

## DECIR HOLA DE NUEVO

La incorporación de la relación perdida en la resolución de la aflicción.

(traducción de Ángeles Díaz Rubín /Cuqui Toledo).

\*(Este artículo se escribió para ser presentado en el “Loss and the Family International Colloquium” Ballymaloe, County Cork, Irlanda, desarrollado entre el 5 y 8 de julio de 1988)

*“Freud afirma que para que se complete el proceso de duelo, es necesario que quienes quedan con vida desarrollen una nueva realidad que ya no comprenda lo que se ha perdido. Pero... hay que agregar que la plena realización del duelo puede restaurar lo que se ha perdido e incorporarlo en el presente. La recordación plena puede ser tan vital para el bienestar y la recuperación como el olvido de los recuerdos”* (Myerhoff, 1982, pag. 110).

Durante algún tiempo estuve examinando la metáfora de “decir hola” y su aplicación al trabajo al tratar la aflicción. Me vi impulsado a esta indagación por determinadas experiencias de la terapia con personas de quienes se había diagnosticado en otros lugares que sufrían de “aflicción demorada” o “duelo patológico”. Muchas de esas personas habían sido objeto de prolongados e intensos tratamientos orientados por el modelo “normativo” y dando por descontado el proceso de aflicción, o por el enfoque de aplicar productos químicos a los problemas de la vida.

Generalmente compruebo que esas personas están bien familiarizadas con el proceso del pensar informado por la metáfora de “decir adiós” y que pueden situar fácilmente su experiencia en relación con ese proceso. Comprenden claramente que en su evolución no han alcanzado la meta apropiada. “Saben” que la llegada a esa meta estará evidenciada por el “adiós” plenamente experimentado, por la aceptación de la pérdida definitiva del ser querido y por un deseo de emprender una nueva vida que no tenga relación con la persona muerta.

En el primer contacto la persona que padece “duelo patológico” parece que hubiera perdido su propio yo junto con la persona amada. Sin que se las incite a hacerlo, esas personas exponen al terapeuta todo lo relativo a la pérdida sufrida y los consiguientes efectos que ella tiene en su vida; por su cuenta dan todos los detalles de su sensación de vacío, de falta de valor de todas las cosas y de su depresión. Su desesperación es tal que a menudo me sentí completamente abrumado al comienzo de la terapia. Generalmente distingo las incitaciones que me hacen esas personas para que me una a ellas en conversaciones de “más de lo mismo” que son activadas por la metáfora de “decir adiós”; pero en general logro declinar tales incitaciones.

En semejantes circunstancias puede esperarse que continuar trabajando con la aflicción según el modelo normativo -un modelo que especifica las fases del proceso de la aflicción de conformidad con la metáfora de decir adiós- complicará aún más la situación en lugar de capacitar a esas personas a reaccionar y enriquecer sus vidas. La desolación que esas personas experimentan es tal que, en la terapia, crear un contexto para incorporar en él la relación perdida parece mucho más indicado que todos los

esfuerzos tendientes a hacer olvidar esa relación. Esta consideración impulsó mi investigación de la metáfora de “decir hola”.

Guiado por esta metáfora elaboré y formulé preguntas que, según esperaba, pudieran presentar la posibilidad de que dichas personas reivindicaran su relación con el ser amado y perdido. Sorprendido por el efecto que tenían estas preguntas en la resolución de la sensación de vacuidad y de depresión, me decidí a investigar más la metáfora. Esperaba alcanzar una mejor comprensión de los sucesos y que esto me permitiera prestar ayuda más efectiva a las personas en el restablecimiento de sí mismas, un restablecimiento que aportaría el alivio tan vehementemente deseado.

## **MARY**

Mary tenía 43 años cuando acudió en busca de ayuda terapéutica por lo que ella llamaba “una pérdida no resuelta”. Seis años antes, su marido Ron había muerto súbitamente de un ataque cardíaco. Se trataba de un hecho enteramente inesperado. Hasta aquel momento toda la vida había sido excelente para Mary. Ella y Ron habían disfrutado de una relación “rica y amorosa”, una relación que ambos valoraban en muy alto grado.

