Sección Ensayos y Revisión

Comprensión del duelo: Una mirada fenomenológica existencial

Understanding grief: An existential phenomenological perspective

Ricardo Gonzalez Ternera
Ana María Díaz González
Barranquilla, Colombia
Universidad del Norte

Resumen
Este artículo muestra cómo la investigación fenomenológica puede mejorar nuestra comprensión de la experiencia del duelo. El enfoque sigue los temas del trabajo de Irvin Yalom, Medard Boss y Rollo May, para desarrollar un relato que enfatice en las formas de defendernos y transitar la consciencia de muerte. Asimismo, explora el concepto de relacionalidad propuesto por Spinelli, Van Deurzen, Mélich y Butler como elemento inherente a la existencia, y la manera en que ésta permea la experiencia del duelo.
La reflexión realizada contempla que el duelo es una experiencia inmiscuida en la cotidianidad que convoca a la pérdida de sentido, y al mismo tiempo, remite a la persona ante la necesidad de crear sentido(s) y nuevas maneras de relación para la recuperación de la familiaridad, y la resignificación de la relación con su(s) mundo(s).

Palabras clave
Ansiedad, muerte, duelo, fenomenología, existencial.

Abstract
This article demonstrates how phenomenological research can enhance our understanding of the experience of grief. The approach follows the themes of the work of Irvin Yalom, Medard Boss, and Rollo May, developing an account that emphasizes the ways we defend ourselves and navigate the awareness of death. It also explores the concept of relationality proposed by Spinelli, Van Deurzen, Mélich, and Butler as an inherent element of existence, and the way it permeates the experience of grief.
The reflection considers grief as an experience intertwined with everyday life, one that summons the loss of meaning while simultaneously confronting the individual with the need to create meaning(s) and new ways of relating, facilitating the recovery of familiarity and the re-signification of their relationship with their world(s).

Keywords
Anxiety, death, grief, phenomenology, existential.

Ansiedad ante la muerte

La experiencia de muerte ha sido ampliamente estudiada por psicólogos existenciales, y aunque existen diferencias en sus posturas, es posible encontrar puntos comunes. Uno de ellos es que la experiencia de muerte corresponde a un motivo de ansiedad, y la forma en cómo nos defendemos de ella va a repercutir en nuestra percepción de la vida y la manera de experimentarla (Boss, 1979; De Castro, 2013; Keen, 1970; Yalom, 1984).
Esto último es central para ubicar la experiencia de muerte inmiscuida dentro de la vida y no como antagonista de ella. Lo anterior se puede contrastar con lo propuesto por Todd May (2014) para quien la finitud es una experiencia a la cual todos estamos destinados. Si bien esta posición tiene sentido en cuanto a la inevitabilidad y universalidad de la muerte, su discurso únicamente discurre en lo biológico centrando la atención en que ésta: 1. Es el final de nuestra experiencia. 2. No es una fase o etapa en nuestra vida, sino la detención de nuestra existencia. 3.La muerte es inevitable.
En este sentido, ubicar la muerte únicamente como el corte o final de nuestra vida conlleva a desconocer la fuerza que su experiencia trae a la vida. Llevar una vida en la que la muerte solo es una preocupación que aparece con el avance de las etapas de desarrollo, enfermedades consideradas graves o accidentes, sin duda sería un actuar a espaldas de ser conscientes de la fragilidad humana. Heidegger (1962), Merleau-Ponty (1993), Snveaus (2011), describen lo anterior entendiendo que, para defendernos de la ansiedad ante la muerte, las personas buscamos dar por sentado o generalizar nuestra experiencia con el fin de percibir familiaridad y predictibilidad mientras nos desenvolvemos. Entonces, en la medida en que exista esta habitualidad al mundo, podemos desenvolvernos en él sin cuestionarnos la forma de éste, y, en consecuencia, desarrollar nuestras posibilidades conectándolas con ese proyecto vital con el que menos identificamos (Jaspers, 1958; Ratcliffe, 2009).
El problema radica en que la habitualidad no perdura, pues el ser humano está a merced del azar que rodea su vida y la incertidumbre de las consecuencias de sus decisiones (Jaspers, 1958; May, 1988). Por ello,

siempre y en todo momento existe la posibilidad de que una experiencia irrumpa y la coherencia que ha sido construida alrededor del mundo se pierda, lo cual podría ser enmarcado como una experiencia de muerte.

