

La Reacción ante la Muerte en la Cultura del Mexicano Actual

Jimena Gómez-Gutiérrez¹
Universidad de Londres

Resumen

El presente trabajo expone una aproximación a las actitudes que los mexicanos muestran ante la muerte en relación a la cultura a la que pertenecen, la cual se ha construido gracias a las tradiciones de los antiguos pobladores de Mesoamérica y a los supuestos de la religión judeo-cristiana heredada por la cultura occidental durante la época de la conquista. Este conjunto de creencias determinan gran parte de la forma en que los mexicanos viven el duelo que enfrentan ante las pérdidas y brinda la posibilidad de entender el efecto psicológico que puede significar esta particular forma de expresarlo.

Palabras clave: Muerte, duelo, creencias, cultura, tradiciones.

The reaction to death in current Mexican culture

Summary

The present study describes an approach to the Mexicans show attitudes about death in relation to the culture to which they belong, which has been built thanks to the traditions of the ancient peoples of Mesoamerica and the assumptions of the Judeo-Christian religion inherited by the Western culture during the time of the conquest. This set of beliefs largely determine the way Mexicans live the match before facing losses and provides the ability to understand the psychological effect which may mean this particular way of expressing it.

Keywords: Death, grief, belief, culture and traditions.

1. Introducción

La muerte da sentido a la vida, pero la vida, con su vertiginoso remolino de emociones, amores y encuentros tiende a hacernos difícil el comprender y aceptar la muerte... aunque difícilmente se vive sin morir un poco cada día. Se vive y se muere. Y todo mundo sabe que ambos caminos son inevitables. Quizá porque no se trata de una disyuntiva, sino de una única ruta.

Desde las más antiguas civilizaciones, las personas se han encargado de darle una explicación a todo aquello que no podían controlar por medio de los mitos, estas historias que narran las razones por las cuales surgen ciertos fenómenos que se presentan en el mundo. En el caso de la muerte ésta no ha sido la excepción, a lo largo de la historia cada cultura ha construido sus propias creencias y con ellas las ceremonias que las acompañan, que generalmente, al igual que los mitos de la antigüedad, están relacionadas a la religión. En la actualidad, la inquietud ante la muerte sigue presente, y con ello, en todo el mundo se encuentran creencias y tradiciones alrededor de ella, las cuales están relacionadas a las diversas formas que la gente tiene para actuar cuando se presenta. En México, la ideología que se tiene con respecto a la muerte está entrelazada por la influencia de los pueblos de Mesoamérica que habitaron el territorio y por la cultura occidental, la unión de las diferentes civilizaciones hace que la visión ante la muerte sea diferente a la de otros lugares y por tanto las reacciones y la manera de vivir el duelo que causa sean únicas.

Dentro del terreno de la psicología, la muerte en relación a otros temas es poco abordada y sin embargo de suma importancia, ya que es irremediable para toda persona, y vivirlo significa a su vez enfrentarse a un proceso doloroso. Precisamente uno de los motivos de estudiar este tema dentro de la disciplina psicológica está en el poder adaptar los conocimientos y aplicaciones que se adquieran a cualquier acontecimiento que implique una pérdida para el individuo.

Es por lo anterior que el objetivo de este tema es conocer y entender la relación que existe entre las reacciones que los mexicanos presentan frente a la muerte y las prácticas culturales que los caracterizan, para lo cual, es necesario atravesar por la historia de sus pobladores, estudiando las tradiciones relacionadas con la muerte que tenían las culturas precolombinas y los españoles durante la época de la conquista, para de esta forma

conocer la herencia que estas dos civilizaciones dejaron en el país. También se dará cuenta de los principales intelectuales que han dado aportaciones en el terreno psicológico al hablar de la muerte, las concepciones que de ella se tienen, el trabajo que se propone realizar ante las personas que se encuentran enfrentando un duelo y las características que la sociedad mexicana mantiene que permite entender el por qué reaccionan y actúan de determinada manera al experimentar cercanía con la muerte. Considero que el trabajo al que los psicólogos podemos enfrentarnos necesita de este conjunto de conocimientos en especial si se desempeña dentro del área clínica en la que estos casos son frecuentes.

2. México prehispánico, su visión ante la muerte. Siglo XVI

Las civilizaciones antiguas de Mesoamérica se caracterizaban por ser culturas cosmológicas, las explicaciones que tenían con respecto a los fenómenos naturales estaban siempre relacionadas con el universo y se creía que los rituales que se realizaban eran esenciales para él. En el caso de la muerte, ésta se convertía en ayuda para el cosmos, es decir, había un equilibrio en el universo cuando alguien moría y se pensaba que la sangre servía para el mantenimiento del mundo, de hecho los símbolos que se utilizaban para representarla eran los mismo de la Tierra, los muertos llegaban a ella para servirle (Cabrero, 1995).

Como muchos pueblos del mundo, éstos también construyeron un cuerpo de creencias religiosas para explicar el origen y la estructura del cosmos, así como para justificar el papel que la humanidad juega en el mantenimiento del orden en esa realidad (Pérez, 1993). Su religión era politeísta y a diferencia de algunas civilizaciones de occidente, las culturas precolombinas creaban a la mayoría de sus Dioses en base a la misma naturaleza. Los Dioses de la muerte estaban representados por medio de calaveras, de hecho, la muerte para estas culturas era identificada por medio de la imagen de una calaca (Cabrero, 1995).