Después de la muerte de Ron el mundo de Mary se derrumbó. Agobiada por la pesadumbre y sintiéndose entorpecida, atontada, desde aquel momento Mary “simplemente pasaba por la vida” sin experimentar consuelo de ninguna clase. Su entorpecimiento sobrevivió a varios intentos de “elaborar” su aflicción mediante asesoramiento. La medicación correspondiente no le había procurado ningún alivio. A pesar de esto, Mary persistió en sus intentos de alcanzar cierta sensación de bienestar consultando terapeutas y procurando aceptar los hechos durante los cinco años siguientes.

En mi primera entrevista con Mary, ella me declaró que había desechado casi toda esperanza de recobrar alguna vez siquiera una apariencia de bienestar. Le parecía que nunca sería capaz de decir adiós. Una vez que Mary me hubo expuesto su desesperación, la invité a que eludiera las consecuencias “terriblemente serias” de la muerte de Ron.

Le pregunté decididamente si decir adiós era de alguna manera una idea positiva y si no sería una idea mejor decirle a Ron “hola”. Le dije luego que la desolación que experimentaba tan agudamente podía significar que ya había dicho “adiós” demasiado bien. Mary reaccionó con desconcierto y sorpresa.

¿Había oído lo que creía haber oído? Repetí mis pensamientos y comprobé que por primera vez brillaba en ella un destello.

Después le pregunté si le interesaba experimentar con esa idea de decir hola a Ron o si creía que éste estaba sepultado demasiado profundamente para acariciar semejante idea. Mary comenzó a sollozar, sollozaba suavemente, no de manera desesperada. Aguardé. Al cabo de diez o quince minutos me declaró súbitamente: “Sí, Ron está sepultado demasiado profundamente para mí”. Sonrió y luego dijo que podría ser útil “excavar un poco y extraer algo de él”. De modo que empecé a hacer algunas preguntas:

*(Por supuesto, los ejemplos de preguntas que se dan en este artículo no son presentados por los terapeutas en el estilo de los interrogatorios de tribunales sino que se lo hace dentro del contexto de un proceso de co-evolución. Cada pregunta está en armonía con la respuesta que la persona da a la anterior pregunta).*

Si estuviera viéndose ahora a través de los ojos de Ron, ¿qué rasgos de usted misma advertiría que podría apreciar? ¿En qué se modificaría su modo de verse si usted estuviera apreciando esos rasgos ahora mismo?

¿Qué conoce de usted misma que pudiera despertar aquellas cosas gratas que Ron conocía de usted?

Si mantuviera viva esta opinión sobre sí misma en el curso de todos los días, ¿qué modificación supondría esto para usted?

¿En qué medida podría influir esta manera de sentir en los pasos que pudiera usted dar para retornar a la vida?

¿Cómo podría hacer saber a otros que usted ha reivindicado algunas de las cosas descubiertas de sí misma que eran claramente visibles para Ron y que a usted personalmente le parecen atractivas? ¿Cómo cobrar conciencia de que aquello que no ha sido visible para usted durante los seis años pasados puede capacitarla para influir en su vida?

¿Cómo puede influir lo que ahora sabe de usted misma en su próximo paso?

Al dar ese próximo paso, ¿qué otro rasgo cree que podría hallar que fuera importante que usted conociera? Mary se debatió con esas preguntas mostrando alternados accesos de tristeza y júbilo. Después de las dos sesiones siguientes compartió conmigo los importantes redescubrimientos que había estado haciendo sobre sí misma y sobre su vida. Unos doce meses después, al seguir yo la evolución del proceso, Mary dijo: “Es extraño, pero cuando descubrí que Ron no había muerto para mí, que no tenía que separarme de él, me sentí menos preocupada con él y la vida me pareció más rica”.

