

SOLEDAD

Anthony Storr



Lectulandia

En este aclamado libro, el psiquiatra Anthony Storr desafía el punto de vista generalmente defendido de que el éxito en las relaciones personales es la única llave para la felicidad y argumenta muy convincentemente que prestamos demasiado poca atención a algunas de las otras grandes satisfacciones de la vida, como por ejemplo el trabajo y la creatividad. Storr sostiene que lo que les sucede a los seres humanos cuando están solos es tan importante como lo que les pasa en sus relaciones con otras personas y explica cómo aproximadamente la tercera parte de la vida de cualquier persona transcurre en soledad y cómo a lo largo de la vida operan dos fuerzas contrapuestas: el instinto hacia la compañía, el amor y todo lo que nos acerca a nuestros iguales, y el instinto de estar aislados y ser independientes. Mediante una serie de diestros bocetos biográficos, entre los cuales se encuentran los de Beethoven, Henry James, Goya, Wittgenstein, Kipling o Beatrix Potter, demuestra cuántos genios creativos de nuestra civilización han sido solitarios, ya sea por temperamento o por las circunstancias, y cómo la capacidad de estar solos, aun para aquellos que no son creativos, es una muestra de madurez.

Lectulandia

Anthony Storr

Soledad

ePub r1.0

Titivillus 13.12.2018

Título original: *Solitude: A Return to the Self*

Anthony Storr, 1988

Traducción: Ricardo García

Ilustración de portada: *Audubon: Mystery, Passion, Beauty*. Malcolm T. Liepke

Editor digital: Titivillus

ePub base r2.0

más libros en lectulandia.com

Agradecimientos

Quiero expresar mi agradecimiento a Bryan Magee, que fue la mera persona que llamó mi atención sobre el hecho de que los grandes filósofos fueran bastante solitarios.

También me gustaría dar las gracias a mi editor, Tom Rosenthal, por algunas sugerencias útiles; a Howard Davies, por sus asiduas correcciones; y a Anthony Thwaite, por su experta redacción y sus muchas mejoras de mi estilo.

La doctora Kay R. Jamison me ha permitido utilizar generosamente su obra inédita y me ha proporcionado muchas referencias y valiosas.

El doctor Richard Wyatt, del Instituto Nacional de Salud Mental, me ha ahorrado al menos un error grave.

Mi esposa, Catherine Peters, ha leído pacientemente el manuscrito entero y ha hecho comentarios muy útiles, además de proporcionarme grandes dosis de apoyo y ánimo.

Introducción

La conversación enriquece nuestro intelecto, pero la soledad es la escuela del genio; y la unidad de una obra denota la mano de un artista individual.

EDWARD GIBBON

Seguramente, Gibbon tiene razón. La mayoría de los poetas, novelistas, compositores y, hasta cierto punto, pintores y escultores, tienen que pasar gran parte de su tiempo solos, al igual que hizo el propio Gibbon. La sabiduría popular, especialmente aquella que ha sido propagada por las diferentes escuelas de psicoanálisis, da por hecho que el hombre es un ser social que necesita la compañía y el afecto de otros seres humanos desde su nacimiento hasta la muerte. Es una creencia muy extendida la de que las relaciones interpersonales son la principal fuente de felicidad humana, cuando no la única. No obstante, las vidas de las personalidades creadoras a menudo parecen desarrollarse contrariamente a esta suposición. Por ejemplo, muchos de los pensadores más grandes del mundo no han formado familias ni han establecido vínculos personales cercanos. Esto es así en el caso de Descartes, Newton, Locke, Pascal, Spinoza, Kant, Leibniz, Schopenhauer, Nietzsche, Kierkegaard o Wittgenstein. Algunos de estos hombres de genio tuvieron aventuras amorosas transitorias con otros hombres o mujeres; otros, como Newton, permanecieron célibes. Pero ninguno se casó, y la mayoría de ellos vivieron solos durante la mayor parte de sus vidas.

El verdadero talento creador no está muy repartido. A aquellos que lo poseen a menudo se les contempla con una mezcla de temor y envidia a causa de sus dones. También hay una tendencia a considerarlos peculiares; extraños seres humanos que no comparten las penas y alegrías de la mayoría de la gente. ¿Acaso esta diferencia de la media significa anormalidad en sentido psicopatológico? Más concretamente, ¿es esta predilección de la personalidad creadora por la soledad una prueba de algún tipo de incapacidad para establecer relaciones personales íntimas?

No es difícil ofrecer ejemplos de hombres y mujeres de genio cuyas relaciones interpersonales hayan sido tormentosas o cuyas personalidades hayan sufrido perturbaciones graves a causa de enfermedades mentales, alcoholismo o abuso de drogas. Por ello, es fácil suponer que el talento creador, la enfermedad mental y la merma en la capacidad de establecer relaciones personales satisfactorias están íntimamente ligados. Desde este punto de vista, la posesión de talento creador parece una bendición dudosa: una cualidad con rostro de Jano, que puede proporcionar fama y fortuna pero que es incompatible con lo que constituye la felicidad para la gente normal.

Desde la época de Freud, se ha sostenido ampliamente la creencia de que los hombres y mujeres de genio son necesariamente inestables. Pero seguramente esa no es toda la verdad. No todas las personas creativas están claramente perturbadas; ni toda la gente solitaria es infeliz. Después de un desengaño amoroso inicial, Gibbon disfrutó de una vida particularmente feliz y equilibrada que cualquiera envidiaría. Como él mismo escribió:

Cuando contemplo al común de los mortales, debo reconocer que he recibido un gran premio en la lotería de la vida. [...] Tengo un carácter alegre, una sensibilidad moderada y una disposición natural hacia el descanso más que hacia la actividad: algunos instintos y hábitos perjudiciales quizá han sido corregidos por la filosofía o por el tiempo. El amor al estudio, una pasión que proporciona nuevas energías para su disfrute, me abastece cada día, cada hora, de una perpetua fuente de placer racional e independiente; no soy sensible a ninguna disminución de las facultades mentales. [...] Para la media de Suiza, soy un hombre rico; y ciertamente lo soy, ya que mis ingresos son superiores a mis gastos, y mis gastos son idénticos a mis deseos. Mi amigo lord Sheffield me ha liberado generosamente de las preocupaciones más adversas a mi gusto y mi carácter: ¿debería añadir que desde el fracaso de mis primeros deseos, nunca he alimentado ninguna idea seria de un enlace matrimonial?^[1]

Como escribió Lytton Strachey en su ensayo sobre Gibbon:

Al pensar en Edward Gibbon, la palabra que nos viene inmediatamente a la cabeza es felicidad: felicidad en su más amplia acepción, incluyendo buena suerte y disfrute^[2].