Para Signorelli y Guberman (2023), esa posibilidad no es un mero accidente: reconoce que "el ser humano no está realmente vivo hasta que se haya enfrentado a la realidad inexorable de la muerte y de su propio fin" — vivir auténticamente implica asumir nuestra finitud, dejar de lado la ilusión de inmortalidad cotidiana y despertar del sueño de la repetición adormecida de la vida. En ese despertar, la muerte deja de ser algo lejano o simbólico, para convertirse en la verdad que define nuestra condición de existencia. (Signorelli & Guberman, 2023)

De acuerdo con lo anterior, en esta transición de habitualidad–desasosiego–habitualidad, es posible tomar conciencia de nuestra finitud y relacionarnos de modo consciente con la muerte. Entonces, la irrupción de la ansiedad no aparece como un síntoma patológico a evitar, sino como una señal existencial: nos indica que nuestra disposición hacia el mundo ya no puede ser indiferente, que nuestras elecciones, decisiones y compromisos deben cobrar un sentido verdadero. En la perspectiva existencial que Signorelli y Guberman (2023) comparten —y que tú ya has integrado al discurso— la conciencia de la muerte no paraliza necesariamente, sino que puede movilizar hacia una vida auténtica, más plena, más consciente de su profundidad.

Por eso tiene sentido, como sugiere Irvin Yalom, que "si bien la muerte nos destruye, la idea de ésta nos salva". Para Signorelli y Guberman (2023), salvarnos de la muerte no busca burlar la mortalidad con ilusiones; más bien, significa asumir la finitud, enfrentarnos a ella sin refugios ilusorios, permitiendo así que nuestra existencia adquiera un sentido verdadero, que nuestra vida —aun breve— sea vivida con plena conciencia y responsabilidad ante el mundo y ante nosotros mismos (Signorelli & Guberman, 2023).

De esta manera, son las situaciones de pérdida que experimentamos en nuestra vida y la ansiedad frente a la muerte las que nos pueden permitir tomar consciencia de nuestras muertes y asumir una posición frente a ella (Connelly, 2003), sea para defendernos neuróticamente utilizando mecanismos defensivos, o para defendernos desde otros mecanismos como la aceptación, cuidado y compromiso ante la vida. Lo anterior no constituye "mejores" o "peores" maneras de hacerle frente a la muerte, sino narra más bien algunas posibilidades de transitarla.

Dicho esto, es válido plantear que la muerte se inmiscuye en la existencia a través de las pérdidas que experimentamos. Por supuesto, el valor implicado en aquello que perdemos mediará la intensidad con que vivamos la experiencia. La intensidad con que se experimente esta pérdida tendrá una relación con el significado que le estamos dando a eso que ha sido destruido y el lugar que ocupa dicho valor en nuestra identidad (Scott y Weems, 2013).

La experiencia de pérdida que logra con su intensidad irrumpir en la cotidianidad y fragmentar el sentido que hasta ese momento daba coherencia a la vida, le llamamos duelo (Davis, et al., 2017). Entonces, se entiende que el duelo es un proceso de transición durante el cual ocurre la reconstrucción de la identidad. En el tránsito de esta reconstrucción se toma contacto con la muerte por ser una experiencia que expone a través del sufrimiento la fragilidad, vulnerabilidad y finitud. La propuesta de este trabajo es integrar los aportes acerca de la muerte de Yalom, May y Boss, para ofrecer una comprensión del duelo y su tránsito. Adicionalmente, estos aportes se enriquecen con las perspectivas de relacionalidad propuestas por Spinelli, Van Deurzen, y autores/as como Joan Carles Mélich y Judith Butler.

Irvin Yalom

En psicoterapia existencial (1984) Yalom plantea que la muerte es uno de los supuestos existenciales que rodean la existencia del hombre. Esto quiere decir que toda situación en donde el hombre se desenvuelve, si se sigue un estudio profundo de ésta, podría llevar a la consciencia de finitud.

La muerte es una experiencia que se mantiene presente en el tránsito de nuestra vida. Por supuesto, implica un esfuerzo personal para lograr que la inquietud por nuestra mortalidad pase desapercibida. Este esfuerzo deriva en mantenernos alejados o protegidos de situaciones que puedan movilizar nuestra ansiedad ante la muerte. Tales esfuerzos se conocen como mecanismos de defensa, que si bien no erradican esta ansiedad,estructuran su cotidianidad logrando obviar o paliar el malestar (Yalom, 2008).