## **JOHN**

John tenía treinta y nueve años cuando acudió a consultarme por “dificultades con su autoestima” que eran de larga data. No podía recordar un momento en que no hubiera mantenido una actitud crítica respecto a sí mismo. Durante toda su vida había ansiado la aprobación y reconocimiento de los demás. Y por eso se odiaba creyendo que le faltaba sustancia como persona y que los otros advertían claramente ese hecho.

John se consideró amado por su mujer e hijos y creyó que esa experiencia de la vida de familia había contrarrestado en cierto modo las agudas dudas que sentía sobre su persona...pero nunca las había contrarrestado suficientemente. Las dudas sobre sí mismo eran fácilmente desencadenadas por lo que él consideraba la más trivial de las circunstancias. En varias ocasiones había buscado asesoramiento de profesionales, pero no había logrado experimentar el alivio deseado.

Teniendo en cuenta la larga historia del repudio de sí mismo que experimentaba John, le pedí más detalles sobre su vida. Me contó que había gozado de una infancia feliz hasta la muerte de su madre que sobrevino cuando él estaba en la tierna edad de

siete años, justo antes de cumplir los ocho. En la familia nadie había resistido bien ese golpe y durante algún tiempo el padre de John fue una persona perdida para todo el mundo, incluso para el propio John. Este conservaba vívido recuerdo de los hechos que rodeaban la muerte de su madre. Durante un tiempo considerable no llegó a creer en esa muerte, pues siempre esperaba ver aparecer de nuevo a la madre en cualquier momento. Luego sintió que tenía el corazón enteramente destrozado. Posteriormente el padre volvió a casarse con una buena persona “pero realmente las cosas nunca fueron de nuevo como antes”.

Le pregunté a John si las cosas hubieran continuado siendo las mismas, si su madre no hubiera muerto, ¿qué opinión tendría ahora de sí mismo? Al llegar a este punto comenzó a derramar lágrimas. ¿Pensaba que la madre le había faltado de su vida durante demasiado tiempo? ¿Era realmente positivo que ella permaneciera ausente de la vida de su hijo? John pareció sorprendido y yo le pregunté si no le molestaría que le hiciera más preguntas. “No, estará muy bien”. Entonces le hice las siguientes preguntas:

¿Qué veía su madre cuando lo miraba a usted con sus amorosos ojos?

¿Cómo sabía ella estas cosas sobre usted?

¿Qué rasgos tiene usted que pudieran decirle a ella algo sobre esto?

¿Qué puede ver ahora en sí mismo que estuvo perdido durante tantos años para usted?

¿Qué modificación sufrirían sus relaciones con los demás si usted llevara consigo este conocimiento en su vida diaria?

¿Haría esto que fuera más fácil para usted ser su propia persona antes que una persona para los demás?

¿Qué haría usted para comunicar a los otros esta nueva imagen de sí mismo como persona?

Hasta que punto el hecho de comunicar a otros esta nueva imagen de su persona le permitiría fortalecerse algo más?

¿De que manera esa experiencia de fortalecerse podría afectar la relación que mantiene con usted mismo?

Vi a John en tres ocasiones más con intervalos de dos semanas y luego ocho meses después, lo vi para verificar cómo había evolucionado. Durante este tiempo. John tomó varias medidas para mantener viva la “imagen” que su madre tenía de él y llegó a mantener una nueva relación consigo mismo, una relación en la que se aceptaba como persona en lugar de repudiarse. Y ya no se sentía vulnerable a esos hechos que solían empujarlo a concebir dudas sobre sí mismo.

## **DISCUSIÓN**

### **Experiencia de experiencia**

*S usted viéndose ahora a través de los ojos de Ron, ¿qué rasgos de usted misma advertiría que pudiera apreciar?*

Las preguntas que parecerían más eficaces para ayudar a las personas a reivindicar estas importantes relaciones, eran aquellas que invitaban a relatar lo que las personas percibían como la experiencia positiva de ellas que tenía el ser desaparecido. Ese relato era expresión de la experiencia que tenían de aspectos específicos de lo que experimentaba la persona fallecida. Estas preguntas tenían un efecto inmediato y visible. Los recuerdos evocados no se referían sólo a sucesos históricos efectivamente ocurridos, sino que abarcaban también una experiencia vivida y plena, una experiencia que comprendía las partes efectivas y emotivas de la persona.

