivalencia en la relación: Entre los sentimientos positivos y los negativos que se experimentan en

relación con el objeto o sujeto de pérdida, si los sentimientos negativos son muy intensos desarrollarán culpa y/ o rabia.

– Conflictos con el fallecido: No solo los cercanos a la muerte, también importa la historia de conflictos que ha marcado la relación.

Es claro que la magnitud del dolor que sigue después de una pérdida depende de la fuerza de los lazos afectivos que se han tejido con el objeto o sujeto de pérdida, y que la dificultad que se experimenta cuando se nos evidencia la ruptura de estos lazos nos impide liberarnos de los mismos en un acto libre de ansiedad, angustia y sufrimiento.

Más de un autor ha llamado la atención respecto a la fortaleza que brinda la existencia de una fe religiosa durante los eventos de pérdida. Las personas que han sido capaces de

desarrollar a lo largo de su vida una estructura de significados basada en la espiritualidad y la trascendencia metafísica se encuentran en una posición privilegiada a la hora de asumir la pérdida de seres queridos y la de la propia existencia terrena.

*Si estás atado con una cadena de oro, no estás preparado para este camino.
Si dejas todo, pero todavía no has renegado de ti mismo,
en realidad no has dejado nada, porque poco a poco
te volverás a pegar a todas las cosas que has dejado al comienzo⁵.*

Los evangelios de Lucas y Mateo nos relatan lo mismo de una forma mucho más radical, cuando Cristo dice a sus discípulos: “Cualquiera que venga a mí y que no me ame más que a su padre y a su madre, a su mujer y a sus hijos, a sus hermanos y a sus hermanas, y hasta a su propia vida, no puede ser mi discípulo”⁶.

Esto está en plena concordancia con el primero y más importante de los mandamientos, en el que se basa la relación de los hombres con el Creador: “Escucha Israel, el Señor nuestro Dios es el único Señor. Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, con toda tu alma, con toda tu mente y con todas tus fuerzas”⁷. Dios crea al ser humano, le hace inteligente y libre, pretendiendo establecer una relación de amor con su criatura. Amor en sentido pleno y gratuito, la única forma en que Dios sabe amar (de paso sea dicho, no existe otra forma mejor de amor). Cuando Dios hace su alianza con la humanidad no solo está estableciendo un acuerdo o un pacto de asistencia, está dando un significado a la existencia humana y a todo lo que en ella acontece. Una existencia orientada a alcanzar la plena realización del amor en el contacto con el Creador, la criatura es depositada en un lugar donde tiene oportunidad de aprender a amar, haciendo ejercicio de su libertad para hacerlo. En este caso el “Ítaca” corresponde al paraíso, y lo que nos espera allí prometiéndonos un goce pleno no es una Penélope sino el Creador en persona.

Es importante destacar que la vida, lo que podríamos considerar el viaje a Ítaca, no carece de importancia, muchas veces podríamos caer en la tentación de sentirnos habitantes de otro mundo, despreciar el momento presente o aislarnos del entorno en un afán por vivir libre de todo apego, profundizando esto, existen corrientes filosóficas que proponen aislarse de anhelos y deseos como el medio eficaz para sustraerse del sufrimiento que se puede experimentar en este mundo,

es difícil imaginar un ser capaz de amar de forma divina y soñar lo sublime, sometiéndose a una castración sentimental con el solo pretexto de no sufrir.

