

Muerte, duelo y trascendencia en la obra de Bach

Carolina Guzmán
caroguzm@hotmail.com

<<Podemos considerar todas las duras y difíciles experiencias de la vida como una aventura, ya que no debemos hacer otra cosa que reconocer nuestro poder, defender sinceramente nuestra divinidad, y entonces las dificultades se esfumarán como la niebla ante los rayos del sol>>

Edward Bach, “*Libérate a ti mismo*”, 1932

En primer lugar me gustaría decirles que pienso que el tema de esta ponencia tiene mala prensa. En occidente vivimos en la cultura de la acumulación. Todo lo relacionado con la pérdida de algún modo va contra natura, o mejor dicho contra cultura.

Para nuestra naturaleza básica la pérdida es una condición no sólo existencial, sino también biológica. Orgánicamente estamos atravesados por continuos procesos de nacimiento-crecimiento-envejecimiento-muerte-nacimiento. Esta es nuestra realidad más concreta, aunque curiosamente aún hoy en el siglo XXI permanezca imperceptible en el día a día.

Nuestra cotidianeidad está imbuida de muchos factores, depende de la complejidad de la vida de cada uno; de los cuales la mayoría tienden a generar algún tipo de ganancia o por lo menos minimizar la pérdida; ya sea económica, cultural, social, sentimental, etc.

Caminamos la vida con una venda en los ojos y sólo cuando nos impacta una pérdida cercana tomamos contacto con lo efímero de la existencia. La impermanencia intrínseca a la vida sigue siendo para nosotros de algún modo, un concepto mental. Mejor ganar que perder, parece ser el lema de especie humana en estos tiempos. Hemos construido un tabú de la pérdida y luego miles racionalizaciones para convencernos que en definitiva es natural. En lenguaje floral la mezcla de Agrimony con Cerato y White Chestnut: la evasión, el exceso de racionalización y la repetición, parecen ser los condicionantes de nuestra cultura.

Claro que como la vida se vive a sí misma y no nos pregunta, la pérdida sucede y algo tenemos que hacer con ella.

Aquí hay dos conceptos que me parece importante incluir, son utilizados por el “coaching” y ya hace años que nos suenan familiares: reactivo y proactivo. ¿Hasta dónde las personas funcionamos a reacción de lo que sucede, y hasta dónde tomamos la iniciativa y trazamos una nueva línea en nuestro vivir?, esa es la cuestión.

Hay muchas maneras de hacer las cosas, una verdad de Perogrullo, con la que argumentaríamos fácilmente en una charla de café. Sin embargo en la realidad que vivimos, de la piel para adentro hay automatismos que nos encadenan más a reaccionar que a actuar por iniciativa propia.

Múltiples pérdidas suceden día a día en nuestra biología y en un momento de nuestra vida, la regeneración comienza a tornarse perezosa. Además transitamos

pérdidas materiales, sociales, culturales, afectivas. Un ejemplo flagrante y actual es la pérdida del estado de bienestar que nos sume en un mundo de incertidumbre y temor.

Paralelamente hay cierta apertura espiritual y humanística, una toma de conciencia colectiva de que podemos hacerlo mejor y vivir con autenticidad.

En primer lugar, familiarizarnos con la pérdida sería sacarla de esta polaridad capitalista pérdida-ganancia y colocarla en un paradigma más complejo, circular, donde simplemente es un momento, una instancia más dentro de ciclo vital de la naturaleza, las personas, los eventos y las cosas. Para que esto sea posible, primero hay que reconocerla como lo que es, luego atravesarla y finalmente hacer un trabajo de duelo. Me detengo un momento para señalar que las pérdidas suceden igualmente y la variación es sólo como se las vive.

La frase “hacer el duelo” es muy interesante si en lugar de irnos de lleno a la palabra *duelo*, comenzamos por la palabra *hacer*. Hay una tarea a realizar, un trabajo, una acción. El duelo no es algo que nos ocurre, es algo que en el mejor de los casos, *hacemos*.