Era evidente que en esa narración tornaba a experimentarse el yo pasado. Varias nociones perdidas u olvidadas del yo parecían renacer y eran susceptibles de ser expresadas por las personas. ¿Cómo ha de entenderse este proceso?

Al esforzarnos por dar sentido a nuestra vida debemos encarar la tarea de disponer las experiencias que tenemos de los sucesos en una secuencia temporal a fin de poder llegar a una exposición coherente de nosotros mismos. Las experiencias específicas de hechos del pasado y del presente y de hechos que se predicen para el futuro se combinan para desarrollar esta versión a la que hemos llamado historia o narración del relato.

*“El pasado, el presente y el futuro no sólo están contruidos sino que se encuentran conectados en una secuencia lineal que está definida por relaciones sistemáticas, si no causales. La manera en que pintamos cualquier segmento está referida a nuestra concepción del todo que he decidido concebir como una historia”.* (Bruner, 198a, pág. 141).

Que obtengamos éxito en esta tarea da cierto sentido de continuidad y de significación a nuestra vida. Contamos con ese sentido para ordenar nuestra vida diaria y para interpretar ulteriores experiencias. Sin embargo alcanzar ese sentido tiene un precio. Una narración nunca puede representar toda la riqueza de lo que Turner (1986) llamó nuestra “experiencia vivida”.

*“...la experiencia de la vida es más rica que los discursos. las estructuras narrativas organizan y dan significación a la experiencia, pero la historia dominante no comprende siempre por completo los sentimientos y la experiencia vivida”.* (Bruner, 1986a,pág. 143).

La estructuración de una narración exige recurrir a un proceso selectivo en el que expurgamos de nuestra experiencia aquellos hechos que no encajan en la versión dominante que desarrollamos y que nosotros y los demás tienen de nosotros. De manera que con el correr del tiempo buena parte de nuestro caudal de experiencia vivida queda sin historiar y nunca se la “cuenta” ni se la expresa.

Sin embargo, en ciertas circunstancias, a las personas les es posible volver a vivir aspectos pasados por alto de su experiencia vivida en una forma inédita. En esos momentos la disposición y secuencia de los sucesos a través del tiempo queda transitoriamente anulada y reemplazada por lo que Myerhoff llama “simultaneidad”. De manera que así

*“...se alcanza una sensación de unidad con todo lo que ha sido la historia de uno”*. Myerhoff, 1982, pág.110).

Creo que esa simultaneidad se logra mediante las preguntas que incitan a las personas a describir lo que ellas perciben como la experiencia que de ellas tenía la persona fallecida. Al inducir a las personas a remontarse a sus experiencias vividas, se pueden localizar y reelaborar nociones alternativas previamente perdidas y así pueden ser accesibles nuevas y enriquecedoras percepciones y validaciones de sí mismas.

### **Selección de versiones alternativas**

*¿Qué conoce usted de sí misma que la hace sentirse animada cuando mantiene vivas aquellas cosas gratas que Ron conocía de usted?*

Al alentar a las personas a reivindicar las versiones alternativas que se hacen accesibles en este revivir la experiencia, he comprobado que otras preguntas son también eficaces. Estas preguntas incitan a las personas a rever esa experiencia y a localizar esas otras versiones de sí mismas que presentaban los “hechos” experimentados como más atractivos “esos hechos que pueden ayudarlas a ellas y a otras personas a escribir” una nueva historia de sus vidas.

Estas preguntas también ayudan a las personas a darse cuenta de que:

*“Toda narración o descripción es una imposición arbitraria de significación al torrente de recuerdos por cuanto ponemos énfasis en algunas causas y descartamos otras; es decir, toda descripción es interpretativa”*. (Bruner, 1986b, pág. 7).