El Dios de la muerte de los mayas recibía el nombre de *Yum Kimil* (el señor de la muerte), y era representado con la imagen de un cuerpo humano esquelético, o bien mostrando signos de putrefacción como vientre hinchado, emanación de aromas fétidos por la nariz o por el ano, puntos

o partes oscurecidas que indican la descomposición de las carnes, collares o pulseras formados por cascabeles en forma de ojos con las cuencas vacías y un tatuaje parecido a nuestro signo de porcentaje (%) en el rostro o en el cuerpo (Pérez, 1993). Para los mayas por ejemplo, el inframundo era un trayecto seguido por el Sol durante la noche, además de ser el lugar por donde atraviesan los difuntos o en el que moran por siempre (De León, 2000). Además del Sol, existían diferentes lugares a los que podían llegar las personas que fallecían, lo cual se encontraba en relación al tipo de muerte que habían experimentado (Cabrero, 1995). A diferencia de las creencias cristianas, estas culturas no creían que existiera un destino desafortunado después de la muerte y que éste estuviera determinado por el comportamiento del sujeto durante su vida.

Para el pueblo mexicana, los que morían podían ir a uno de los tres lugares en los que creían dependiendo de las causas de su fallecimiento. Si la muerte era por enfermedad, ellos iban a un lugar sin luz y sin ventanas, sin oportunidad de salir de allí; si morían ahogados o por enfermedades contagiosas iban al paraíso terrenal, donde había mucha comida y diversiones; cuando morían en batallas o las mujeres morían durante el parto, iban al cielo donde vive el Sol (Cabrero, 1995).

Las culturas precolombinas creían en la inmortalidad del alma y en la vida de ultratumba al desprenderse del cuerpo. Para ellos la muerte no significaba el fin de la existencia, sino un cambio (De León, 2000). Encontrando que este pensamiento mantiene una similitud con la ideología de las culturas de oriente.

Los mayas envolvían a sus muertos en una mortaja y llenaban su boca de alimento para que en la otra vida tuvieran que comer. Los cuerpos eran incinerados o enterrados en las partes de atrás de las casas o en fosas comunes. Los aztecas también incineraban o enterraban los cuerpos de sus difuntos, aunque las prácticas dependían también del estrato social al que pertenecían. Las personas eran enterradas con la ropa y las joyas que tenían, las cenizas de los que eran quemados se introducían en ollas y en ellas las joyas que eran de su propiedad. Otra tradición era la de hacer cantos, además de comer y beber durante el transcurso de la ceremonia (De León, 2000).

3. España, religión y muerte. Siglo XVI.

Las creencias y tradiciones que envuelven a la cultura de España están basadas en la religión cristiana. Desde la época medieval, en la que la iglesia se caracterizaba por mantener el control de la ideología de la sociedad, las enfermedades y la muerte tenían una explicación religiosa, cualquier padecimiento que las personas pudieran tener se consideraba, al igual que el fallecimiento de las mismas, como un designio divino. Podía ser que las enfermedades y la misma muerte se convirtieran en la mayor prueba de santidad, de fuerza o como expresión de castigo (Aurell y Pavón, 2002).

La muerte según la religión judeocristiana ha estado relacionada a las acciones morales de los seres humanos, se ha resaltado la existencia de la salvación del alma por medio de las buenas acciones y la búsqueda del perdón de los pecados por medio del rezo. Desde la época medieval en España esto se puede ver por medio de sus tradiciones y ceremonias realizadas ante el fallecimiento de un ser humano. Al morir una persona se llevaban a cabo rezos en búsqueda de la salvación de su alma, esperando con ello que la persona pudiera acceder al paraíso; en algunas de las provincias se rezaban rosarios en las casas de los deudos; como ceremonia de respeto se velaba al difunto, su cuerpo era extendido sobre una sábana en el suelo, se le ponía su mejor ropa y se le colocaban velas que le permitieran estar iluminado en el viaje que realizaría, lo habitual era asistir a la casa del doliente también para darle el pésame¹ a los deudos, entre otras costumbres más (Blanco, 2005).

4. ¿Qué es la muerte?

En un sentido biológico se puede decir que la muerte es la detención completa y definitiva de las funciones vitales (Thomas, 1991). Aunque en la actualidad con el adelanto científico es más difícil decir en que momento exactamente se termina la vida de la persona, ya que existen casos en los que los órganos vitales de los sujetos continúan trabajando por medio de máquinas a las que el cuerpo se mantiene conectado, o bien, situaciones en que el paciente a causa de algún accidente pueda ser diagnosticado con muerte cerebral.

¹ Pésame significa mostrar ante los deudos el dolor que nos causa la muerte de la persona querida.

Estos eventos son los que han llegado a crear polémica alrededor de la definición de la muerte, aunque lo que siempre tendremos seguro es que ese instante llegará tarde o temprano para cada uno.

La muerte biológica o desaparición del individuo vivo y reducción a cero de su tensión energética consiste en la detención completa y definitiva, es decir irreversible de las funciones vitales, especialmente del cerebro, corazón y pulmones; a la pérdida de la coherencia funcional sigue la abolición progresiva de las unidades tisulares y celulares. La muerte opera, pues a nivel de la célula, del órgano, del organismo y, en última instancia, de la persona en su unidad y especificidad (Louis-Vicent Thomas en Castro, 2008, p. 32).