Para realizar esta ordalía se han escrito muchas páginas, de las cuales tomaré las fases del duelo de la Dra. Kübler-Ross porque creo que van desde la superficie hasta la profundidad que esta situación vital nos propone.

Al conocer la obra del Dr. Edward Bach, no pude menos que sorprenderme gratamente y establecer claros paralelismos con la obra de la Dra. Kübler-Ross. Nora Weeks en su libro “*Los Descubrimientos del Dr. Bach*” nos explica algunos episodios de él, relacionados con la muerte.

Desde su espera para dar por muerto a un paciente, diciendo que aún podía volver a su cuerpo; hasta sus reflexiones, ante la inminencia de su propia muerte.

La trascendencia es un hilo conductor en la filosofía del Dr. Edward Bach. Me gustaría comentar ciertos paralelismos con los desarrollos por la Dra. Kübler-Ross acerca de las experiencias extracorporales, los pasos que se realizan en el proceso de la muerte. La muerte no existe, nos dice, es simplemente un “cambio de ropa”, un desprendimiento del cuerpo físico para seguir la tarea en otra existencia física o en otro nivel energético. Pensemos en la frase de Edward Bach: <<Mi tarea está cumplida; mi misión en este mundo está terminada>> y la explicitación de que continuará su evolución en otros niveles.

Kübler-Ross afirma que la cercanía a la muerte si es vivida con conciencia, conlleva una apertura del alma.

E. Bach nos regala las flores para vivir esa apertura durante la existencia y desapegarnos, nada más y nada menos, que de la hegemonía de la personalidad. Justamente eso que creemos que es todo lo que somos.

También me ha sorprendido encontrar que las etapas de la muerte que menciona Kübler-Ross coinciden con los trabajos de Daan van Kampenhout. Este último es un autor que trabaja con constelaciones familiares y chamanismo. Él hace una descripción muy delicada de los distintos cuerpos que conforman nuestro ser y describe la muerte como el desprendimiento de cada uno de los cuerpos, de acuerdo a sus niveles de vibración. Además tiene un punto de vista interesante acerca de la relación entre el alma y la personalidad, que aporta comprensión al eje fundamental de la obra de Edward Bach: la comunicación entre el alma y la personalidad.

Experiencias Extracorporales

Elizabeth Kübler-Ross comienza a estudiar la existencia de una vida después de la muerte, a través de las llamadas experiencias extracorporales que relatan sus pacientes, después de haber estado clínicamente muertos. En estudios documentados de 20.000 casos llega a la comprobación de que lo que narran las personas, que han pasado por estas experiencias, coincide con una serie de pasos comunes. Dice que en el momento de la muerte el alma abandona el cuerpo físico, metafóricamente explica que la mariposa abandona el capullo de seda. Recordemos que la Dra. Kübler-Ross se encargaba de hablar con enfermos terminales, para prepararlos ante la muerte y que trabajó en muchísimos casos de niños con cáncer, para los cuales redactó *“el cuento de la mariposa”*.

En el segundo momento se puede ver y escuchar todo, a las personas que nos están acompañando, a los médicos, la sala de operaciones. Nos advierte en este punto, el cuidado que debemos tener, en lo que hacemos y decimos, si estamos asistiendo el momento de la muerte de una persona, y también poner mucha atención en lo que pensamos, ya que hay comunicación telepática.

En un tercer paso se vivencia la integridad del cuerpo. Hay experiencias con pacientes ciegos que han descrito la ropa de sus cuidadores. Este cuerpo energético ha sanado, digamos, está intacto en sus funciones.

En cuarto lugar se pierden las coordenadas del tiempo y el espacio. La persona en este trance puede “visitar” a un ser querido, que esté en otro país, en ese mismo instante.