Muy por el contrario, la existencia del cristiano está llamada a desarrollarse en dos planos. El primero, el vertical, trascendente, el de la relación de amor pleno y gratuito con Dios. El segundo, el que llamamos horizontal, el mandamiento nuevo, uno que obliga al gozo del don del momento presente. Una vez que Judas se ha retirado del cenáculo al encuentro de los soldados a los que entregará a Cristo, Jesús le anuncia a sus discípulos que los dejará por un tiempo y les revela un mandamiento nuevo: “Amense los unos a los otros. Como yo los he amado, así también ámense los unos a los otros. Por el amor que se tengan los unos a los otros reconocerán todos que son discípulos míos”. El mandato no deja lugar a dudas, el ejercicio del amor fraterno caracteriza a los seguidores del Cristo. Este modo de vida al que estamos llamados obliga a relacionarse con el medio de una forma concreta, en la cual se hace real el ejercicio de este amor, de lo contrario no podríamos reconocernos como sus discípulos. El difunto cardenal Nguyen van Thuan, durante el último retiro que realizó, puntualiza refiriéndose al momento presente: “Todos lo poseemos, y cuanto más profundizamos en nuestra vida espiritual, más vemos lo importante que es el momento presente. Es un momento clave de la vida espiritual, no solo para los católicos, sino también para las demás religiones, tanto como para los budistas como para los musulmanes.” Más adelante sigue, refiriéndose al periodo en que estuvo en prisión: “Decidí, pues, vivir el momento presente llenándolo de amor... Viviendo el presente es como se pueden cumplir bien los deberes de cada día... Viviendo el presente es como las cruces se vuelven soportables... Vivir bien el presente sucederá como dijo Pablo: Vivit in me Christus (Gál 2,20), y a través de Él lo puedo todo. También el ascetismo es vivir el presente (condición en que el cardenal se encontraba en ese momento). No es fácil agradar siempre a Dios, no es fácil sonreír a todos siempre, no es fácil amar a todos en todo momento, pero si somos siempre amor en el presente, sin darnos cuenta somos nada para nosotros mismos y afirmamos con la vida la superioridad de Dios, su serlo todo. Basta vivir en el amor”⁸.

La propuesta es no pretender vivir libre de apegos porque estos sean malos, puesto que el apego en sí carece de una connotación negativa exclusiva, del mismo modo que existe una pobreza negativa que alcanza su máximo exponente en la miseria, y otra pobreza positiva que corresponde al desprendimiento que posibilita una máxima dependencia con el Creador y un ejercicio adecuado de la caridad. Podríamos inferir que existen apegos que podrían tornarse negativos dependiendo de algunas condiciones y de este modo generar dificultades para adaptarse a situaciones de vida que requieran necesariamente ser asumidas. El apego como hemos visto no es tan solo importante en los estadios tempranos del desarrollo, los lazos afectivos que alcanzan carácter de apego cumplen una función de soporte existencial al permitirnos experimentar una sensación de seguridad y de refugio necesarios sin el cual probablemente se nos haría muy difícil sobrevivir a las agresiones del mundo en que vivimos. Por tanto, la actual propuesta no consiste en vivir la vida carente de apegos, sino en saber colocarlos adecuadamente. El que profesa el cristianismo, al saberse amado por Dios, establece con Él una relación de amor filial, la que en función de la magnitud del desarrollo de este amor logra constituir “apego” y por ende satisfacer sus necesidades básicas de seguridad y protección, en esto pudiese radicar este aspecto de la efectividad de la “experiencia del amor de Dios”, al sabernos sostenidos y protegidos por Él, aleja de nosotros el temor a las vicisitudes de esta vida, incluida la muerte. Es más, el sujeto de nuestro apego nos permite proyectarnos a dimensiones

trascendentes, transformando el acto de morir en tan solo un cambio de estado y lo que se encuentra más allá constituye nuestro Ítaca. Al igual que Ulises en la Odisea, obligado a recorrer tantos parajes y recalar en tantos puertos, pero sin perder de vista el lugar soñado. Visto de este modo, el único

temor real e importante en el creyente es el no ser capaces de terminar el viaje atracando a buen puerto, perdiéndose en el camino. En este contexto, la muerte se nos presenta como “el bien necesario” para poder encontrarnos cara a cara con Dios, y podremos junto con el místico español repetir: “muero porque no muero”.

Un amigo médico, durante una conversación, dijo una vez que había llegado a la conclusión que existían dos cosas que hacían merecer vivir la vida, una de ellas era la belleza (para él representada por el arte) y la otra era el amor, creo que me dijo también que la frase no era de él, esto no le resta veracidad y profundidad al comentario. La belleza que nos hace llevadera la fealdad que nos acongoja y que nos alegra cada vez que la contemplamos, el amor como la experiencia más sublime que el ser humano es capaz de poseer. Podríamos agregar que no existen mejor escuela y modelos de amar que Dios y Jesucristo, que no existe amor más grande que el que Dios y Jesucristo han mostrado por nosotros. Durante el viaje a Ítaca, recalado en los múltiples puertos intermedios, adquiriremos la más hermosa de las mercancías, la del amor, habremos recolectado lo único que vale la pena cargar, lo único que podremos llevar con nosotros cuando desnudos crucemos la frontera de la muerte.