En cuanto símbolo, la muerte es el fenómeno precedero y destructor de la existencia. No obstante, la concepción que se tenga de la muerte será distinta según la cultura que se estudie. En el caso de la civilización oriental, vida y muerte no se consideran eventos contrarios, sino que son asumidas como una identidad; no así en la civilización occidental, en la que vida y muerte representan eventos que se niegan el uno al otro (Torres, 2006).

El tema de la muerte ha sido abordado por diversas disciplinas, pero dentro del área científica es la tanatología la encargada de su estudio. Para beneficio del conocimiento y estudio psicológico encontramos a algunos personajes que en algún momento de su carrera han abordado el tema de la muerte y el duelo. Sigmund Freud, por ejemplo, escribió en el año 1915 el libro "*Duelo y melancolía*" por medio del cual introduce este término a la escuela psicoanalítica. Freud habla del trabajo de duelo, refiriéndose a éste como un requerimiento pulsional en función de la insuficiencia estructural de elementos significantes para hacer frente al agujero que implica el duelo, y explica que en ocasiones puede manifestarse por medio de las adicciones hacia la comida, el alcohol, las drogas, los psicofármacos, entre otros. Pero el interés por el tema de las pérdidas, el duelo y la muerte no fue desarrollado únicamente por Freud dentro del terreno psicoanalítico. Lacan lo retoma también denominando al proceso que le sigue a la pérdida como: *función del duelo*, ya que según la explicación que presenta, su elaboración involucra un cambio de posición subjetiva, que puede atravesar el habitual sentimiento de culpa y

consecuentemente proporcionar una distribución del goce. De igual forma, enfatiza el soporte que los grupos bien organizados representan en los tiempos del duelo, así como sostiene la importancia de los rituales funerarios para este mismo (Bavab de Dreizzen, 2001).

Interesada de manera especial por el tema de la muerte, encontramos a Elizabeth Kubler-Ross, eminente médica de origen suizo, quien llegó a escribir más de diez libros acerca del tema. Su amplia experiencia adquirida durante más de 25 años hablando y asistiendo con personas que se encontraban en etapa terminal, ayudó a la conformación de una serie de pasos por los que explica que las personas pasan antes de morir y que ella nombró "proceso de duelo". Así como ella lo manifiesta, la muerte es un acontecimiento natural de la misma forma en que lo es el nacimiento y sin importar la edad, la posición económica, o las creencias, todo ser humano va a pasar por este hecho (Kubler-Ross, 2003).

Otro personaje que llegó a trabajar el tema fue Víctor E. Frankl, un psiquiatra de origen austriaco de religión judía que al estar en un campo de concentración durante la segunda guerra mundial crea una nueva escuela de psicoterapia. Frankl, al tener esta vivencia durante los tiempos de la guerra comienza a observar y a analizar la manera en que las personas se aferran a la vida cuando muchos pensarían que ya no existen razones para hacerlo, las personas que estaban en estos campos imaginaban en muchas de las ocasiones que sus familiares estaban muertos y ellos a su vez pasaban en esos lugares hambre y frío junto con la obligación de realizar trabajos forzados en las peores condiciones, sin saber en que momento y cómo todo aquello se terminaría. Él se da cuenta de que los supervivientes de esta experiencia eran las personas que aún encontraban un por qué ante todo ese sufrimiento y así es como surge la logoterapia, la cual es la aplicación práctica del análisis existencial. La logoterapia mira al futuro, a esos cometidos y sentidos que el paciente tiene que realizar todavía, otorgándole un sentido al sufrimiento (Frankl, 1999).

Por último, relacionada con la logoterapia, encontramos que en la actualidad dentro del terreno de la psicología ha surgido la resiliencia, tema que fue expuesto en un seminario por primera vez en el año de 1991. La resiliencia se refiere a esa capacidad de las personas para reponerse ante los hechos considerados trágicos. Los objetivos principales que tienen en el caso de

querer trabajarlo es el de desarrollar al máximo las potencialidades del individuo, identificar sus fortalezas, habilidades y posibilidades que hay dentro y fuera de ellos, para así hacer frente a las dificultades cuando así sea necesario (Puerta de Klinkert, 2002).

5. Construyendo la cultura

La epistemología es la parte de la filosofía que estudia las diversas formas de conocimiento (Eguíluz, 2003) referidas al desarrollo de la estructura del pensamiento, es decir que todos los seres humanos poseemos una epistemología por la cual se desarrolla el proceso cognitivo. Es posible que no se esté consciente de cómo se realiza el proceso, aunque sea éste mismo el que nos lleva a la construcción de nuestro mundo y a su vez sirve como marco de referencia de la conducta (Watzlawick y Ceberio, 2006).

Para entender cómo se construyen los pensamientos y la forma en que estos se reflejan en el comportamiento de cada persona, es importante considerar su epistemología, y a su vez la cultura a la que pertenece. Se puede definir a la cultura como el conjunto de signos y símbolos que transmiten conocimientos e información, portan valores, suscitan emociones y sentimientos, expresan ilusiones y utopías (Varela, 1997). El contexto social en el que crecemos va a diferenciarnos de otras personas, ya que éste incluye desde elementos tan simples como: el volumen de voz que tengamos, la forma de mirar, la distancia que se deja entre los cuerpos, la postura, las partes del cuerpo que se permiten ser tocadas, entre otras (Triadis, 1994). Incluso la forma de expresar algunos de los sentimientos es distinta, las palabras o los gestos que se emplean en algunos lugares pueden considerarse adecuados o inadecuados según la epistemología que se ha construido, al final de cuentas, cada cultura posee un lenguaje verbal y no verbal que le permite expresar y comunicar lo que desea. Los signos y los símbolos que caracterizan a determinada población transmiten información, valoraciones, juicios sobre lo bueno y lo malo y a su vez generan emociones como amor, temor, odio, etc. (Varela, 1997).