Alguien podría alegar que, al renunciar a su amor por Suzanne Curchod por orden de su padre, Gibbon se había apartado de la principal fuente de felicidad humana, y que por ello debería calificársele de patológico. Pero el amor sexual puede haber desempeñado un papel muy pequeño en la vida de Gibbon, y sus demás relaciones fueron satisfactorias. Aunque la ingente labor de escribir *Historia de la decadencia y ruina del Imperio romano* exigía largos periodos de estudio y escritura en solitario, Gibbon era igualmente feliz en compañía. Cuando estuvo en Londres, llevó una vida social muy activa, fue miembro del Club Literario y de los clubes de Boodle, White y Brooks, y en todas partes se le apreciaba como un conversador fascinante. Además, mostró un afecto entrañable hacia su tía, la señora Porten, que se había hecho cargo de su educación durante mucho tiempo, y una capacidad para la amistad que quedó de manifiesto de un modo más claro en su larga y cercana relación con lord Sheffield. De vez en cuando, Gibbon se lamenta en su correspondencia de su condición solitaria, y acarició la idea de adoptar a una prima suya. Pero la perspectiva del matrimonio era una ilusión que descartó muy pronto:

Cuando he dibujado a mi capricho todas las posibles consecuencias de una unión así, he despertado de mi sueño, me he alegrado de mi huida y me he deshecho en agradecimientos porque todavía conservaba mi libertad natural^[3].

La insistencia moderna en que sólo se puede encontrar la verdadera felicidad en los afectos íntimos, más concretamente en la satisfacción sexual, no deja lugar para personajes como Gibbon. Aunque tenía muchos amigos, no cabe duda de que su

fuente principal de autoestima y de placer era su obra, tal como deja bien claro la famosa frase que cierra su autobiografía.

En la ancianidad, el consuelo de la esperanza se reduce, en los padres, a la ternura hacia la nueva vida que comienza en sus hijos; en los creyentes, a la fe de los aleluyas que elevan sobre las nubes, y en los autores, a la vanidad que hay en la inmortalidad que suponen que hay en su nombre y sus escritos^[4].

Gibbon fue un artista clásico cuyo estilo encarna una actitud que es al mismo tiempo sarcástica y distanciada de las locuras y extravagancias de la humanidad. Los románticos como Rousseau o Coleridge le detestaban por este motivo. En sus escritos, las simpatías humanas de Gibbon parecen sin duda limitadas: generalmente, trata el sexo como un tema de diversión y rechaza la religión como una forma de superstición. Pero la inmensidad de la tarea que se propuso exigía una cierta compostura. Poner orden en el barullo y la confusión de un periodo tan amplio de la historia exigía una perspectiva amplísima. La humanidad de Gibbon no podía manifestarse —y no lo hizo— en su gran historia; pero la calidez de sus sentimientos hacia sus amigos y el afecto que éstos le prodigaron demuestran que poseía un corazón humano. Según la mayoría de los criterios dominantes en el pasado, se calificaría a Gibbon como alguien excepcionalmente equilibrado. Sólo desde que Freud expuso la idea de que la satisfacción heterosexual es condición *sine qua non* de la salud mental es cuando cualquiera puede cuestionar la condición de Gibbon como algo más que la de un ser humano ordinariamente feliz y con éxito.

No sólo son los hombres o mujeres de genio los que pueden encontrar su principal valía en lo impersonal mejor que en lo personal. Me propongo defender que los intereses individuales —ya se cifren en escribir una historia, criar palomas mensajeras, especular con capital o con acciones, diseñar aviones, tocar el piano o cultivar un jardín— desempeñan un papel más importante en el balance de la felicidad humana de lo que los psicoanalistas modernos y sus seguidores les conceden. Los grandes creadores son los mejores ejemplos de mi tesis, ya que nos quedan sus obras como prueba. Porque ese ser misterioso, el hombre o la mujer normales, dejan poco tras de sí que nos indique la amplitud y la profundidad de los intereses que, durante su vida, pudieron haber constituido sus preocupaciones más importantes. Los ricos pueden atesorar grandes colecciones de las obras de otros. Los entusiastas de la jardinería pueden ser enormemente creativos y dejar muestras de su pasión que duren años, aunque no tanto como un libro o un cuadro. Pero de una pasión por los molinos de viento o por el criquet no queda nada. Sin embargo, todos habremos conocido gente para la cual los intereses de este tipo eran los que hacían que mereciera la pena vivir, al margen de que sus relaciones humanas fueran satisfactorias o no. El peso de la importancia que actualmente depositamos en las relaciones interpersonales es demasiado para aquellos corazones que no pueden cargarlo. Nuestras expectativas ideales de que las relaciones íntimas satisfactorias

deberían proporcionarnos la felicidad, y de que si no lo hacen debe de haber algo malo en esas relaciones, parecen un tanto exageradas.

El amor y la amistad son, por supuesto, una parte importante de lo que hace que la vida merezca la pena. Pero no son la única fuente de felicidad. Es más, los seres humanos cambian y se desarrollan a medida que la vida transcurre. En la ancianidad, las relaciones humanas a menudo se vuelven menos importantes. Quizá esto sea una predisposición benigna de la naturaleza encaminada a facilitar que la inevitable separación de los seres queridos sea menos perturbadora. En cualquier caso, siempre hay un elemento de indeterminación en las relaciones personales que debería impedir que fueran idealizadas como algo absoluto y a considerar hasta el punto de constituir el único sendero hacia la satisfacción personal. Puede ser que nuestra idealización de las relaciones interpersonales en Occidente sea lo que origine que el matrimonio, el vínculo supuestamente más íntimo, sea tan inestable. Si no consideráramos el matrimonio como la fuente principal de felicidad, quizá habría menos matrimonios que terminarían en llanto.

Sostendré que los seres humanos están tan orientados hacia lo impersonal como hacia lo personal, y que este rasgo de la condición humana es una parte valiosa e importante de nuestra adaptación. Compartimos con otros animales la necesidad biológica fundamental de reproducimos; de asegurar que sobrevivan nuestros genes aunque nosotros no sobrevivamos. Pero el largo periodo de duración de la vida humana, que se prolonga más allá del periodo reproductor principal, también tiene importancia. Es entonces cuando lo impersonal acaba adquiriendo más relevancia para la mayoría de las personas, aunque las semillas de estos intereses hayan estado presentes desde los primeros años de su vida.