El quinto paso está constituido por la experiencia de ser recibido por seres queridos que han muerto anteriormente. Es un encuentro con familiares, personas significativas o guías espirituales, en caso de niños que mueren antes, que cualquier persona que hayan conocido. Este punto está claramente documentado ya que la medicina tradicional en su momento intentó rebatirlo; argumentando que seguramente se trataría de una proyección de deseos. Sin embargo en ninguno de los tantos casos estudiados, ni un adulto, ni un niño, han declarado ver a personas que estuviesen vivas.

El paso final es la toma de conciencia de que se está transitando el pasaje hacia otra vida. Según la cultura de la que provengan las personas, hablan de un túnel o un pórtico y todas sin excepción relatan la visión de una luz brillante. Hay una comprensión sin juicios de lo que se hubiese podido ser. Se experimenta el amor incondicional y la alegría desbordante, lo que comúnmente se llama “conciencia crística”.

Kübler-Ross afirma: <<desde la luz miras tu vida terrestre>>, tienes una comprensión total de que los dolores y pérdidas han sido tus posibilidades para crecer. Puedes darte cuenta de que la vida fue una escuela.

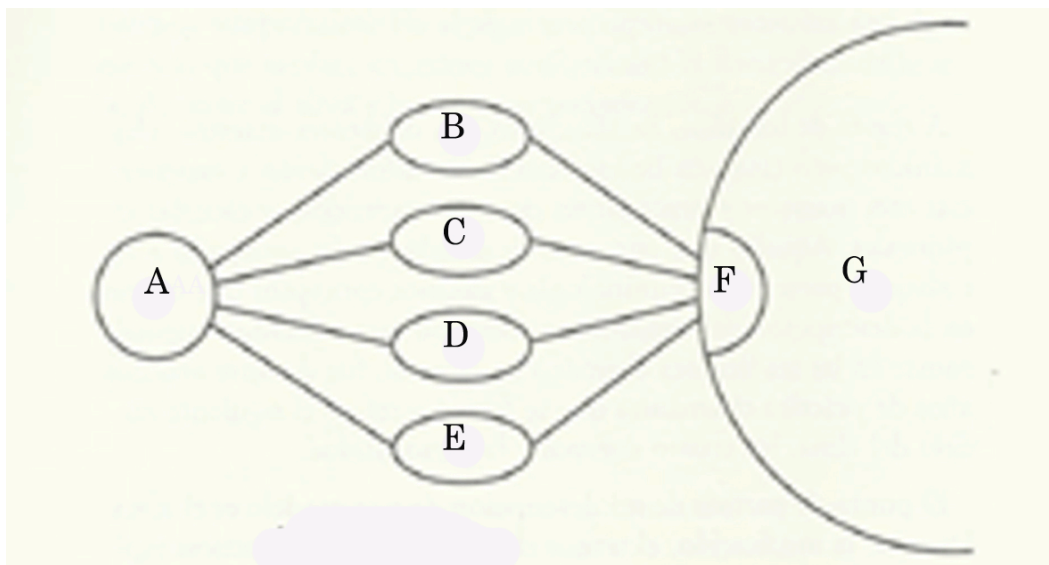
Nuevamente podemos establecer un paralelismo con la obra de E. Bach, él nos habla de <<este día de colegio>>, del aprendizaje que venimos a realizar en esta existencia.

Asimismo, esta descripción de Kübler-Ross sobre los pasos del desprendimiento, nos recuerdan el caso del pescador que cayó al mar y E. Bach vio el espíritu del hombre suspendido por encima de su cuerpo y pidió que le siguieran aplicando la respiración artificial por si el espíritu decidía retornar al cuerpo. Nora Weeks en su libro *“Los descubrimientos del Dr. Bach”* nos relata este episodio diciendo que fueron ocho horas, las que Bach esperó para dar por muerto al pescador.