6. Los pensamientos y su influencia en el comportamiento.

La estructura de conocimiento del sujeto, es decir su epistemología, puede verse como su modelo

del mundo y como el marco de referencia de su conducta (Watzlawick y Ceberio, 2006).

Algunos filósofos y pensadores de la antigüedad llegaron a hablar de la influencia de los pensamientos en las personas y de hecho esto mismo conforma las bases de la corriente cognitivo conductual dentro del trabajo psicológico, la cual tiene su origen en la frase del estoico Epícteto, “No son los acontecimientos los que nos afectan, sino los pensamientos que de ellos tengamos” (Feixas y Miró, 1993). Pero lo que es importante resaltar es que todos estos pensamientos y creencias se van conformando por medio de nuestro aprendizaje que tiene lugar en el grupo social y cultural al que pertenecemos. Para Varela (1997) las pasiones son modificables por la cultura en cuanto se pueden exacerbar, es decir, modelar para convertirse en hábitos. Por ejemplo, por medio de la observación las personas adquirimos repertorios de conducta, el complejo comportamiento del adulto puede adquirirse prácticamente por completo, las actitudes, los gestos, las inflexiones de la voz, los roles e incluso la forma de reaccionar ante las situaciones pueden ser reproducidas por medio de la imitación (Bandura y Walters, 1982)

Así como lo menciona Bucay (2003), las creencias condicionan la manera en la que se enfrentan las dificultades.

(...) la relación entre cultura y comportamiento es de causalidad unidireccional: si se cambia la cultura se cambia el comportamiento, y aplíquese al campo específico que se quiera: político, científico, tecnológico, etcétera. (Varela, 1997, p. 47).

7. Efecto psicológico de la pérdida

El perder o dejar algo genera en nosotros una transformación, la cual se traduce en una etapa de dolor. Todos los seres humanos cambiamos a cada instante, lo cual conlleva a abandonar lo que antes éramos o lo que antes teníamos, vamos dejando o perdiendo personas, lugares, cosas y/o etapas de nuestra vida, que aunque sea por voluntad propia generan en nosotros nostalgia o tristeza, llamándole a este proceso de pérdida “duelo”.

La palabra duelo proviene de dos vocablos latinos: *Dolus*, del latín tardío, que significa dolor, pena o aflicción y *Duellum*, variante fonética arcaica de *bellum*, que significa batalla, desafío, combate (Bavab de Dreizen, 2001). Aunque este

concepto se ha transformado y enriquecido con el tiempo por parte de las personas que se han interesado en el estudio del tema. Jorge Bucay, en su libro *El camino de las lágrimas* presenta su propio concepto:

El duelo es el doloroso proceso normal de elaboración de una pérdida, tendiente a la adaptación y armonización de nuestra situación interna y externa frente a una nueva realidad. Elaborar el duelo significa ponerse en contacto con el vacío que ha dejado la pérdida de lo que no está, valorar su importancia y soportar el sufrimiento y la frustración que comporta su ausencia (Bucay, 2003, p. 15).

Así como Jorge Bucay lo manifiesta en su obra, independientemente del tipo de pérdidas que se tengan, es esencial que las personas elaboren su proceso de duelo. La magnitud del duelo ante la muerte de un ser amado va a estar relacionado a varias situaciones, como: al tipo de muerte de la persona, ya que no se vive este proceso de la misma forma cuando la muerte se da de manera imprevista a causa de algún accidente o si con meses o años de anticipación se recibe la noticia de que el sujeto tienen alguna enfermedad terminal, ya que en éste último caso, se permite elaborar el proceso antes de que el ser querido muera, así como también da oportunidad de que tanto él como sus familiares y amigos puedan concluir sus asuntos pendientes. En el momento de enfrentar la pérdida, también influye el temperamento de la persona que recibe la noticia, el papel que tenía para él o para el grupo la persona que falleció, los valores, las creencias y el tipo de relaciones familiares y de amistad que mantenga (redes de apoyo).

Es importante vivir el duelo, ya que la negación o el estancamiento pueden tener efectos considerables en el doliente. Cuando se vive el duelo aceptando el proceso, puede decirse que es la forma ideal de recuperarse de éste, ya que su función es precisamente restituir o sanar y aunque cada persona vive su sufrimiento de diferente forma, el aceptar el dolor será siempre el mejor camino. Cuando no se expresan las emociones que la pérdida ha traído consigo, las personas suelen quedarse atoradas en duelos difíciles. Estas emociones pueden ir desde la tristeza hasta el enojo con el destino, con las mismas personas que se fueron o con Dios mismo (Castro, 2007). En el caso de los familiares y amigos, es necesario dejar que la persona manifieste libremente su dolor con respecto a su pérdida, sin embargo, en muchas

ocasiones cuando menciona su tristeza es reprimido por los demás y al obtener esa respuesta no lo vuelve a mencionar quedando entonces como un duelo no cubierto, lo que ocasiona que el duelo se prolongue o que se presenten conductas sintomáticas (Eguíluz, en prensa).