Como veremos, en algunos casos los grandes creadores han sustituido el campo de las relaciones humanas por el terreno de sus propios quehaceres a causa de circunstancias adversas que les dificultaron conseguir intimidad con otras personas. Pero esto es una cuestión de grado más que de sustitución total. Y no significa, como suponen algunos psicoanalistas, que el esfuerzo creador sea una alternativa excluyente de las relaciones humanas de un modo invariable. Uno podría argumentar que la gente que no tiene ningún interés perdurable distinto del de sus cónyuges y sus familias está tan limitado intelectualmente como emocionalmente lo estarían aquellos que no tienen esposa ni hijos.

Muchos intereses ordinarios, y la mayoría de los quehaceres que requieren verdadera originalidad, se desarrollan al margen de las relaciones humanas. Creo que lo que sucede en el interior de un ser humano cuando está solo es tan importante como lo que sucede cuando interacciona con otras personas. En cualquier caso, aproximadamente la tercera parte de la totalidad de nuestra vida transcurre en la soledad del sueño. A lo largo de nuestra vida operan dos fuerzas contrapuestas: el instinto hacia la compañía, el amor y todo aquello que nos acerca a nuestros iguales, y el instinto de estar aislados y de ser independientes y autónomos. Si tuviéramos que

hacer caso sólo a los teóricos de las «relaciones objétales» del psicoanálisis, estaríamos abocados a concluir en que ninguno de nosotros tiene valor como individuo aislado. Desde su punto de vista, parece que tenemos valor sólo en la medida en que desempeñamos alguna función útil *vis-à-vis* con otras personas; por ejemplo, en nuestros papeles como cónyuge, padre o vecino. De ello se desprende que la justificación de la existencia de un individuo es la existencia de los otros.

Aun así, algunas de las personas que más han aportado al enriquecimiento de la experiencia humana han contribuido más bien poco al bienestar de los seres humanos en particular. Puede replicarse que algunos de los grandes pensadores enumerados más arriba estaban centrados en sí mismos, enajenados, o que eran «narcisistas»; que estaban más preocupados por lo que sucedía en sus cabezas que por el bienestar de otras personas. Eso mismo es cierto de muchos escritores, compositores y pintores. La personalidad creadora está buscando constantemente descubrirse a sí misma, reorganizar su identidad y buscar sentido al universo a través de lo que crea. Encuentra en ello un valioso proceso integrador que, como la meditación o la oración, tiene poco que ver con otras personas, pero sí tiene su propia validez. Sus momentos más relevantes son aquellos en los que llega a alguna nueva intuición o hace algún nuevo descubrimiento; y esos momentos son principalmente, cuando no siempre, aquellos en los que está solo.

Aunque el verdadero talento es algo excepcional, las personas creativas siguen siendo seres humanos con las mismas necesidades y deseos que el resto de nosotros. Como han dejado registrado tras de sí en sus obras, sus pensamientos y sentimientos, éstos ejemplifican de un modo sorprendente facetas del esfuerzo humano que son comunes a todos pero que, en el caso de la gente corriente, pasan desapercibidos. Quizá la necesidad de soledad para la personalidad creativa y su preocupación por los procesos de integración internos puedan revelarnos algo acerca de las necesidades del ser humano menos dotado y más ordinario, las cuales, en el momento en que escribimos esto, pasan desapercibidas.

1

La importancia de las relaciones humanas

*¿Qué felicidad hay
en la soledad? ¿Quién puede disfrutar a solas
o por completo lo que la alegría encuentra?*

MILTON

El énfasis que se hace actualmente en las relaciones interpersonales íntimas como piedra de toque de la salud y la felicidad es un fenómeno relativamente reciente. Las generaciones anteriores no habrían estimado en tanto las relaciones humanas, quizá creyendo que la rutina cotidiana y el quehacer ordinario nos proporcionarían todo lo que necesitaríamos; o quizá estaban demasiado preocupadas simplemente por subsistir y ganarse la vida como para tener tiempo que dedicar a las sutilezas de las relaciones personales. Algunos psicoanalistas, como Ernest Gellner, sugieren que nuestra preocupación y ansiedad actuales por las relaciones humanas han sustituido a las antiguas inquietudes por la impredecibilidad y precariedad de la naturaleza. Sostiene que, en las opulentas sociedades actuales, la mayoría de nosotros está protegido contra las enfermedades, la pobreza, el hambre y las catástrofes naturales hasta un límite inimaginable para las generaciones anteriores. Pero las sociedades industriales modernas son inestables y están estructuradas débilmente. El incremento de la movilidad social ha socavado los pilares de la sociedad. Como tenemos más margen de elección acerca de dónde vivimos, a qué grupo social nos unimos y qué queremos hacer de nuestras vidas, nuestras relaciones con las personas que forman parte de nuestro entorno han dejado de estar definidas por las reglas de la edad y, por consiguiente, se han convertido en objeto de preocupación y ansiedad crecientes. Como señala Gellner, «ahora, nuestro entorno está constituido básicamente por las relaciones con los demás»^[1].

Gellner llega a afirmar que la esfera de las relaciones personales se ha convertido en «el objeto de nuestra preocupación más angustiada». Nuestras inquietudes en este terreno están mezcladas con el declive de las creencias religiosas. La religión no sólo proporcionaba reglas de conducta respecto a las relaciones personales, sino que también ofrecía una alternativa más estable y predecible. Las relaciones con el cónyuge, los hijos o los vecinos podían ser difíciles, insatisfactorias o frágiles, pero no podía decirse lo mismo de las relaciones con Dios mientras uno siguiera creyendo en él.

Aunque estoy muy lejos de coincidir con todo lo que dice Gellner en su libro sobre el psicoanálisis, creo que está en lo cierto cuando afirma que el psicoanálisis

promete una forma de salvación; y que este tipo de salvación debe alcanzarse liberando al individuo de los bloqueos emocionales o puntos ciegos que le impiden establecer relaciones personales satisfactorias. Gellner también acierta al creer que el psicoanálisis ha ejercido una influencia tan amplia que se ha convertido en el lenguaje dominante para analizar la personalidad humana y las relaciones personales, incluso entre aquellos que no suscriben todas sus doctrinas.