### **Hacer circular el conocimiento de uno mismo**

*¿Cómo podría hacer saber a otros que usted ha reivindicado algunas de las cosas descubiertas de sí misma que eran claramente visibles para Ron y que usted personalmente le parecen atractivas?*

Alcanzar un sentido de autenticidad en las aspiraciones que uno tiene exige no sólo que esas aspiraciones se apoyen de algún modo en la experiencia vivida, sino también exige que esas aspiraciones “se pongan en obra”. Y la experiencia de realizar aspiraciones y de identificarse con ellas está facilitada por el hecho de hacer circular las nuevas ideas y significaciones vinculadas con conocimientos alternativos o versiones alternativas. Esta circulación aumenta la supervivencia de tales conocimientos.

*“Las significaciones duramente logradas deberían expresarse, pintarse, bailarse, dramatizarse, ponerse en circulación”* (Turner, 1986, pág. 37)

Para hacer circular estas versiones es menester que exista un público que asista a las nuevas significaciones. Pueden derivarse preguntas que identifiquen y reúnan a ese

público. En la “interpretación” de estas nuevas significaciones ese público participa por retroalimentación en las nuevas producciones del yo de la persona en cuestión. La producción del yo es un proceso recursivo, un proceso en el que aspectos elegidos de la experiencia de uno se realizan y en el que esta realización misma contribuye a aumentar el caudal de la experiencia de hechos de los que derivó el conocimiento de uno mismo.

## **TENER CONCIENCIA DE LA PRODUCCIÓN DE PRODUCCIONES**

*¿Cómo puede influir en usted lo que sabe de usted mismo en su próximo paso?*

*Al dar ese próximo paso ¿qué otro rasgo cree que podría hallar que fuera importante que usted conociera”*

Se pueden hacer más preguntas para alentar a las personas a conservar más plenamente la medida de su papel en la producción de sus propias producciones, el grado en que están personalmente activas en la constitución y modelación de sus vidas, el grado en que lo que “saben” de sí mismas determinará las decisiones que tomen respecto de los pasos que den en la vida y, por otra parte, el grado en que sus perspectivas sobre esos pasos puedan contribuir a acrecentar lo que saben de sí mismas. Tener conciencia de la producción de las propias producciones de uno abre nuevas posibilidades para que las personas dirijan el curso de sus vidas. Cuando las personas se dan cuenta del proceso en el cual son, por un lado, actores y, por otro, espectadores de sus propias realizaciones se les hacen accesibles nuevas opciones y entonces se sienten como “las autoras de sí mismas”. (Myerhoff, 1986, pág. 263).

## **OTRAS APLICACIONES**

### **Pérdida de niños pequeños**

Padres que perdieron a hijos muy pequeños comprobaron que era eficaz la metáfora de “decir hola”, incluso cuando las circunstancias son las de la muerte de hijos aún no nacidos. Una vez que se les hubo presentado la idea, no experimentan gran dificultad en imaginar cuál podría ser la experiencia de ellos que tuviera el niño, cómo podría éste haberlo considerado en su condición de padres para luego incorporar versiones del yo asociadas con la situación.

### **Los niños y el abuso**

La posibilidad de aplicar esta metáfora fue estudiada y se comprobó que era eficaz en el caso de niños de los cuales se habían hecho cargo en algún hospicio, en el caso de niños con historias de repetidos y serios abusos. Como resultado del abuso, estos niños generalmente se refieren con odio a su yo y hacen todo lo posible para frustrarse, pues hasta mutilan sus vidas y su futuro entregándose a una conducta destructiva.