En nuestra cultura es común huir del sufrimiento, en el caso de situaciones de pérdidas por muerte, se llegan a tomar acciones como el darle a los afectados calmantes, se les evita estar cerca del difunto e incluso se les impide asistir a los velorios y/o entierros, este último ejemplo se presenta principalmente en los niños, frenando con todo esto el proceso que ya se ha mencionado, siendo éste esencial para la salud de las personas. Como lo plantea Bucay (2003) la tristeza es una emoción completamente normal y saludable, aunque displacentera, porque significa extrañar aquello que se ha perdido.

Como ya se mencionó, es realmente fundamental que una persona que se encuentra en etapa de duelo se de la oportunidad de expresarlo, el llanto es tan natural como el reír y el poder exteriorizarlo además con las demás personas permite que el peso del dolor se divida, el poder hablar de tu experiencia ayuda a sanar a los que pasan por un momento similar y a la vez permite que uno mismo se desahogue.

En la actualidad, la muerte, el sufrimiento y el dolor continúan siendo temas tabú, la educación que se nos da nos lleva a escapar de todas estas situaciones y emociones como si de esa forma se pudiera evitar que pasaran y nadie nos enseña a establecer contacto cercano con estos temas que podrían enseñarnos a valorar la vida al estar conscientes que somos seres finitos (Eguíluz, en prensa). Como lo menciona Frankl (1990), todos los aspectos de la vida son significativos, de modo que el sufrimiento tiene que serlo también, es un aspecto de la vida que no puede erradicarse, como no puede apartarse la muerte, sin todos ellos la vida no está completa. Tomando en cuenta lo dicho por Bucay, de que toda pérdida genera un crecimiento personal, tendríamos buenas razones para no borrar el dolor y el duelo de un plumazo (Bucay, 2003).

Sufrir significa obrar y significa crecer. Pero significa también madurar (...) Pero la maduración se basa en que el ser humano alcanza la libertad interior, a pesar de la dependencia exterior (Frankl, 1994, p. 254).

El tiempo que una persona puede demorar en la superación de su duelo depende de sí mismo, es variable así como lo son las mismas situaciones y las personalidades de los que atraviesan por este proceso, además de que las creencias y las prácticas sociales que se hayan adquirido también representan un poco la forma en que se va a responder, es decir, el luto que ha de llevarse, el cual se refiere precisamente a aquellos rituales o signos externos de comportamiento social que marca la conducta que ha de seguirse (Castro, 2007).

8. La muerte para el mexicano... arte, política y respeto.

México es un país con diversas creencias y tradiciones bien arraigadas, las cuales se han construido en base a los hechos históricos a los que sus pobladores se han enfrentado a través de los siglos. Al ser herederos de algunas de las culturas precolombinas y de la cultura occidental es posible encontrar en este territorio una riqueza ideológica muy interesante y al referir el tema de la muerte no se hace una excepción.

Las diferentes sociedades del mundo tienen formas específicas para hacerle frente a la muerte (Caycedo, 2007). En este país, en el que la mayoría de sus pobladores pertenecen a la religión católica las ceremonias que hay alrededor de la muerte tienen su base en sus creencias, tales como los velorios, los rezos, los rosarios, el novenario, acompañar a los deudos y dar el pésame, etc. Aunque a diferencia de otras culturas, la de México tiene también aún tradiciones heredadas por los prehispánicos, como el día de muertos por ejemplo, celebración que a través de los años ha tomado mayor fuerza y se ha utilizado para exaltar ese nacionalismo que nos identifica con nuestras raíces.

A través de la historia, la muerte ha sido expresada por medio de las artes, en la literatura podemos mencionar a personajes como Dante Alighieri, que a través de su obra *La divina comedia* escrita durante los inicios de la época renacentista nos trasporta a un viaje por el infierno, el purgatorio y el cielo, a los escritores del romanticismo que continuamente utilizaban este tema en sus creaciones, o pintores como Goya que a través de sus pinturas reflejan este irremediable hecho de todo ser humano. En México esto no ha sido la excepción, ya que los escritores, pintores y muralistas se han encargado de expresar por medio de su arte sus sentimientos hacia este tema, pero no sólo eso, sino que la

muerte ha sido también usada en este país para expresar las desigualdades sociales existentes.

Esta situación se comenzó a dar en los inicios del siglo XX, en el que el grabador José Guadalupe Posada, quien fue uno de aquellos intelectuales que se encargaban de resaltar la cultura popular mexicana, comenzó a utilizar imágenes de esqueletos que buscaban representar las vanidades de los poderosos de la época porfiriana, junto con las desigualdades sociales que existían. Se comenzaron a realizar caricaturas de la muerte con tintes políticos, creando la tradición de escribir calaveritas para los políticos de la época, situación que a la fecha se lleva a cabo de forma ininterrumpida, como forma de criticar, denunciar o incluso burlarse de los políticos, o de la gente que tiene el poder (Lomnitz, 2006). Esto ha dado la posibilidad de que se pueda hablar de la muerte, riéndose y jugando al mismo tiempo. Pero la intensión de los artistas modernistas no sólo era la de utilizar al tema de la muerte como pretexto para realizar críticas sino también por la relevancia que para ellos tenía el arte popular y precolombino. En este país existe esta dualidad única en que se puede dar el lujo de jugar y de a la vez respetar a la muerte como en ningún otro sitio.

