



### MIRAR AL SOL. LA SUPERACIÓN DEL MIEDO A LA MUERTE.



**Irvin D. Yalom.**

**Editorial: Emece, 2008, 240 pp.**

Yalom nos ofrece a sus 77 años de vida, y tras una larga experiencia como psicoterapeuta y escritor de textos de psicoterapia, una obra notable no solo por el tema sino también por la naturalidad y cercanía alcanzada en su tratamiento. El tema es la muerte y el temor a ella, pero la muerte sin adjetivo, la cotidiana; y en ese sentido el libro se vuelve un texto extremadamente personal, donde el autor despliega su propia comprensión sobre la muerte, su inclusión en el quehacer terapéutico y los pensadores encarnados en él.

Refrendando su perspectiva existencial, el autor nos sorprende -así como una vez lo hizo con sus alusiones a Ferenczi- ahora en su conexión a Epicúreo. Desde una perspectiva inusual de tratar al pensador griego, liberándolo de su estigma y presentándolo en su dimensión más preclara, Yalom reconoce su deuda con los principios epicúreos sobre la realidad, y la muerte, en especial con la idea de la mortalidad del alma, la muerte como aniquilación total y el principio de la simetría; a la vez de repasar conceptos tales como: filosofía médica, ataraxia, transitoriedad, intersubjetividad, placeres pasivos, entre otros.

Desde este marco el texto nos habla de las raíces del temor a la muerte, de la ansiedad asociada a ella, y sus formas de represión, ilustrándolos tanto con viñetas clínicas y biográficas, y otras surgidas de la literatura y el cine. Luego, desarrolla la tesis que la conciencia de la muerte es un poderoso vinculante a la vida, bajo la idea de que “si bien el hecho físico de la muerte nos destruye, la idea de la muerte nos salva”.

El texto nos acerca, como en obras anteriores a vívidos relatos clínicos con la faceta humana y técnica de la práctica terapéutica encarnada por Yalom, y dichos relatos sirven como reflejo sentido del lugar que la muerte ocupa en cada existencia humana, y de cómo una mirada franca, amistosa de ella, puede aportar no sólo al sentido de la vida sino también a la calidad de la misma. Además, nos ofrece como en ninguna otra obra previa, esbozos autobiográficos en un lienzo de memorias personales: datos inéditos de la infancia del autor, de sus principales mentores, de su relación tanto terapéutica como fraterna con Rollo May, como otros eventos vitales que nos hablan de la lucida conciencia de quien sabe que la muerte no solo es inexorable, sino que se encuentra en las cercanías de su existencia.

Finalmente, el texto nos ofrece un capítulo sobre consejos para terapeutas, donde el autor como en textos anteriores propone una serie de recursos terapéuticos en un lenguaje claro y directo, tales como el acento en el aquí y ahora, la diferencia entre contenido y proceso, la noción de círculos concéntricos, y varios otros que fluyen hacia la intersección de lo existencial, lo humanista y lo intersubjetivo en una comprensión que naturalmente podríamos resumir bajo la noción de Sabiduría.

Es posible que el tratamiento del tema carezca de la comprensión que ofrece el entendimiento del miedo a la muerte como una transferencia de experiencias de muerte infantiles reeditadas por la compulsión a la repetición, y en ese sentido se cierra a la comprensión del trauma en el desarrollo personal, cayendo de

pronto en la trampa de lo fenomenológico, pero sin duda aporta de un modo sustantivo a desmitificar el tema del temor a la muerte vinculado a lo insondable, al castigo y al vacío, y en ese sentido abre una inmensa compuerta a la naturalidad de esta ineludible acontecer humano.

*Volver a Libros Clínicos*

**PÁGINAS DEL PORTAL ALSF-CHILE**

**<http://www.alsf-chile.org> - <http://www.biopsique.cl> - <http://www.indepsi.cl>**

**Contacto: [alsfchile@alsf-chile.org](mailto:alsfchile@alsf-chile.org).**