Las defensas que plantea Yalom son: 1. La búsqueda de un salvador y 2. El sentirnos especiales. La primera alude a la percepción de que una persona, institución o ser superior, va a interceder ante la persona y lo va a librar de tener que tomar una posición psicológica frente a la situación. Esta defensa puede buscar fusionarse con una figura externa para librarse del compromiso de sí. En la relación médico-paciente se observa la aplicación de esta defensa. Cuando las personas son diagnosticadas con algún tipo de cáncer, pueden renunciar a hacerse cargo de sí evitando conocer sus derechos y participar en las decisiones de su tratamiento, por ende, las expectativas, anhelos y fantasías de recuperación son puestas en el médico tratante quien pasa a ser la persona que sabe y puede erradicar su mal. De forma contraria, la segunda defensa que se caracteriza por sentirnos especiales deriva de la percepción y convicción de que se es distinto a los demás, y en consecuencia, las amenazas son temas externos asociados con los otros. En esta defensa es posible que la seguridad y sensación de protección se establezca mediante el hacer, la productividad, o conductas temerarias. El hacer remite a una continua planeación de la vida llevando a vivir en función del futuro y paradójicamente lejos del presente; la

realización de conductas temerarias corrobora la sensación de que se es intocable, aumentando la seguridad personal ante la muerte.

En la propuesta de Yalom se puede observar que le llama defensas y no estrategias de afrontamiento para referirse a la condición de indefensión de la persona ante los supuestos existenciales. Indistintamente de los esfuerzos que se realicen, la persona no puede escapar de su condición existencial, por ello, hablar de afrontar la muerte sería erróneo debido a que se entendería como una experiencia a superar o trascender. La muerte es una experiencia inmiscuida en la cotidianidad, la muerte es todo y es nada (Yalom, 2008).

Por ende, defendernos de ella sin tener que evitar la angustia que nos genera ser conscientes de nuestra muerte, deriva en integrar esta angustia en el hacer cotidiano. A esto Yalom le llama estar conectados y comprometidos con el momento presente. Yalom es enfático en comprender que la conexión con el presente implica atender aquellas posibilidades que puedo realizar, reconocer de qué forma me identifico con ellas, captar si estoy dispuesto a lidiar con las consecuencias que su actuar involucran, y aceptar aquello en lo que no puedo interceder en mi situación. Estas condiciones representan la columna vertebral de la propuesta de Yalom para vivir desde y frente a la experiencia de finitud.

Rollo May

Según May (1988), la muerte es inexorable para el hombre, una condición que moldea la existencia de la persona. Por eso May relaciona la experiencia de muerte con lo que él llama destino, para referirse que la mortalidad hace parte de aquello que nos viene dado y ante el cual tenemos que elegir.

En el ejercicio de la libertad, como un “hacerse cargo de sí”, es donde May plantea el cómo vivir frente al hecho de que tendré que morir. En este punto insta a integrar vida-muerte en la elección, con el fin de aclarar que sólo podremos responder a la vida creativamente si tenemos el coraje de asumir y relacionarnos honestamente con nuestras limitantes.

Entonces, integrar la muerte en la cotidianidad es acoger la vulnerabilidad y hacerla parte de mis posibilidades. Dentro de la elección no reniego o bloqueo opciones que puedan ser asociadas con la destrucción o amenaza, por el contrario, las observo y me permito comprender mi incapacidad para cambiarlas. En este orden de ideas, el reconocer cuán impotentes estamos frente a nuestro destino es aceptar que no podemos huir de él, y mediante la elección reposamos la esperanza de hacer algo dentro de las posibilidades que tenemos.

De acuerdo con este autor, se identifican defensas que la persona puede emplear para renegar contra la experiencia de muerte. En la pretensión de querer ser amo de su destino, sin tener que comprometerse con él, la persona puede intentar obtener seguridades inmediatas que le brinden la sensación de que él/ella y sus proyectos están blindados en contra de la incertidumbre. Por otro lado, la brujería y adivinación son acciones en las cuales las personas se pueden apoyar para tratar de conocer su destino, en donde paradójicamente, terminan entregando la libertad al futuro prometido.