Hasta la fecha, en México cada 1 y 2 de noviembre se celebra el "Día de muertos", o de los "fieles difuntos", el 1 es para los difuntos adultos y el día 2 es para los niños muertos. Durante esos días en que las personas se dedican a poner en sus casas ofrendas dedicadas a sus difuntos, en ellas ponen flores (cempasúchitl) la bebida y los platillos que solían disfrutar en vida, fotografías de los parientes muertos, juguetes para los niños, etc. Aunado a estas ofrendas que se colocan en las casas, también en algunas colonias o en lugares específicos como el Zócalo, Ciudad Universitaria y Mixquic en la Ciudad de México cada año se hacen ofrendas que la gente va a visitar, así como también a lugares como Pátzcuaro y Janitzio en Michoacán y algunos pueblos del estado de Oaxaca, entre otros. En estas fechas la gente también visita los panteones y adornan con flores las tumbas de sus difuntos y aunque pudiera pensarse lo contrario, vemos que la muerte y esta celebración permiten que los familiares se reúnan para recordar a sus seres queridos que murieron, teniendo estas fiestas un toque de color y de alegría. Y aunque en la actualidad esta tradición de "Día de Muertos" se ha mezclado con la fiesta de "Halloween" de influencia estadounidense, que tiene como único fin la diversión, en la que los niños se disfrazan de

calabazas, brujas, fantasmas y visitan las casas del vecindario en búsqueda de dulces, es importante conservar la tradición del día de muertos, no sólo porque significa el respeto a aquellas tradiciones ancestrales, sino también por el apoyo que éstas celebraciones pueden significar para las personas que están cubriendo un duelo.

9. El duelo para la cultura mexicana.

Lo importante de analizar las tradiciones culturales que existen en México hacia la muerte es dar cuenta del impacto que esto tiene en las reacciones que hay hacia el fallecimiento de un ser querido. Es lógico como ya vimos, que una pérdida de algo apreciado se convierta en un duelo que idealmente pueda ser superado de la mejor forma y es aquí donde se resalta la trascendencia de los rituales que a la fecha se realizan en esta cultura, rituales que se llevan a cabo de manera social.

Los rituales funerarios se conciben como prácticas socio-culturales específicas de la especie humana, relativas a la muerte de alguien y a las actividades funerarias que de ella se derivan tales como velorios, rezos, entierros, cremaciones, momificaciones, edificación de monumentos y sacrificios humanos entre otros y sea cual sea la opción funeraria que se practique, están caracterizados por un elaborado código simbólico sobre la base del cual se construye la realidad social (Torres, 2006).

Los rituales que se viven ante la muerte tienen como finalidad ayudar a los sobrevivientes a despedirse y a iniciar el duelo (Castro, 2007). Las funciones sociológicas que subyacen en la realización de los rituales funerarios tienen que ver con los lazos de solidaridad que se establecen entre los deudos del difunto y sus allegados. La celebración de los rituales funerarios permite estrechar vínculos de fraternidad y de apoyo para superar el dolor por la pérdida del ser querido, y las funciones simbólicas aluden al mito que se escenifica con el rito: si se ejecutan los rituales según la creencia de quien los practica, se pueden alcanzar los objetivos por los cuales ellos se realizan, es decir, lograr la trascendencia de una vida terrena a una divina, promover el descanso del alma del fallecido (Torres, 2006).

Hay reglas, costumbres y rituales para enfrentar la pérdida de un ser querido, que son determinados por la sociedad y que forman parte integral de la ceremonia del duelo. Pero, a pesar de las

diferencias, en cualquier entorno el proceso de duelo normal induce a liberarse de algunos lazos con la persona fallecida, lo cual es indispensable para reintegrar al que queda al ambiente en donde la persona ya no está y construir nuevas relaciones para conseguir reajustarse a la vida normal (Bucay, 2003, p. 14).

Se puede aseverar por ejemplo, que para los orientales la celebración de las prácticas mortuorias supone el paso hacia la regeneración y la reafirmación de los valores ancestrales que conformaron su comunidad, por lo tanto, no representa un evento trágico sino un paso definitivo hacia una nueva forma de ser y de estar más placentera. En la civilización occidental además de cumplir con la tradición, la realización de rituales funerarios tiene como propósito facilitar el ascenso de las almas hacia la inmortalidad al tiempo que otorgan elementos de integración social que permiten a los deudos mitigar su dolor. La vulnerabilidad de la vida ha alcanzado a las personas en todo momento, incluso desde antes de la era cristiana, y en la actualidad, aunque en formas muy distintas y menos elaboradas, se celebran rituales funerarios con los mismos objetivos iniciales que consistían en la continuación de la vida (Torres, 2006). Los ritos tienen que ver con la función de aceptar que el muerto está muerto y con la legitimación de expresar públicamente el dolor, lo cual, como vimos, es importantísimo para el proceso de duelo (Bucay, 2003).

Todo los rituales que hasta la fecha se mantienen en México son considerandos muy buenas opciones por otras culturas, ya que se ha visto que mantener rituales ayuda a que el duelo sea más fácil de sobrellevar socialmente. Esta atención ante los elementos de los elaborados rituales funerarios de México, con sus atractivas representaciones de las artes populares ha alcanzado un gran éxito internacional a partir de los 70's. Como lo menciona Lomnitz (2006) en la actualidad la ofrenda de "día de muertos" es un símbolo muy reconocido internacionalmente con todo aquello que le caracteriza, como los esqueletos de papel maché y las calaveritas de dulce.