En el mismo libro leemos el siguiente párrafo: <<La vida para él era continua: una corriente que no interrumpía eso que llamamos muerte, la cual meramente representa un cambio de estado; y estaba convencido de que cierto trabajo, sólo podía realizarse en condiciones terrenales, mientras que las condiciones espirituales eran necesarias para algún otro trabajo>>.

Daan van Kampenhout propone un modelo para explicar la constitución de nuestros distintos cuerpos energéticos y el proceso del morir. Además teoriza acerca del papel que juega la personalidad en la interacción entre los cuatro cuerpos y el alma; y la comunicación entre estas distintas dimensiones del ser. La lectura de su trabajo me sugirió puntos de conexión tanto con la obra del Dr. Bach como con la de la Dra. Kübler- Ross.

El esquema de su modelo es el siguiente:



- A = Personalidad
- B = Cuerpo físico
- C = Cuerpo etérico
- D = Cuerpo astral
- E = Cuerpo mental
- F = Aspecto individual del alma o alma personal
- G = Gran alma

Desde este modelo, Daan van Kampenhout afirma que el alma y la personalidad están mediatizadas por los cuatro cuerpos y están fuera del alcance directo una de la otra. Espacialmente los cuatro cuerpos situados entre ellas dificultan la conexión directa. Pertenecen a dos campos diferentes donde la personalidad habitualmente no tiene acceso a la experiencia de la atemporalidad, que es una experiencia interna del alma. Este autor dice que comúnmente, la personalidad y el alma son apenas conscientes una de la otra, pero al mismo tiempo cada una de ellas está continuamente confrontada con las fortalezas y debilidades de la otra a través de los cuatro cuerpos.

Agrega que alma y personalidad pueden aprender a sintonizarse a través de la purificación de los cuatro cuerpos mediante la práctica espiritual. Sugiere especialmente mantener la experiencia de silencio interior para que los cuatro cuerpos en lugar de ser una obstrucción, se conviertan en conducto que comunicará al alma con la personalidad.

Nuevamente recuerdo a Bach, su agobio frente a los ruidos de la ciudad, su necesidad de silencio y contacto con la naturaleza.

A mi entender, este desarrollo de Kampenhout, suma algunos argumentos a lo descrito por Edward Bach sobre la comunicación del alma y la personalidad.

Las cinco fases del duelo de Kübler- Ross y la administración de esencias florales de Edward Bach

El planteamiento del trabajo del duelo, como un proceso de cinco fases, descrito por la Dra. Kübler-Ross, nos habla de distintos momentos sin una cronología determinada. Podemos pensarlo como lugares por los que podemos pasar una y otra vez, en diferentes órdenes de sucesión y también que podemos saltarnos alguna de estas instancias.

La primera de estas etapas es la Negación, y está teñida por sensaciones de incredulidad, aún no podemos tolerar la nueva realidad. Es un momento de resistencia y la negación es nuestra respuesta primitiva al impacto. Es cuando las defensas hacen su trabajo y nos protegen de la toma de contacto. Sabemos que Agrimony es la flor que trabaja la evasión, la máscara y la sombra. Me gusta más el término re-negación, extraído del psicoanálisis, porque alude a una coexistencia de conciencia y negación de esa misma conciencia, un rechazo psíquico de lo que está ocurriendo. Y es así porque sabemos que el estado Agrimony oculta una tortura interna, angustias y temores. La máscara de falsa alegría y superación nos defiende, no sólo frente a los demás, sino principalmente de nuestras propias corrientes emocionales y mentales. Es un período encapsulado, y ya iremos viendo que es un período útil. Las defensas se refuerzan al máximo y el individuo sigue funcionando, digamos, que de manera automática.

A la negación le sigue la Ira, y esto es muy claro de ver, porque el estado Agrimony de la negación ha recargado a la persona hasta un punto donde la resistencia y la ocultación ya no son efectivas, ni suficientes. Podría decirse que hay una cuestión económica, la resistencia es provisional y tiene un límite. Sabemos que la toma de Agrimony va dejando caer velos y detrás de la máscara, lo que surge con potencia son las emociones.