En estas circunstancias, he trabajado con un niño y los celadores del hospicio para localizar “logros aislados”. (White, 1988) que manifestaran la aparición de personas adultas en actitudes positivas y de auxilio respecto del niño, en lugar de adoptar posiciones negativas o dañosas. Estos logros aislados pueden situarse históricamente o en el tiempo presente. Por ejemplo, podría descubrirse que cierto maestro de escuela

había tenido una actitud particularmente amable con ese niño o que un asistente social se había interesado mucho por la situación de ese niño o que un celador de la residencia había hecho recientemente observaciones importantes y favorables sobre el niño.

Una vez identificados los logros aislados se pueden hacer preguntas que inciten al niño a darles significación. Esas preguntas alientan la especulación sobre versiones alternativas de su yo que están vinculadas con los logros aislados. A continuación doy algunos ejemplos de esas preguntas:

*¿Qué hizo que tu maestro se diera cuenta de que (el adulto que perpetró el abuso) estaba ciego?*

*¿Qué parte de ti dijo a tu maestro esto?*

*¿Qué le hizo saber a tu maestro lo que tú conoces de ti mismo? Si (el adulto que perpetró el abuso) no hubiera estado tan ciego a estos hechos y hubiera reparado en ti como persona? ¿cómo habría modificado esto su actitud respecto de ti?*

*Crees que tu vida habría sido diferente y más rica si (el adulto que perpetró el abuso) hubiera sabido realmente lo que hay que saber sobre ti?*

Estas preguntas y las que fomentan la circulación de versiones alternativas, así como las que hacen adquirir conciencia de la producción de las producciones de uno, socavan el odio de sí mismo que siente el niño y se oponen a la mutilación de su vida y de su futuro.

### **El adulto y el abuso**

He introducido una variación en el trabajo con mujeres y hombres que como resultado de abuso emocional o físico sufrido durante la infancia y la adolescencia conservan una actitud muy negativa de sí mismos en la vida adulta. Este sentimiento de repudio de sí mismo es el resultado de haber incorporado la actitud del adulto que cometió el abuso.

Esas personas no pueden vivir tranquilas. Se sienten continuamente obligadas a obrar y a disciplinar su yo de conformidad con las actitudes del que perpetró el abuso. Son incapaces de confiar en las más favorables versiones del sí mismo que pudieran encontrar en la vida.

Es eficaz invitar a esas personas a que presten atención a aquellos logros aislados que identifiquen ocasiones recientes durante las cuales fueron capaces de tratarse con cierta “aceptación de sí mismas”, u ocasiones durante las cuales protestaron por el sometimiento del yo a las especificaciones dominantes establecidas por el que perpetró el abuso.

Una vez identificado el logro aislado se pueden hacer preguntas que inciten a un relato específico de las experiencias de la niñez y de la adolescencia, un relato que localice análogos episodios históricos de aceptación de uno mismo o de protesta. También hay que esforzarse por fijar la edad de la persona en el momento en que ocurrieron esos episodios históricos. Otras preguntas son entonces útiles para ayudar a las personas a revisar la relación que mantienen consigo mismas. Estas preguntas las alientan a especular sobre la manera en que el niño o el adolescente que eran antes

podrían experimentarlas tales como son ahora:

*Si ahora se estuviera contemplando con lo ojos de aquel chico de diez años ¿qué vería él en usted que realmente apreciara ? ¿Qué sería lo más importante para él al considerar el desarrollo de usted como persona?*

*¿Trataría de hacer que usted fuera otra persona o lo aceptaría tal como es ahora?*

*¿Por qué cree que a él le habría gustado tenerlo como padre?*

*¿¿Cómo se habría modificado la vida de ese niño si lo hubiera tenido a usted como padre?*

*¿Qué podría hacer para ponerse de parte de la actitud de ese niño de diez años hacia usted, en lugar de ponerse de parte de la actitud del adulto que perpetró el abuso?*

*¿Qué diferencia tendría esto en su relación con usted mismo, en la manera en que usted se trata?*

Las respuestas a estas preguntas contribuyen a reivindicar y a realizar versiones alternativas de uno mismo y a especificar de nuevo el yo de acuerdo con esas versiones alternativas.