Los ritos funerarios se erigen como las terapias más idóneas para canalizar estos sentimientos, como son la ira, el dolor, la rabia, la impotencia, entre otros (Torres, 2006). Tener un momento y un lugar para expresar el dolor facilita la elaboración del duelo. El tener la oportunidad de

estar en sociedad celebrando de manera alegre un suceso doloroso es terapéutico para la gente. Así como lo manifiesta Jorge Bucay (2003), la posibilidad de expresar las vivencias internas ayudará al sujeto a aliviar el dolor que pasa durante su pérdida.

10. En suma...

A través del desarrollo de este trabajo se han podido encontrar diversos aspectos que envuelven al tema de la muerte en relación a los seres humanos. Lo primero que sería importante mencionar está en relación a la inquietud que produce hablar de ella, y por tanto, a la poca comunicación que existe al respecto tanto en los grupos sociales, como dentro de la disciplina psicológica. Esta falta de comunicación con respecto al tema se debe en gran parte a que no se le concibe únicamente como un fenómeno natural que forma parte de la misma vida, por el contrario, hablar de ella implica hacer conciencia de nuestra susceptibilidad como seres vivos y a su vez al estar expuestos a las reacciones emocionales que provoca en nosotros. Como se menciona en el trabajo, la educación occidental a la que estamos expuestos nos ha enseñado que cualquier cosa que pudiera provocar dolor debe ser evitada o eliminada, esta misma educación tiene sus raíces en antiguas civilizaciones europeas, por lo cual resultó interesante entrelazar el tema con la herencia cultural en su vertiente indígena que conforma a nuestro país, y de esta forma entender la realidad que en base al tiempo y a las vivencias de los pobladores se ha ido construyendo sobre lo que nos rodea, y en este caso sobre la muerte.

Las ideas que se tienen sobre la muerte en las culturas de Mesoamérica y en España son muy diferentes, por un lado, las primeras mantenían la creencia de la muerte y la vida como una dualidad que preservaba el equilibrio del universo y de la tierra, así como el desprendimiento de la propia vida para realizar el viaje a un nuevo lugar, por ejemplo, en las mismas prácticas se veían reflejadas estas creencias, al dejarles a los muertos sus pertenencias y llenar su boca de alimento para el trayecto que seguirían. En España, por otro lado, se toma la muerte en relación a los supuestos de la religión judeo-cristiana, y el momento de la muerte generalmente es considerado un designio divino, teniendo como prácticas rezos, misas, velorios y el arreglar al difunto con su mejor ropa; se toma a la muerte como algo lineal (nacer-morir) y con un término de todo, salvo si se es

cristiana y se cree que se va al cielo o al infierno. La mayoría de las creencias mencionadas se encuentran entrelazadas en la actualidad en México, y si bien la mayor influencia está heredada por la religión católica, también es posible observar como perviven tradiciones prehispánicas. En México por un lado el enfrentarse ante la muerte es trágico como lo es en muchos otros lugares del mundo, pero también lo que parece ser muy interesante es que a la vez se puede bromear con respecto a ella. Cuando se presenta la muerte de algún ser querido, las costumbres que se tienen están relacionadas a las de la religión católica, pero durante la celebración del día de muertos, según ya se anotó, los rituales que se realizan son netamente paganos, y resultan ser muy convenientes en el proceso de duelo al permitirle al doliente expresarse y compartir su sufrimiento con su grupo social.

Lo anterior se refiere a la dimensión cultural, pero desde el punto de vista psicológico encontramos que gran parte de los autores que se encargan de abordar el tema del proceso de duelo, mencionan la importancia de los rituales como la mejor forma de expresar socialmente las emociones provocadas por la muerte de una persona cercana, de hecho, el duelo será más fácil de enfrentar si el doliente mantiene una buena relación con familiares y amigos, lo que se conoce como "redes de apoyo". Esto se da gracias a que el peso del dolor se reparte entre las personas con las que se expresan los sentimientos de enojo, tristeza, o coraje que pudiera experimentar el que ha sufrido la pérdida.

Como seres humanos estamos constantemente perdiendo objetos, personas, e incluso etapas de nuestra vida. Cuando el vínculo que se establece con lo que se ha perdido es bastante estrecho, el enfrentarse al proceso de duelo será completamente natural, por tal motivo, no se pretende evitar el sufrimiento, sino por el contrario, atravesar por este sendero de dolor que una vez transcurrido permitirá que la persona valore más su vida. El trabajo radica en enseñar a establecer contacto cercano con el dolor y a su vez con el crecimiento que éste traerá consigo.

En este ensayo se pudo encontrar que la construcción de nuestros pensamientos está en relación al grupo social al que pertenecemos y por tanto influye en la forma en que reaccionamos ante las experiencias que se nos presentan. En México, se comprueba este hecho al encontrar que la ideología que años y siglos atrás se conformó,

se ve reflejada en el modo en que se enfrentan ciertas situaciones, cada cultura tiene sus propias emociones, sensaciones y formas de expresar las alegrías y el llanto, de ahí la importancia de contextualizar la labor que como psicólogos se ha de realizar y a su vez entender la complejidad de este país multicultural. Ahora bien, si esta construcción de pensamiento y significados ha sido posible, también lo sería la reconstrucción de los mismos con el objetivo de entender a la muerte como un proceso tan natural como la vida y a la alegría como una emoción tan normal como el sufrimiento. Aprender también que estamos en constante transformación y por lo tanto todo puede tener un principio y un final.