Medard Boss

Para Boss (1979) existen dos vías a través de las cuales las personas pueden tomar contacto con su mortalidad. La primera es en las pérdidas y la segunda ante las limitantes que rodean nuestra vida.

Si el ser humano es en relación, todo aquello con lo que se relaciona va a estar ligado al desarrollo de sus proyectos e identidad. Cuando fallece una persona, sufrimos una ruptura, o la debacle de una meta, nuestros proyectos se ven afectados. Es decir, el sentido de nuestros proyectos puede perderse por la relación establecida con el valor destruido. Así, por ejemplo, el graduarse del pregrado cobraba un valor especial por la dedicatoria al padre. Cuando el padre fallece se experimenta que graduarse carece de sentido.

Por eso, ante la pérdida de una relación ocurre una paradoja: la persona intenta mantener su mundo tal y como lo conocía – antes de la pérdida- para continuar experimentando la relación, y esta forma de perpetuar la relación lo va a confrontar con la sensación de ausencia.

En la afirmación de sus proyectos la persona toma consciencia de los límites de la vida. Se da cuenta de que, sin importar los esfuerzos, dedicación y disciplina, los resultados están sujetos a factores que no puede controlar.

La relacionalidad inherente a la vida y las pérdidas

Ser en el mundo, es ser y estar en relación. En este orden de ideas, no llegamos a un mundo vacío, sino interpretado, lleno de sentidos y significados co-construidos (Mélich, 2014), lo que nos sitúa en una condición de interrelacionalidad. Bajo este concepto, no existe entonces el ser “individual”, “aislado” o completamente “autosuficiente”, pues aquello que hemos sido, somos, y seremos, corresponde a las relaciones que vivenciamos, bien sea con otros seres, objetos, espacios, entre otros (Van deurzen & Arnold, 2018; Spinelli, 2014). Lo anterior ha tomado distintos nombres como “Mit-sein” que significa “ser-con” (Heidegger en Van Deurzen & Arnold, 2018 p. 19) o “Ubuntu”, palabra con distintas formas de interpretación. Por ejemplo, según la noción sudafricana, nuestra experiencia de humanidad nace en la medida en que dejamos de vernos como individuos separados o aislados (Spinelli, 2014). En este sentido, humanidad es aquello que comprende las relaciones humanas, y es cuando somos con la “otredad”, co-creándonos constantemente. Al respecto, Eze (2010 en Spinelli, 2014 p. 21), plasma “Somos porque tú eres, y en la medida en que tú eres, definitivamente yo soy”. Lo anterior supone además una constitución dinámica del “yo”, teniendo en cuenta que no existen relaciones estáticas, sino que éstas van cambiando, dada nuestra condición de

vulnerabilidad, finitud e incertidumbre mencionadas en apartados anteriores.

Cuando el cambio que surge está asociado a la pérdida y el duelo, hablamos entonces de un cambio en nuestra identidad y en nuestras maneras de relacionarnos con el mundo. En este proceso de búsqueda de familiaridad, la frustración y el dolor surgen asociados a la imposibilidad de regresar a la relación estrictamente tal cual era. Al respecto, hablamos de una pérdida de las formas del "yo", y una pérdida de presentes y futuros posibles a partir de lo que esa relación prometía. Esto se evidencia en la reflexión propuesta por Judith Butler (2004), quien hace referencia a la pérdida del otro como la consecuente pérdida del "yo", dando relevancia a la pregunta ¿Quién soy yo sin ti?

Esta pregunta resuena profundamente con la comprensión existencial del duelo que proponen Signorelli y Guberman (2023), para quien la pérdida no solo desarticula un vínculo, sino que expone la vulnerabilidad constitutiva del ser humano. En sus reflexiones, Signorelli y Guberman (2023) afirman que el duelo inaugura "una experiencia límite en la que la identidad queda suspendida", pues la muerte del otro revela el modo en que nuestra propia existencia estaba sostenida en ese lazo (Signorelli & Guberman, 2023). En ese sentido, el duelo no solo interrumpe la continuidad del mundo cotidiano, sino que obliga al doliente a reconfigurar su manera de ser-en-el-mundo.

Además, Signorelli Y Guberman (2023) subrayan que la pérdida confronta al ser humano con su finitud, al recordarle que "no somos autónomos ni autosuficientes, sino seres radicalmente expuestos a los otros" (Signorelli & Guberman, 2023). La desaparición de quien sostenía parte de nuestra identidad deja al descubierto aquello que se mantenía implícito en la relación: que nuestro yo está siempre en co-constitución con otros, y que su ausencia abre un vacío no solo afectivo, sino ontológico.