El psicoanálisis ha cambiado considerablemente en el transcurso del siglo xx. La transformación principal está dada por el mayor énfasis sobre la relación del paciente con el psicoanalista. El psicoanálisis insiste ahora en que el análisis del fenómeno de transferencia, es decir de la actitud y respuesta emocional del paciente hacia el psicoanalista, es el rasgo esencial de la terapia psicoanalítica. De hecho, el reconocimiento de la importancia del fenómeno de transferencia ha sido un factor principal para crear un territorio común entre escuelas psicoterapéuticas como las de Freud y Jung, que en otros terrenos teóricos continúan siendo todavía polos opuestos. Aunque en los últimos años se ha cuestionado mucho el valor del psicoanálisis como método de curación efectivo de los síntomas neuróticos, la influencia de los conceptos derivados del psicoanálisis es muy persistente. Por ejemplo, en la mayoría de las variedades de trabajo social, la capacidad del usuario para establecer relaciones humanas se considera una parte vital de la práctica asistencial; y a menudo se intenta mejorar esta destreza sirviéndose de la relación del usuario con el trabajador social.

En los primeros tiempos del psicoanálisis no se hacía tanto énfasis en el análisis de la transferencia como en la reconstrucción de la trayectoria del desarrollo psicosexual del paciente. Se consideraba al paciente básicamente como un individuo aislado, y su actitud emocional hacia el analista se consideraba secundaria, o incluso un obstáculo para la investigación psicoanalítica. Cuando Freud empezó su investigación sobre los orígenes de la neurosis en las dos últimas décadas del siglo xix siempre encontró perturbaciones en la vida sexual de sus pacientes. El edificio del psicoanálisis acabó descansando sobre los cimientos del modelo teórico de desarrollo sexual desde la infancia en adelante que Freud postuló como consecuencia de sus investigaciones.

Según Freud, los diferentes tipos de neurosis estaban relacionados con la imposibilidad del paciente de superar las primeras etapas del desarrollo sexual debido a las fijaciones en la etapa «oral», «anal» o «fálica», que impedían avanzar hacia la «genitalidad», que es como denominaba Freud a la etapa de madurez sexual. Freud creía que la vida mental se guiaba en su origen por el «principio del placer»; es decir, por la necesidad de evitar el dolor y obtener placer. También creía que el sistema nervioso y, por tanto, la estructura mental al completo, tenía como función reducir el nivel de intensidad de los impulsos instintivos que llegaban a él para hallar el modo de expresarlos y, por consiguiente, de descargarlos. La idea de salud y felicidad mental se vinculó a la existencia, o consecución, de la satisfacción sexual.

Se admitió de un modo amplio y generalizado que si una persona estaba sana y era feliz era porque debía de disfrutar de una vida sexual satisfactoria; y, a la inversa, que si una persona era neurótica o infeliz era porque debía de haber una perturbación en su capacidad de encontrar satisfacción sexual. En la época de Freud, el énfasis principal residía en la satisfacción instintiva; es decir, en la capacidad para el orgasmo. Tácitamente, se suponía que si una pareja era capaz de proporcionarse satisfacción mutua en este sentido, las demás facetas de su relación estaban aseguradas. El sexo era la piedra de toque mediante la cual podía evaluarse la totalidad de la relación. Si un paciente conseguía superar los bloqueos que habían originado fijaciones en sus etapas de inmadurez del desarrollo sexual y alcanzar la etapa genital, entonces no habría ningún obstáculo para el establecimiento de relaciones con los demás en términos equitativa y mutuamente satisfactorios.

Freud supuso que la neurosis tenía su origen invariablemente en las circunstancias de la primera infancia del paciente. La tarea del psicoanalista era facilitar la recuperación de los primeros recuerdos traumáticos del paciente que habían sido reprimidos porque eran dolorosos o culpabilizadores. Siguiendo el descubrimiento que hizo su colega Breuer, Freud descubrió que si podía persuadir a un paciente que sufría de histeria de que rememorara las circunstancias exactas en las que se había originado un síntoma concreto, y el paciente podía volver a experimentar las emociones relacionadas con esas circunstancias, el síntoma desaparecería. A medida que Freud fue tratando a otro tipo de pacientes, el énfasis inicial en los incidentes traumáticos decayó de algún modo, en favor de la rememoración de la totalidad del clima emocional en que creció el paciente; pero todavía se suponía que los síntomas neuróticos se originaban a partir de las circunstancias de los primeros cinco años de vida.

Por tanto, podía considerarse al psicoanálisis como un proceso de reconstrucción histórica, una técnica para desenterrar acontecimientos, sentimientos y fantasías de la primera infancia del paciente. No había necesidad de analizar las relaciones actuales, y menos aún de involucrar a los amigos y la familia del paciente en un tratamiento que básicamente estaba relacionado con las respuestas subjetivas fechadas en un periodo de su vida acerca del cual aquéllos seguramente sabían muy poco.

Con frecuencia se criticó a los psicoanalistas por tratar a sus pacientes en exceso como individuos aislados, sin referencia a sus amigos y familiares. A estos últimos, a menudo para su desgracia, se les disuadía por completo de toda participación en el proceso de análisis, y el psicoanalista normalmente no los veía ni les pedía información acerca del comportamiento o las relaciones del paciente en casa. Pero si se acepta la teoría psicoanalítica en su forma original, es lógico tratar al paciente sin involucrarlo directamente con aquellos que le son cercanos normalmente. Nadie más que el paciente tiene acceso a las fantasías y sentimientos de su primera infancia. Ni siquiera los relatos más detallados de los primeros años de vida del paciente que pudieran proporcionar sus padres revelarían lo que el psicoanalista está buscando: la

reacción subjetiva del paciente a aquellas circunstancias de la infancia, en lugar de los hechos en sí.

Cuando Freud empezó a hacer tratamiento psicoanalítico no imaginó que se convertiría en alguien emocionalmente importante para sus pacientes. Esperaba convertir al psicoanálisis en una «ciencia de la mente» que finalmente estaría basada en la anatomía y en la fisiología, y que sería tan objetiva como éstas. Concibió su papel como el de un observador neutral y supuso que sus pacientes tendrían hacia él la misma actitud que hacia un médico especialista en cualquier otro campo. Cuando descubrió que no era así, que sus pacientes empezaban a experimentar y a expresar emociones de amor y odio hacia él, no aceptó estas emociones como expresiones genuinas de sentimientos que se producían en el aquí y ahora, sino que las interpretó como reediciones de emociones procedentes del pasado que el paciente había *transferido* al psicoanalista.

Freud contempló la transferencia inicialmente con disgusto. Sólo en 1910, mucho después de haber reconocido su importancia, escribió a Pfister:

En cuanto a la transferencia, es una verdadera maldición. Los impulsos intratables y violentos de la enfermedad, a causa de los cuales he renunciado tanto a la sugestión indirecta como a la hipnótica, no pueden ser suprimidos totalmente ni aun por el psicoanálisis. Sólo pueden ser refrenados, limitados, y lo que queda de ellos se expresa en la transferencia. Este remanente es a menudo bastante considerable^[2].