### **La separación**

La metáfora de “decir hola” es también apropiada en circunstancias en que se trata de la pérdida de una relación no debida a la muerte. Con frecuencia semejantes pérdidas son devastadoras para la persona que no quiso la separación y que deseaba continuar con la relación.

En esas personas, una de las reacciones más comunes es sentirse traicionada por el otro miembro de la pareja y concebir extraordinarias dudas sobre sí misma. A veces esos estados van acompañados por un embriagador acceso de cólera farisaica. Estas reacciones generalmente tienen que ver con una nueva percepción según la cual nunca fueron realmente amados por el otro y que sólo se trató de un engaño. Me refiero a esta nueva percepción como la “segunda historia”.

Cuando estas reacciones persisten pueden hacerse preguntas que saquen la “primera historia” -la que comprende la experiencia de ser una persona digna de amor- de entre las sombras de la segunda historia. Historias que incitan a incorporar la primera historia y a una cooperación activa con ella. Si se logra esa incorporación se resuelve el problema de las dudas y de la indignación farisaica.

### **CONCLUSIÓN**

Muchas personas que me consultaron por problemas relacionados con una pesadumbre sin resolver han considerado que es eficaz la metáfora de “decir hola” y que también son eficaces las preguntas derivadas de esa metáfora. He comprobado que la incorporación de la relación perdida resuelve problemas definidos como “duelo

patológico” y “aflicción demorada”. Al lograr esta incorporación una persona llega a establecer una nueva relación con su yo. Y en el proceso la persona introduce concepciones alternativas de su yo como persona y las presenta a los demás en sus redes sociales. Esto obliga a los demás a reconsiderar la vida de las personas, lo cual acarrea consigo nuevas posibilidades en sus relaciones. La actitud de las personas respecto de sí mismas llega a ser una actitud de mayor aceptación y logran tratarse a sí mismas con mayor bondad y compasión.

Las ilustraciones dadas en este capítulo representan algunos aspectos de la utilización de esta metáfora. No obstante, estos ejemplos en modo alguno agotan las posibles aplicaciones.

Al concentrarme aquí en la metáfora de “decir hola” no tomo partido contra la utilización de la metáfora de decir “adiós”. Hay muchas cosas a las que hay que decir adiós, incluso a la realidad material y a muchas esperanzas y expectativas, etc. Por mi parte, creo que el proceso de la aflicción es un fenómeno en el que hay que “decir adiós y luego decir hola”.

Una vez aclarado este punto, diría yo que cualquier experiencia de pérdida es única, así como son únicos los pasos necesarios para resolver cada pérdida. Una metáfora es eficaz solamente en la medida en que reconozca y facilite la expresión de este carácter único y en la medida en que no someta a las personas a especificaciones normativas.

### **Referencias bibliográficas**

- Bruner, E.M. 1986A: “Ethnography as narrative” en Turner, V.W. Y Bruner, E.M. (comps.) *The Anthropology of Experience*. Chicago, University of Illinois Press.
- Bruner, E.M. 1986B: “Experience and its expressions” en Turner, V.W. Y Bruner, E.M. (comps.) *The Anthropology of Experience*. Chicago, University of Illinois Press.
- Myerhoff, B. 1982: “Life history among the elderly: performance, visibility and remembering” en Ruby, J. (comp) *A crack in the Mirror: Reflexive perspectives in anthropology*. Philadelphia, University of Pennsylvania Press.
- Myerhoff, B. 1986: “Life not death in Venice: its second life” en Turner, V.W. Y Bruner, E.M. (comps) *The Anthropology of Experience*. Chicago, University of Illinois Press.
- Turner, V. 1986: “Dewey, Dilthey, and drama: an essay in the anthropology of experience” en Turner V.W. Y Bruner, E.M. (comps.) *The Anthropology of Experience*, Chicago, University of Illinois Press.
- White, M. 1988: “The process of questioning: a therapy of literary merit?” *Dulwich Centre Newsletter*. Invierno.