Por ello, la pregunta de Butler no es solo emocional, sino profundamente existencial: ¿quién soy yo sin ti *si mi ser estaba entramado con tu existencia*? Desde la mirada de Signorelli y Guberman (2023), este desgarro revela un aspecto esencial del duelo: la tarea no es "volver a ser el mismo", sino abrirse a la posibilidad de reconstruir un modo de existir que reconozca la pérdida como parte de la propia historia y no como algo que deba ser negado o superado rápidamente. De este modo, el duelo se convierte en un proceso de reconfiguración del yo que, aunque doloroso, posibilita una forma distinta de habitar el mundo.

De igual manera, se evidencia en el planteamiento de Mélich (2015, p.83-84)

La añoranza tiene que ver con la ignorancia, con el no saber: No sé dónde estás, no sé nada de tí…pero es una ignorancia que sospecha que hay algo más terrible todavía: por desgracia sé algo cierto…sé que nunca sabré más nada de tí, que nunca más volverás, que nunca más llenarás este vacío…sé que volverá a renacer la primavera, pero tú ya no estarás, y estaré solo contemplando este mundo, que ya no me parecerá dulce en ese momento, sino absurdo y terrible…Por eso sé que te quería…porque añoro y desearía que volvieras…

Lo anterior expone la imposibilidad del regreso, sin embargo, nos arroja a preguntas en torno a nuevas posibilidades de relacionarnos con lo perdido, en donde a pesar de la ausencia, la relación puede continuar siendo a partir de otras formas. Para esto, resulta clave recordar la imposibilidad de deshacer aquello que ya ha sido, o de deshacer la relación que se construyó, por lo que esta relación siempre seguirá existiendo en la medida en que la narremos, la recordemos, y la sintamos. En resumen, dicha relación seguirá existiendo en la medida en que nosotros/as sigamos existiendo. En resonancia, surge como esperanza una dialéctica del tiempo que nos permite conectar el pasado con el presente y el futuro (Van Deurzen & Arnold, 2018), dando dinamismo a esta relación, lo cual corresponde a una de las tantas formas de transitar el duelo.

La relacionalidad inherente a la vida y las pérdidas

Ser en el mundo, es ser y estar en relación. En este orden de ideas, no llegamos a un mundo vacío, sino interpretado, lleno de sentidos y significados co-construidos (Mélich, 2014), lo que nos sitúa en una condición de interrelacionalidad. Bajo este concepto, no existe entonces el ser "individual", "aislado" o completamente "autosuficiente", pues aquello que hemos sido, somos, y seremos, corresponde a las relaciones que vivenciamos, bien sea con otros seres, objetos, espacios, entre otros (Van deurzen & Arnold, 2018; Spinelli, 2014). Lo anterior ha tomado distintos nombres como "Mit-sein" que significa "ser-con" (Heidegger en Van Deurzen & Arnold, 2018 p.) o "Ubuntu", palabra con distintas formas de interpretación. Por ejemplo, según la noción sudafricana, nuestra experiencia de humanidad nace en la medida en que dejamos de vernos como individuos separados o aislados (Spinelli, 2014). En este sentido, humanidad es aquello que comprende las relaciones humanas, y es cuando somos con la "otredad", co-creándonos constantemente. Al respecto, Eze (2010 en Spinelli, 2014 p. 21), plasma "Somos porque tú eres, y en la medida en que tú eres, definitivamente yo soy". Lo anterior supone además una constitución dinámica del "yo", teniendo en cuenta que no existen relaciones estáticas, sino que éstas van cambiando, dada nuestra condición de vulnerabilidad, finitud e incertidumbre mencionadas en apartados anteriores.