En la conferencia 27 de *Conferencias de introducción al psicoanálisis*, Freud reitera su convicción de que la transferencia debe tratarse como algo irreal.

Superamos la transferencia cuando demostramos al enfermo que sus sentimientos no provienen de la situación presente y no valen para la persona del médico, sino que repiten lo que a él le ocurrió una vez con anterioridad. De tal manera, lo forzamos a mudar su repetición en recuerdo^[3].

Desde la época de Freud y concretamente desde la emergencia de la escuela de *relaciones objétales* del psicoanálisis, ha habido una transformación en el énfasis en la comprensión e interpretación de la transferencia. La mayoría de los psicoanalistas, trabajadores sociales y demás miembros de las llamadas «profesiones asistenciales», consideran que las relaciones personales íntimas son la fuente principal de la felicidad humana. A la inversa, está ampliamente admitido que aquellos que no disfrutan de las satisfacciones que proporcionan estas relaciones son neuróticos, inmaduros o, de algún modo, anormales. Hoy día, la idea clave de la mayor parte de las formas de psicoterapia, ya sean individuales o de grupo, reside en la comprensión de lo que ha ido mal en las relaciones del paciente con las personas relevantes de su pasado, con el fin de que aquél pueda recibir ayuda para que sus relaciones sean más fructíferas y satisfactorias en el futuro.

Dado que las relaciones del pasado condicionan las expectativas respecto a nuevas relaciones, la actitud del paciente hacia el psicoanalista como una persona nueva y relevante es una fuente de información importante sobre las dificultades

anteriores, y también ofrece una potencial ocasión para corregir estas dificultades. Por poner un simple ejemplo, es probable que un paciente que haya experimentado rechazo o malos tratos se acerque al psicoanalista con la expectativa de un nuevo rechazo y mal trato, aunque el paciente pueda ser bastante inconsciente del hecho de que su expectativa está afectando a su actitud. El descubrimiento de que está haciendo falsas suposiciones acerca de cómo le tratarán los otros, junto con la experiencia nueva de recibir más amabilidad y comprensión del psicoanalista de la que se imaginaba, puede revolucionar sus expectativas y facilitar que entable con los demás mejores relaciones de lo que hasta el momento había sido capaz de hacer.

Como hemos visto, Freud calificaba todo sentimiento que el paciente manifestara hacia el psicoanalista de irreal y lo interpretaba como procedente del pasado. Hoy día, muchos analistas reconocen que estos sentimientos no son simplemente facsímiles de impulsos y fantasías infantiles. En algunos casos, representan un intento de compensar lo que ha estado ausente en la infancia del paciente. Este puede ver al analista durante algún tiempo como el padre ideal que nunca tuvo. Esta experiencia puede tener un efecto sanador, y puede ser un error borrar esta imagen llamándola ilusión o mediante una interpretación apresurada.

Como vimos anteriormente, Freud consideraba que la tarea del psicoanalista era eliminar los bloqueos que impedían que el paciente manifestara sus impulsos instintivos de un modo adulto. Si esta labor se podía llevar a término, se suponía que las relaciones del paciente mejorarían automáticamente. Los analistas modernos han invertido el orden. Primero piensan en términos de relaciones, y, después, en términos de satisfacción instintiva. Si el paciente está capacitado para establecer relaciones con otros seres humanos en igualdad de condiciones y sin ansiedad, se supone que no habrá ninguna dificultad para expresar impulsos instintivos y conseguir satisfacción sexual. Los teóricos de las relaciones objétales creen que, desde el comienzo de su vida, los seres humanos buscan *relaciones*, no simplemente satisfacción sexual.

Creen que la neurosis significa un fracaso en el establecimiento de relaciones humanas satisfactorias, en lugar de una cuestión de instintos sexuales inhibidos o no desarrollados.

La transferencia, ya se entienda como la actitud emocional global del paciente o como el conjunto de actitudes hacia el analista, se considera, por tanto, un rasgo central de la terapia psicoanalítica, y no un vestigio del pasado o una «maldición»; ni siquiera, como Freud la consideró posteriormente, «un poderoso aliado» por el poder que otorgaba para modificar las actitudes del paciente. En la actualidad, normalmente un psicoanalista dedicará gran parte de su tiempo a detectar y comentar el modo en que reaccionan sus pacientes ante él, el analista: si se muestra temeroso, sumiso, agresivo, competidor, reservado o nervioso. Estas actitudes tienen su propia historia, la cual ha de ser explorada. Pero el énfasis es diferente. El analista estudia la actitud distorsionada que tiene el paciente hacia él y, mediante ella, percibe las distorsiones en las relaciones de aquél con los demás. Hacer esto eficazmente supone reconocer

que hay una relación real, en el aquí y ahora, y que el psicoanálisis no se ocupa exclusivamente de los sucesos de la primera infancia.

Después de todo, el encuentro analítico es algo único. Ningún encuentro social ordinario permite un estudio tan detallado acerca del modo en que una parte reacciona ante la otra. En ninguna otra situación de la vida puede contar nadie con un oyente fiel que esté dispuesto a ofrecer tanto tiempo y tanta atención cualificada a los problemas de un solo individuo sin pedir nada recíproco a cambio que no sea la remuneración profesional. El paciente puede no haber encontrado nunca en su vida a nadie que le haya prestado tanta atención y que ni siquiera se haya preparado para escuchar sus problemas. No es de extrañar que el analista se convierta en alguien importante para él. Es tan necesario reconocer la realidad de estos sentimientos como lo es reconocer los elementos irracionales y perturbadores de la transferencia que datan de la experiencia infantil del paciente.

Esta concentración en las relaciones personales y sobre la transferencia no es característica de todas las formas de práctica psicoanalítica; pero sí agrupa a una serie de psicoanalistas y psicoterapeutas que inicialmente pudieron haberse formado en diferentes escuelas, pero que comparten dos convicciones fundamentales. La primera es que los problemas de neurosis tienen algo que ver con los fracasos tempranos en la relación entre el niño y sus padres; la segunda, que la salud y la felicidad dependen enteramente del establecimiento de relaciones personales íntimas.

Ningún niño es exactamente igual a otro, y hay que reconocer que las diferencias genéticas pueden contribuir en gran medida a los problemas del desarrollo infantil. Con todo, comparto la idea de que muchos problemas de neurosis de la vida adulta pueden relacionarse con la experiencia emocional anterior del individuo en el seno de su familia.