Para finalizar, me gustaría incluir a modo de reflexión la importancia que dentro de la psicología tiene el tomar en cuenta la historia de la cultura en la que se está estableciendo y aplicando el conocimiento, como ya mencioné en el párrafo anterior, México es un país con una variedad cultural que lo hace más complejo de lo que las teorías que se han utilizado para trabajar dentro de esta disciplina puedan abarcar. Lo anterior no significa que se consideren poco útiles, sino que sería necesario encontrar el camino que han seguido para conformarse y los casos en los que puedan ser utilizados, cada concepto puede ser totalmente válido en el lugar en que ha sido creado y es posible que lo que para alguno ha resultado funcional para otros no lo sea tanto. Es importante comprender que cada individuo es único e irreplicable y que cada cultura es igual de respetable aunque su concepción del mundo sea diferente, por lo tanto el tratamiento tendrá que estar en relación al grupo y a la historia de cada persona. A través de la modernidad se implantó en el mundo occidental una forma específica de llegar al conocimiento por medio del positivismo, estableciendo sus supuestos como universales, uno de los objetivos de este trabajo fue precisamente dar cuenta de que existen más visiones en el mundo, en el caso de las culturas de Mesoamérica “cosmovisiones” y que su comprensión puede ser de gran apoyo para el desarrollo de nuevas formas de intervención dentro del campo psicológico, coincidiendo en este sentido con el trabajo presentado por Lara Vargas (2008). Es necesario que el trabajo profesional esté en función de las demandas de la población sin dejar de lado cualquier forma de conocimiento que pudiera apoyar nuestro desarrollo.

REFERENCIAS

- Aurell, J. y Pavón, J. (2002). *Ante la muerte*. España: EUNSA.
- Bandura, A. y Walters, R. (1982). *Aprendizaje social y desarrollo de la personalidad*. Madrid: Editorial Alianza.
- Bavab de Dreizen, A. (2001). *Los tiempos de duelo*. Argentina: Ediciones Homo Sapiens.
- Blanco, J. (2005). *La muerte dormida*. Valladolid: Universidad de Valladolid.
- Bucay, J. (2003). *El camino de las lágrimas*. Barcelona: Grijalbo. En: www.formarse.com.ar Rescatado en Agosto del 2008
- Cabrero, M. (1995). *La muerte en el occidente del México prehispánico*. México: UNAM.
- Castro, M. (2007). *Tanatología. Inteligencia emocional y proceso de duelo*. México: Trillas.
- Castro, M. (2008). *Tanatología. La familia ante las enfermedades y la muerte*. México: Trillas.
- Caycedo Bustos, M. L. (2007). *La muerte en la cultura occidental: Antropología de la muerte*. Colombia. Revista colombiana de psiquiatría. Vol. 36 No. 002 pp. 332-339
- De León Azcárate, Juan Luis. (2000). *La muerte y su imaginario e la historia de las religiones*. España: Universidad de Deusto Bilbao.
- Eguíluz, L. (2003). *La Teoría Sistémica. Alternativa para estudiar el sistema familiar*. México: UNAM y UAT.
- Eguíluz, L. (En prensa). *El trabajo con personas que han intentado suicidio o que están pensando en suicidarse*.
- Feixas, G. y Miró, M. T. (1993). *Aproximaciones a la psicoterapia. Una introducción a los tratamientos psicológicos*. Barcelona: Paidós.
- Frankl, V. (1990). *El hombre doliente*. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. (1999). *El hombre en busca de sentido*. Barcelona: Paidós.
- Kubler-Ross, E. (2003). *La muerte. Un amanecer*. Barcelona: Luciérnaga.
- Lara Vargas, J. (2008). *Metapsicología de contextos: algunas reflexiones Filosóficas para la innovación de conceptos en psicología*. En: López R. (Coord.) Reflexiones para la formación del psicólogo. México: UNAM. p. 79-111
- Lomnitz, C. (2006). *Idea de la muerte en México*. México: Fondo de Cultura Económica.

- Pérez, T. (1993). *Los Dioses*. Revista Arqueológica Mexicana. Online. Vol. 15, (88).
<http://www.arqueomex.com/s8n2versioneslinea.html> Rescatado en noviembre del 2008.
- Puerta de Klinkert, M. P. (2002). *Resiliencia. La estimulación del niño para Enfrentar desafíos*. Buenos Aires: Lumen.
- Serpell, R. (1976). *Influencia de la cultura en el comportamiento*. España: CEAC.
- Thomas, L. (1991). *La muerte*. España: Paidós.
- Triadis, H. (1994). *Culture and social behavior*. En: Walter, Lonner y Roy Malpass. *Psychology and culture*. E.U.A: Allyn and Bacon. p. 169-173
- Torres, D. (2006). *Los rituales funerarios como estrategias simbólicas que regulan las Relaciones entre las personas y las culturas*. SAPIENS. Online. Vol. 7, (2).
<http://www2.scielo.org/ve/scielo.php>
Rescatado en Agosto del 2008.
- Varela, R. (1997). *Cultura y Comportamiento*. *Alteridades*. 7 (13). P. 47-52 México.
www.uam-antropologia.info/alteridades/alt13-6-varela.pdf. Rescatado en Agosto del 2008.
- Watzlawick, P. y Ceberio, M. (2006). *La construcción del universo*. Barcelona: Herder.