Cuando el cambio que surge está asociado a la pérdida y el duelo, hablamos entonces de un cambio en nuestra identidad y nuestras maneras de relacionarnos con el mundo. En este proceso de búsqueda de familiaridad, la frustración y el dolor surgen asociados a la imposibilidad de regresar a la relación estrictamente tal cual era. Al respecto, hablamos de una pérdida de las formas del "yo", y una pérdida de presentes y futuros posibles a partir de lo que esa relación prometía. Esto se evidencia en la

reflexión propuesta por Judith Butler (2004), quien hace referencia a la pérdida del otro como la consecuente pérdida del "yo", dando relevancia a la pregunta *¿Quién soy yo sin tí?*
De igual manera, se evidencia en el planteamiento de Mélich (2022)

La añoranza tiene que ver con la ignorancia, con el no saber: No sé dónde estás, no sé nada de tí…pero es una ignorancia que sospecha que hay algo más terrible todavía: por desgracia sé algo cierto…sé que nunca sabré más nada de tí, que nunca más volverás, que nunca más llenarás este vacío…sé que volverá a renacer la primavera, pero tú ya no estarás, y estaré solo contemplando este mundo, que ya no me parecerá dulce en ese momento, sino absurdo y terrible…Por eso sé que te quería…porque añoro y desearía que volvieras… (Mélich, 2015).

Lo anterior expone la imposibilidad del regreso, sin embargo, nos arroja a preguntas en torno a nuevas posibilidades de relacionarnos con lo perdido, en donde a pesar de la ausencia, la relación puede continuar siendo a partir de otras formas. Para esto, resulta clave recordar la imposibilidad de deshacer aquello que ya ha sido, o de deshacer la relación que se construyó, por lo que esta relación siempre seguirá existiendo en la medida en que la narremos, la recordemos, y la sintamos. En resumen, dicha relación seguirá existiendo en la medida en que nosotros/as sigamos existiendo. En resonancia, surge como esperanza una dialéctica del tiempo que nos permite conectar el pasado con el presente y el futuro (Van Deurzen & Arnold, 2018), dando dinamismo a esta relación, lo cual corresponde a una de las tantas formas de transitar el duelo.

Hacia una propuesta integradora del duelo

El duelo es una experiencia potencialmente presente ante toda pérdida. Su aparición es la consecuencia de una pérdida de sentido en el mundo personal. Dicho esto, el tránsito del duelo es un llamado a crear y construir sentido alrededor de una experiencia que pasó de ser habitual a ser desconocida.
Esta pérdida de familiaridad convoca a sensaciones de desasosiego, tristeza, desesperanza, vacío, culpa, a causa de haber perdido el lugar y la relación dentro del mundo. En este sentido, la pérdida que genera el duelo está ligada a proyectos que representan la identidad personal.
Para continuar relacionándose con lo perdido, la persona puede insistir en preservar el mundo como lo conocía inmiscuyéndose en la cotidianidad; no obstante, la sensación de ausencia y sus síntomas -llanto, desgano, desmotivación- condicionan el presente que se esfuerza por desconocer.
El sufrimiento en el duelo no es una experiencia que deba superarse o evitarse, por el contrario, implica desde nuestro rol como terapeutas, acompañar y validar la vivencia, pues es desde el sufrimiento que se construirán las bases para relacionarse de forma distinta con aquello que se perdió. En este sentido, la persona aprende a vivir con la sensación de ausencia, no a superarla.
Por ello, lo que ha sido presente para el ser humano no pasa a ser una experiencia terminada o pérdida. Toda relación vivenciada es potencialmente una posibilidad presente por desarrollar. De alguna manera, la persona continúa relacionándose con lo que perdió, ahora desde una posición que brinda otras posibilidades a futuro.
La transición en el duelo convoca a aceptar las condiciones de la situación, pasando de un renegar ante por qué a aceptar el cómo pasó, resaltando de nuevo que esta aceptación no corresponde a "superación". Este proceso requiere coraje para aceptar e integrar que se es impotente frente a la vida y que esta puede considerarse injusta.
Como conclusión, en la experiencia de duelo, la pérdida no alude a la inexistencia fáctica de aquello que se ha perdido, aun con el dolor que supone su ausencia. Aquí, la fenomenología permite comprender los cambios en el estar-en-el-mundo sin aquello perdido; es decir, amplía la perspectiva sobre un modo relacional de cohabitar el mundo que afectaba profundamente el modo de percibir, actuar y proyectarse. En esta línea, Signorelli y Guberman sostienen que el duelo inaugura "una modalidad distinta de estar-en-el-mundo, marcada por la irrupción de un vacío que exige ser habitado" y que transforma inevitablemente las coordenadas de sentido con las que la persona se relacionaba con su mundo cotidiano (Signorelli & Guberman, 2023).
Asimismo, la fenomenología puede enriquecer la comprensión del tránsito del duelo dando cabida al diálogo entre los tiempos, las identidades y las posibilidades de relación del ser. Para Signorelli y Guberman, este tránsito no consiste en "cerrar" la pérdida, sino en permitir que el pasado y el presente entren en conversación para que la identidad pueda reconfigurarse sin negar la huella del vínculo perdido. El duelo implica entonces una reorganización existencial donde la persona se abre a la posibilidad de integrar la ausencia en su historia vital, reconociendo que "la vida continúa, pero ya no es la misma" (Signorelli & Guberman, 2023). Desde esta perspectiva, la fenomenología —y especialmente la lectura existencial propuesta por Signorelli y Guberman (2023)— ofrece un marco para comprender que el duelo no es solo un proceso emocional, sino una transformación profunda del ser, de su mundo y de su modo de habitarlo.