La ira es una emoción muy controvertida en nuestra cultura. Nos han enseñado a esconderla hasta las mayores consecuencias, y paralelamente los medios de comunicación, las políticas basadas en la injusticia permanente y las tecnologías de última generación que consumimos, continuamente nos están inculcando imágenes y sensaciones de agresividad, miedo y estrés. En esta fase del duelo hay en mayor o menor grado, una explosión emocional. Si va por la vía más saludable nos enfadamos con los supuestos participantes en la muerte de nuestro ser querido. Médicos, sistema sanitario, conductor del coche que lo atropelló, etc., hasta el enojo con nosotros mismos. El movimiento emocional puede ser tan grande que el sentido común queda opacado y creemos firmemente, que de alguna manera, alguien, incluidos nosotros mismos, podía haber hecho algo para evitar esa muerte.

Podemos pensar en estados Holly, Vervain, Impatiens y también Chicory, porque hay enfado con el muerto que en este paradigma emocional, nos ha abandonado. Según decía Sigmund Freud, los duelos que se producen en vínculos ambivalentes son más difíciles de realizar. Fritz Perls, creador de la terapia gestalt, sostiene que esto ocurre en aquellos vínculos con situaciones que han quedado abiertas, pendientes.

La ira es necesaria y no habría que suprimirla, porque inevitablemente supone que esa energía se manifestará de otra manera, por ejemplo con síntomas orgánicos.

Sabemos que con la toma de las flores adecuadas se irá gestionando poco a poco y nadie saldrá lastimado. Digo que es importante porque es una emoción intensa, que nos muestra nuestra fuerza, nuestra potencia, aunque en este momento la utilicemos aún para defendernos y para atacar al entorno.

Las emociones, adecuadamente gestionadas, nos facilitarán un estado más mental, donde el pensamiento tomará el protagonismo. Es la fase del Pacto o Negociación, última barrera frente al dolor. En este momento casi nos despojamos de las emociones y entramos en el terreno de pensamientos y suposiciones del estilo: <<y si hubiese visitado al médico...>>, <<y si no hubiese agarrado el coche...>>, <<y si yo hubiese estado más cerca...>>. Claro, en este tejido de suposiciones, podemos hablar de estados Cerato, Scleranthus, White Chestnut, según el caso. Al lado, hay un estado Pine, porque la mente dice claramente que nosotros podríamos haber hecho algo. La culpa se hace presente.

En esta fase, se quiere negociar con el dolor, el acuerdo con uno mismo es que se va a intentar tolerar la pérdida. Todavía estamos en un terreno demasiado mental. Si estos estados mentales se van gestionando adecuadamente, mediante la toma de las esencias mencionadas, llegaremos a donde tenemos que llegar.

El lugar se llama dolor, es un lugar profundo, y ya no nos habla de una intensidad emocional, sino del terreno de nuestros sentimientos más internos. Hasta aquí nos habíamos resistido, y en este punto estamos en la fase de la Desesperanza frente al dolor del vacío, a la tristeza y al sinsentido. En este momento sabemos claramente que el otro no regresará y sentimos que eso es insoportable. Además nos hacemos planteamientos existenciales. Si la vida es esto, no tiene sentido. No encontramos razones para jugar este juego donde, en cualquier momento, se puede perder lo que uno más quiere. Las flores principales que pueden acompañar en esta fase, son Sweet Chestnut, Clematis, Gentian, Mustard, Gorse, Wild Rose.

<<Esto también pasará>> era una leyenda de un anillo de un cuento. Un maestro regalaba este anillo a un discípulo y le recomendaba que se lo quitase y lo leyera frente a sus grandes dolores y también frente a sus grandes alegrías. La desesperanza también pasará...