Estoy menos convencido de que las relaciones personales íntimas sean la única fuente de salud y felicidad. En el ambiente actual existe el peligro de que el amor se idealice como el único camino de salvación. Cuando le preguntaron a Freud qué era lo que constituía la salud mental, él ofreció como respuesta que se trataba de la capacidad de amar y de trabajar. Hemos sobrevalorado la primera y prestado demasiada poca atención a la segunda. En muchas variedades de psicoanálisis, la dedicación exclusiva a las relaciones interpersonales ha llevado a dejar de considerar otros modos de alcanzar satisfacción personal, así como a descuidar el estudio de los cambios dinámicos de la psique del individuo aislado.

Una serie de psicoanalistas contribuyeron al auge de la «teoría de las relaciones objétales» en contraposición a la «teoría del instinto» de Freud. Entre estos analistas se encontraban Melanie Klein, Donald Winnicott y Ronald Fairbairn. Pero el trabajo más importante en este campo ha sido el de John Bowlby, cuyos tres volúmenes bajo el título de *Apego y abandono*^[*] son mercedamente influyentes, han inspirado gran número de investigaciones y están considerados de manera general como una contribución fundamental a nuestra comprensión de la naturaleza humana.

Bowlby supone que la principal necesidad de los seres humanos desde la infancia en adelante es la de tener relaciones de apoyo satisfactorias con otros seres humanos, y que esta necesidad de apego va mucho más allá de la necesidad de satisfacción sexual. Las ideas que expone Bowlby proceden de una afortunada síntesis de la etología y el psicoanálisis. Al hacer énfasis en el apego, que es distinto del encuentro sexual, aunque con frecuencia está asociado a él, Bowlby ha ampliado el punto de vista psicoanalítico del ser humano y de las relaciones humanas, aproximándolas más a los descubrimientos de los investigadores de otras disciplinas.

Apego y abandono, de Bowlby, nació de su trabajo para la Organización Mundial de la Salud sobre la salud mental de los niños sin hogar. Esto dio lugar al subsiguiente estudio de los efectos sobre los niños pequeños de la pérdida temporal de la madre y a una apreciación mucho mayor de las perturbaciones sufridas por los niños cuando, por ejemplo, ellos o sus madres han de ser ingresados en el hospital.

Los niños pequeños empiezan a desarrollar vínculos específicos con personas concretas aproximadamente a los nueve meses de nacer. Esta es la época en la que el niño empieza a protestar si se le deja en brazos de un extraño y tiende a aferrarse a la madre o a otros adultos que le son familiares. La madre normalmente proporciona un lugar seguro al que el niño puede regresar y, cuando ella está presente, el niño es más valiente en la exploración y en el juego que cuando está ausente. Si la figura de apego desaparece, aunque sea brevemente, el niño normalmente protesta. Separaciones más largas, como cuando los niños tienen que ingresar en el hospital, producen una secuencia de respuestas fijas que Bowlby describió por primera vez. A las protestas airadas les sucede un periodo de desesperación en el que el niño se muestra abatido, silencioso y apático. Después de un periodo más largo de separación, el niño se vuelve independiente y ya no parece preocuparse más por la ausencia de la figura de apego. Esta secuencia de *protesta, desesperación y desapego* parece ser la respuesta estándar de los niños pequeños a los que se aparta de su madre.

La evidencia es suficientemente llamativa como para que Bowlby considere que la capacidad de un adulto para establecer buenas relaciones con otros adultos depende de la experiencia individual con las figuras de apego cuando es niño. Un niño que desde sus primeros años está seguro de que sus figuras de apego estarán disponibles cuando las necesite, desarrollará la sensación de seguridad y confianza en sí mismo. En la vida adulta, esta confianza le posibilitará confiar en, y a amar a, otros seres humanos. En las relaciones entre los sexos en las que se ha establecido el amor y la confianza, la satisfacción sexual se produce como una consecuencia natural de ellos.

De todos modos, el apego varía en calidad e intensidad, en parte según la reacción y el trato de la madre hacia su hijo, y en parte, sin duda, según diferencias genéticas innatas. Aunque la respuesta observable de un niño ante la marcha de su madre puede parecer similar en circunstancias diferentes, las consecuencias de su ausencia prolongada pueden variar considerablemente de un caso a otro. La investigación indica que los niños criados en instituciones son más destructivos y exigentes que los

criados en familias nucleares. Parece ser, aunque no está absolutamente demostrado, que estos niños son menos capaces de establecer relaciones íntimas cuando crecen que aquellos que han gozado de una familia cercana que los quiere. Los experimentos realizados con crías de mono separadas de sus madres indican que no es difícil hacer que un mono adulto sea incapaz de mantener relaciones sociales y sexuales normales. Sin embargo, los seres humanos son extraordinariamente flexibles, e incluso los niños que han sido aislados y maltratados con insistencia pueden ser capaces de recuperarse de ello si el entorno mejora.

En el capítulo 12 del primer volumen de *Apego y abandono*, Bowlby analiza la naturaleza y funciones del apego desde el punto de vista biológico. Desde su amplio conocimiento de la conducta de apego en otras especies, además de en el ser humano, concluye en que la función original de la conducta de apego era la protección contra los depredadores. Primero, señala que los animales aislados tienen más probabilidades de ser atacados por depredadores que los animales que permanecen en grupo. Segundo, llama la atención sobre el hecho de que, tanto en los seres humanos como en otros animales, es particularmente probable que la conducta de apego se produzca cuando el individuo es joven, está enfermo o preñado. Todos estos estados hacen que el individuo sea más vulnerable a los ataques. Tercero, las situaciones que producen alarma originan invariablemente que los individuos busquen a otros con los que compartir el peligro. En el caso del hombre actual, el peligro de los depredadores ha disminuido, pero su respuesta hacia otras formas de amenaza continúa siendo idéntica.

Esta interpretación biológica tiene sentido. El hombre moderno parece preprogramado para responder a una serie de estímulos de un modo que era más propio de la vida de un cazador-recolector tribal que de la de un hombre urbano occidental de finales del siglo xx. Esto es particularmente llamativo en el caso de nuestras respuestas agresivas a lo que consideramos una amenaza, y también en el caso de nuestra desconfianza paranoica hacia los extraños. Ambos tipos de respuesta pueden haber sido apropiados para nuestros ancestros tribales, pero son peligrosos en una época en la que estamos amenazados por la posibilidad de un holocausto nuclear.