Así, la propuesta es vivir intensamente el viaje a Ítaca teniendo la providencia de desarrollar al máximo nuestra capacidad de amar, estableciendo nuestros lazos y apegos en base a un amor auténtico. Con los ojos bien abiertos, siendo capaces de percibir las bellezas que Dios nos ha regalado, pero sin amarrarnos a ellas, porque importa más el autor que la obra de este. En estas condiciones el viaje a Ítaca adquiere el valor de ser vivido por sí mismo, pero sin que la llegada a término se vea opacada por la riqueza del trayecto, puesto que la riqueza del trayecto es aportada por la Ítaca misma.

Lo expuesto no pretende convencer a nadie a abrazar una fe religiosa, es muy difícil que la exposición de las ventajas psicológicas que derivan del profesar una fe sea capaz de convertir a un sujeto carente de fe, pero aun para estos es importante comprender cómo se estructuran los significados en el creyente, de modo que cuando les corresponda intervenir un duelo anticipatorio o de sobrevivientes sean capaces de comprender y respetar el proceso y sus características.

La frase “se muere como se vive” refleja la importancia al momento de enfrentarse a la muerte que juegan la estructura de significados y el sentido que tienen la vida, el sufrimiento y la muerte. Esto no se puede improvisar a última hora, ni transferir desde el que alivia al sufriente. Requiere haber realizado una preparación previa, la que en ocasiones por desgracia no alcanza a completarse en una existencia, convertir las definiciones de la irracional inmortalidad a la conciencia de mortalidad, poseer una estructura de significados templada por el estrés y el sufrimiento que nos regala la vida, y en un escenario óptimo profesar una fe religiosa que contribuya a dar sentido y que nos proyecte a la eternidad.

Cómo lograr colocar adecuadamente nuestro apego en Cristo y Dios padre, quizás la forma más fácil sea potenciando en nosotros las virtudes de la humildad y la pobreza. El auténticamente humilde no se

vanagloria de nada porque sabe que todo le viene de Dios y él es solo un administrador, un siervo que en la medida que sea competente hará destacable su labor de cooperador con la creación. El que se ama por sobre Dios, es incapaz de amarlo a Él por sobre todas las cosas (recordemos que el mismo Dios nos ama a nosotros más que lo que se ama a él mismo, de lo contrario el sacrificio de su hijo habría sido una aberración), del mismo modo como nos gusta que se haga en nuestras relaciones afectivas terrenales, también debiésemos tender a la equidad en nuestra relación de amor con Dios.

La pobreza, el estar conscientes que todo lo que nos rodea no nos pertenece, que ha sido otorgado por Dios solo para su adecuada administración y que nada de esto nos seguirá eternamente. Esa bendita pobreza, nos concede el discernimiento necesario para hacernos absolutamente dependientes de lo único que nos otorga la seguridad que necesitamos, e igual que el niño que necesita ir tomado de la mano de su padre para dar pasos, no podremos separarnos de la mano de Dios, por ser Él nuestro único sostén. Si esto no logra generar un apego importante, es que no somos capaces de apegarnos conscientemente, a esto se refiere el ser capaz de colocar el apego a modo del Agápe.

Ser pobres no significa vivir en la miseria ni carecer de lo necesario para satisfacer nuestras necesidades básicas, esta condición indigna no es en absoluto deseada por Dios y es rechazada por la doctrina de Jesucristo, la pobreza significa justa distribución de los bienes materiales. Para ahondar en el significado de la pobreza, nuevamente citaremos al autor:

“Poseer como si no se poseyera nada; vender como si no se vendiera nada; comprar como si no se comprara; no tener nada, pero comportarse como si fuéramos dueños de todo; no pedir nada pero estar dispuestos a dar todo: este es el espíritu de la pobreza”.

Para finalizar y debido al necesario respeto que debemos guardar frente a los diferentes credos religiosos que profesan los moribundos a los que asistimos, como también sus familias, sería deseable que el personal de salud manejase conocimientos mínimos de lo que significa morir para las diferentes culturas y credos, cómo estructuran sus significados, cuáles son los apegos culturalmente establecidos y en qué medida su religión les permite reorientarlos hacia lo trascendente, esto es muy importante a la hora de contener afectivamente a un paciente terminal, como nos gustaría que hiciesen con nosotros mismos.