Podemos tener creencias religiosas, o cierta apertura espiritual. Pensemos en el proceso de Sweet Chestnut, nos ayuda a iniciar el camino de la redención, es la flor que nos acompaña en el tránsito arquetípico de la muerte y resurrección. También es el remedio de la soledad frente al sufrimiento y la rendición frente a un poder superior. Después de la noche negra, nos conduce al despertar espiritual.

Cuando el dolor ha cedido, cuando ya no tiñe nuestras mañanas, cuando algunas otras cosas de la vida comienzan a sorprendernos, cuando experimentamos cierta paz interior, entramos en una fase de Aceptación, hay tranquilidad. Ya no estamos en una intensidad emocional. Algunos autores dicen que cuando se puede hablar de la persona que partió, o de lo perdido sin llorar, sin quebrarse emocionalmente, estamos en fase de aceptación.

Personalmente creo, que es más significativo ver como la persona responde a sus propias cosas, a sus trabajos, a sus placeres. Si ha re-conectado con las cosas que le gustan, si puede recordar con cariño, con ternura. Hay también signos que se observan corporalmente, en este momento la persona puede disponer de su energía, hay un proceso de revitalización que se hace patente.

Puede ser un momento de aprendizaje trascendente, de gran crecimiento espiritual. La mente y las emociones están en equilibrio dinámico.

Hay dos esencias, que a mi parecer, signan esta fase, Walnut y Chestnut Bud. Ciertamente podemos administrarlas durante todo el proceso, especialmente Walnut, porque la pérdida, ya en un principio, nos habla de un cambio, por eso distingo entre la gente que llega a consulta para querer modificar algo y la que llega con un cambio que la vida le ha producido, aunque ella no quiera, ni pueda aceptar su nueva realidad, el cambio ya existe en lo concreto.

La vibración del Walnut en la fase de aceptación nos ayudará a realizar los cambios necesarios para esta nueva forma de vida. Es la flor del nuevo comienzo, procura una libertad espiritual. Bach escribe acerca de Walnut: <<Está indicada para todos los que tienen que decidirse a dar un paso adelante, romper con convenciones obsoletas, dejar atrás viejos límites y restricciones y empezar de cero>>.

Con la toma de Chestnut Bud abrimos nuestra capacidad de aprendizaje trascendente. Nos permitimos vivir en el presente y recibir cada acontecimiento con renovado entusiasmo, integrándolo a nuestro bagaje. La esencia nos ayuda a gozar de la vida y enriquecernos interiormente.

Después de la fase de aceptación llegamos al punto de poder capitalizar nuestra experiencia y aprender. Esto necesariamente implica mirar hacia delante y lanzar un deseo hacia el futuro, estar motivados, poder proyectar. Es un momento de renacimiento y esperanza, un nuevo brote vital, y otra vez Walnut como flor protectora de los cambios será una buena compañera de ruta.

Bibliografía

- BACH, Edward. (1999). *Bach por Bach*. Obras Completas. Continente, Buenos Aires.
- DOMINGO, Jordi. (2009). *El Viatge de Tàntos*. JP Libros, Barcelona.
- FREUD, Sigmund. (1993). *Duelo y Melancolía*. Amorrortu Editores, Buenos Aires.
- KAMPENHOUT, Daan van. (2007). *La Sanación viene desde afuera*. Alma Lepik, Buenos Aires.
- KÜBLER-ROSS, Elizabeth. (2008). *La Muerte, un Amanecer*. Luciérnaga, Barcelona.
- OROZCO, Ricardo. (1996). *Flores de Bach: Manual para Terapeutas Avanzados*. Índigo, Barcelona.
- OROZCO, Ricardo. (2010). *Flores de Bach: 38 Descripciones Dinámicas*. El Grano de Mostaza, Barcelona.
- SCHEFFER, Mechthild. (1992). *La Terapia Floral de Bach; Teoría y Práctica*. Urano, Barcelona.
- WEEKS, Nora. (2007). *Los Descubrimientos del Dr. Bach*. Indigo, Barcelona.