Bowlby hace la importante matización de que apego no es lo mismo que dependencia. Es cierto que los seres humanos tardan mucho tiempo en crecer. El periodo que va desde el nacimiento hasta la madurez sexual supone aproximadamente un cuarto de la vida total, lo cual lo hace más largo que el de cualquier otro mamífero. Nuestra indefensión inicial y la larga infancia nos proporcionan la oportunidad de aprender de nuestros mayores, lo cual está generalmente admitido que es la razón biológica de la duración de la inmadurez en la especie humana. La adaptación del hombre al mundo depende del aprendizaje y de la transmisión de la cultura de una generación a otra. La dependencia es máxima en el nacimiento, cuando el niño está más indefenso. A diferencia de aquélla, el apego no es evidente hasta que el niño tiene unos seis meses. La dependencia disminuye gradualmente hasta que se

alcanza la madurez; el comportamiento de apego persiste a lo largo de la vida. Cuando llamamos dependiente a un adulto, queremos decir que es inmaduro. Pero si no tiene vínculos íntimos concluimos que algo está mal en él. En las sociedades occidentales, el desapego extremo hacia los lazos con los demás se equipara normalmente con la enfermedad mental. A veces, los esquizofrénicos crónicos llevan vidas en las que las relaciones con los demás no desempeñan prácticamente ningún papel. La capacidad de crear vínculos en condiciones de igualdad está considerada una prueba de madurez emocional. Es la ausencia de esta capacidad lo que es patológico. Pocas veces se considera que puede haber otros criterios de madurez emocional, como, por ejemplo, la capacidad de estar solo.

Antropólogos, sociólogos y psicólogos coinciden en considerar al hombre un ser social que requiere del apoyo y la compañía de otros a lo largo de su vida. Además del aprendizaje, la cooperación social ha desempeñado un papel fundamental en la supervivencia del hombre como especie, así como en la de primates como los babuinos y los chimpancés. Como Konrad Lorenz señaló, el hombre no es muy veloz ni está dotado por naturaleza de una piel gruesa, colmillos y garras afiladas u otras defensas naturales. Los hombres primitivos tuvieron que aprender a cooperar con el fin de protegerse de especies más fuertes y para conseguir cazar animales más grandes. De ello dependía su supervivencia. El hombre moderno ha recorrido un largo camino desde la condición social de cazador-recolector, pero su necesidad de interacción social y de lazos positivos con los demás ha persistido.

Por tanto, hay muchas razones para situar el apego en un lugar muy alto de la jerarquía de necesidades humanas. Algunos sociólogos incluso dudarían de que el individuo posea alguna significación cuando se le considera aislado de su familia y de los grupos sociales a los que pertenece. La mayoría de los miembros de la sociedad occidental suponen que los vínculos familiares cercanos constituyen una parte importante de sus vidas; que esos lazos serán sustituidos por otros amores y amistades; y que serán estas relaciones las que dotarán de sentido a sus vidas. Como ha escrito Peter Marris:

Las relaciones que más nos importan son normalmente las de las personas concretas a las que amamos — marido o mujer, padres, hijos o amigos más queridos— y algunas veces también algunos lugares —una casa o un territorio personal al que invertimos de las mismas cualidades—. Estas relaciones específicas, que experimentamos como únicas e irremplazables, parecen encarnar de un modo crucial el sentido de nuestras vidas^[4].

Según el punto de vista de Marris, estas relaciones únicas e irremplazables actúan como puntos de referencia que nos ayudan a entender nuestra experiencia. Es como si estuviéramos empotrados en una estructura de la cual las relaciones únicas fueran los pilares de sustentación. Damos esto tan por seguro que pocas veces lo definimos y difícilmente podemos ser conscientes de ello hasta que no se acaba alguna relación importante. Como Marris señala, las personas que han perdido a alguien recientemente sienten a menudo, al menos durante un tiempo, que el mundo

carece de sentido. Cuando perdemos a la persona que nos es más cercana y querida podemos descubrir que el sentido de la vida estaba estrechamente ligado a esa persona hasta un extremo mayor del que habíamos supuesto. Esto es lo habitual; pero debemos recordar también que algunas personas, incluso después de haber perdido un cónyuge al que querían mucho, tienen una nueva sensación de libertad y recobran su vigor.

Cuando Robert S. Weiss estudió una serie de personas cuyos matrimonios habían terminado hacía poco y que se habían unido a un grupo de padres solteros, descubrió, como se podía esperar, que aunque obtuvieron apoyo del grupo, todavía se quejaban de soledad. Ninguna cantidad de amigos fue suficiente para compensar la pérdida del apego cercano y de la intimidad emocional que habían experimentado en el matrimonio.

Pero, por cruciales que sean estas relaciones para la mayoría de la gente, no son sólo las relaciones personales *íntimas* las que dotan de sentido a la vida. Weiss estudió también a parejas casadas que, por una u otra razón, se habían trasladado a una distancia considerable desde el barrio en que habían vivido. Aunque sus lazos íntimos con sus cónyuges no se vieron afectados, sufrían por haber dejado de sentirse parte de un grupo^[5].

En otras palabras, disfruten o no de relaciones íntimas, los seres humanos necesitan sentir que son parte de una comunidad más amplia que la que constituye la familia. La suposición moderna de que las relaciones íntimas son esenciales para la satisfacción personal tiende a hacernos descuidar la importancia de las relaciones que no son tan íntimas. A los esquizofrénicos y a otros individuos que están más o menos completamente aislados se les considera patológicos con razón; pero muchos seres humanos se conforman con relaciones que no pueden considerarse especialmente cercanas, y no todos estos seres humanos están enfermos, ni tan siquiera son particularmente infelices.

Las estructuras sociales como las que encontramos en el ejército o en una empresa pueden no proporcionar a los individuos el mismo tipo de satisfacciones que obtendrían en las relaciones íntimas, pero sí proporcionan un escenario en el que el individuo siente que tiene una función y un lugar. El argumento de Gellner, expuesto más atrás, de que la sociedad moderna es tan mudable y fluida que ha hecho que mucha gente se sienta desorientada e insegura, se ve contrarrestado hasta cierto punto por el hecho de que muchos trabajadores se muestran reticentes a abandonar un entorno que les es familiar aun cuando les ofrezcan oportunidades mejor remuneradas. El hecho de que un hombre sea parte de una jerarquía y que tenga una labor concreta que desempeñar da significado a su vida. También le proporciona un marco de referencia a través del cual percibir su relación con los demás. En el transcurso de la vida diaria nos encontramos habitualmente mucha gente con la que no tenemos intimidad, pero que, no obstante, contribuye a crear nuestra sensación de identidad. Vecinos, carteros, empleados de banco, tenderos y muchos otros pueden

ser todos ellos personajes familiares con los que intercambiamos saludos amistosos a diario, pero por regla general son personas de cuyas vidas sabemos muy poco. Aun así, si una de estas personas desaparece y es reemplazada por otra, tenemos una sensación de pérdida, aunque sólo sea fugaz. Decimos que nos habíamos «acostumbrado a» fulano; pero lo que echamos de menos es el reconocimiento mutuo, el reconocimiento de la existencia del otro, y de ahí cierta afirmación, aunque sea superficial, de que cada uno contribuye parcialmente en algo al esquema de vida del otro.