Referencias bibliográficas

Boss, M. (1979). *Existential Foundations of Medicine and Psychology*. New York: Jason Aronson.
Butler, J. (2004). Precarious life: The powers of mourning and violence. verso.
Connelly, R. (2003). Living with death: the meaning of acceptance. *Journal of Humanistic Psychology*, 43(1), 45-63.
Davis, E., Deane, F., Lyons, G., & Barclay, G. (2017). Is higher acceptance associated with less anticipatory grief among patients in palliative care? *Journal of Pain and Symptom Management*, 54(1), 120-125.

De Castro, A. (2013). Dysfunctional personal experiences and existential dilemmas. The Humanistic Psychologist, 41 (4), 371-383.
Heidegger, M. (1962). *Being and time* (J. Macquarrie & E. Robinson, Trans.). London: SCM Press.
Jaspers, K. (1958). *Filosofía II* . Madrid: Ediciones Revista de Occidente.
Keen, E. (1970). *Three Faces of Being: Toward a Clinical Existential Psychology*. New York: Appleton Century Crofts.
May, R. (1988). *Libertad y destino en psicoterapia*. Barcelona: Desclee de Brouwer.
May, T. (2014). *Death: The art of living.* Editors: Routledge.
Mèlich, J. C. (2014). Lógica de la crueldad. Herder editorial.
Mèlich, J. C. (2022). La experiencia de la pérdida (Vol. 17, p. 04).
Merleau-Ponty, M. (1993). *Fenomenología de la percepción*. México-Bs. As.: Fondo de Cultura Económica.
Ratcliffe, M. (2009): *Understanding Existential Changes in PsychiatricIllness: the Indispensability of Phenomenology*, in: Matthew Broome/LisaBortolotti (Eds.), Psychiatry as Cognitive Neuroscience, Oxford: Oxford Uni-versity Press, 223–244.
Scott, B. G., & Weems, C. F. (2013). Natural disasters and existential concerns: A test of Tillich's theory of existential anxiety. *Journal of Humanistic Psychology*, 53, 114–128. http://doi.org/10.1177/0022167812449190
Signorelli, S., & Guberman, M. (2023). *Más allá de los cuidados paliativos*. Buenos Aires: Fundación CAPAC
Spinelli, E. (2014). Practising existential therapy: The relational world.
Svenaeus, F. (2011). Illness as unhomelike being-in-the-world: Heidegger and the phenomenology of medicine. *Medicine, Health Care and Philosophy*, *14*(3), 333–343. https://doi.org/10.1007/s11019-010-9301-0.
Van Deurzen, E., & Arnold-Baker, C. (2018). Existential therapy: Distinctive features. Routledge.
Yalom, I. (2008). *Mirar al sol*. Buenos Aires: Emecé
Yalom, I. (1984). *Psicoterapia Existencial.* Barcelona: Herder.

Curriculum

Ricardo Gonzalez Ternera
Estudiante de doctorado en Psicología Universidad de Buenos Aires.
Magister en psicología clínica, Universidad del Norte.
Docente del programa de psicología Universidad del Norte. Barranquilla-Colombia.

Correo de contacto:
ternerar@uninorte.edu.co

Ana María Díaz González
Psicoterapeuta. Especialista en estudios interdisciplinarios en duelo. Magister en Musicoterapia. Diplomado en Tanatología Existencial.

Correo de contacto:
diazgonzalezanama@gmail.com

Fecha de entrega: 23/09/2025
Fecha de aceptación: 3/12/2025