Las relaciones de esta naturaleza desempeñan un papel más importante en la vida de la mayoría de nosotros de lo que habitualmente reconocemos. Cuando las personas dejan de trabajar en oficinas o empresas, pierden las figuras familiares que solían proporcionar reconocimiento y afirmación. Se admite de modo general que la mayoría de los seres humanos quieren ser amados. El deseo de ser reconocido y admitido es al menos igual de importante.

Hoy día, en las sociedades occidentales, un gran número de personas viven vidas en las que las relaciones íntimas desempeñan un papel reducido, por mucho que reconozcan la carencia o traten de compensarla con fantasías. En lugar de estar centrados en el cónyuge y los hijos, sus vidas están basadas en la oficina en la que, aunque no se les ame, al menos se les reconoce y valora. La gente que tiene una necesidad especial de ser reconocida, quizá porque sus padres les ofrecieron poca atención en su infancia, se ven atraídos hacia la vida de oficina por esta razón. Aunque algunos tipos de trabajo pueden requerir breves periodos de concentración solitaria, la mayoría de los trabajadores de oficinas pasan relativamente poco tiempo solos, sin interacción humana, y para la mayoría de ellos esto parece ser un rasgo atractivo de la vida de oficina.

La importancia que tienen las relaciones menos íntimas o completamente superficiales en la vida de la mayoría de nosotros también queda patente en el tipo de conversaciones que tenemos con estos conocidos. Cuando los vecinos se encuentran en la calle, especialmente en Inglaterra, utilizan el tiempo atmosférico como gambito de apertura. Pero si el intercambio se prolonga, es probable que la conversación pase a ocuparse de otros vecinos. Incluso los más intelectuales pocas veces son adversos a murmurar, aunque pueden aparentar que lo detestan. Sería interesante saber qué proporción de conversación se compone de hablar de las vidas de otras personas comparado con hablar de libros, música, pintura, ideas o dinero. Incluso entre los que han recibido una educación más elevada, la proporción puede no ser pequeña.

Fracasar a la hora de establecer, o mantener, el tipo de vínculos íntimos que los teóricos de las relaciones objétales sostienen que es la fuente de sentido y satisfacción principal en la vida no supone que una persona esté necesariamente aislada de los demás. Mientras que para la mayoría de la gente ciertamente es más difícil encontrar sentido a la vida si no tienen vínculos cercanos, mucha gente puede llevar, y de hecho lleva, una vida equilibrada y satisfactoria basándola en una mezcla de trabajo y

relaciones más superficiales. Edward Gibbon, a quien cité en la introducción, es buen ejemplo de ello. Deberíamos recordar también que algunas personas han sufrido largos periodos de reclusión aisladas sin llegar a sentir que sus vidas carecen de sentido, y que otros han buscado deliberadamente semanas o meses de soledad por razones a las que volveremos más adelante.

En el penúltimo párrafo del tercer y último volumen de *Apego y abandono*, Bowlby escribe:

Los vínculos íntimos con otros seres humanos son el eje en torno al cual gira la vida de una persona, no sólo cuando es un niño pequeño o un escolar, sino también a lo largo de su adolescencia, en sus años de madurez y cuando es anciano. La persona extrae su fuerza y su capacidad de disfrutar de la vida de estos vínculos íntimos, y con su contribución proporciona fuerza y capacidad de disfrute a los demás. Esto es algo en lo que coinciden la ciencia actual y la sabiduría tradicional^[6].

He sido un admirador constante de la obra de Bowlby desde la primera vez que la leí. Bowlby ha hecho más que cualquier otro psicoanalista por vincular el psicoanálisis con la ciencia, gracias a su insistencia en que las afirmaciones del psicoanálisis deben apoyarse en estudios experimentales, y también a su utilización de conceptos procedentes de la etología. Pero la teoría del apego, en mi opinión, no hace tanta justicia a la importancia del trabajo, a la importancia emocional de lo que sucede en la mente del individuo cuando está solo y, más concretamente, al lugar central que ocupa la imaginación en aquellos que son capaces de alcanzar logros creadores. Los vínculos íntimos son *un* eje en torno al cual gira la vida de una persona, pero no necesariamente *el* eje.

2

La capacidad de estar solo

Hemos de reservarnos una trastienda muy nuestra, libre, en la que establezcamos nuestra verdadera libertad y nuestro principal retiro y soledad.

MONTAIGNE

En la primera infancia y la niñez, el apego a los padres o a sus sustitutos es esencial para la supervivencia del niño, y probablemente la garantía de apego es necesaria para convertirse en un adulto capaz de establecer relaciones íntimas con otros adultos en igualdad de condiciones. Aunque los hogares rotos, por desgracia, son algo común en la sociedad occidental, los padres preocupados por el bienestar de sus hijos tratan de proporcionarles una educación equilibrada y cariñosa que fomente el apego e incremente su confianza en sí mismos. Además, la mayoría de los padres tratarán de garantizar que sus hijos gocen de oportunidades para encontrar otros niños de su misma edad con los que jugar. Tanto entre los primates como en los seres humanos, la garantía de apego entre la madre y el niño refuerza el comportamiento explorador. Un niño seguro de la disponibilidad de su madre normalmente querrá explorar su entorno inmediato, emplear juguetes y entrar en contacto con cualquier otra persona que haya en la habitación, incluyendo otros niños. Hay indicios que sugieren que a los niños de nada menos que dieciocho meses les beneficia que se les permita mezclarse con sus iguales. No cabe duda de que la interacción con niños de la misma edad ofrece unas oportunidades de aprender habilidades sociales que no proporciona la interacción entre los padres y el niño.

Por ejemplo, jugar a pelearse, que es algo importante para aprender a manejar la agresión, es algo común entre los niños de la misma edad, pero raro entre padre e hijo. Las actitudes hacia el sexo se adquieren por regla general de otros niños mejor que de los padres. El estudio de los adultos que se quejan de problemas sexuales revela a menudo que, de niños, estuvieron anormalmente solos. Como no aprendieron de otros niños que la curiosidad y el impulso sexual son universales, crecieron sintiéndose diferentes de los demás; quizá especialmente malos.

En el capítulo 1 vimos que la mayoría de los seres humanos adultos necesitan tener relaciones íntimas y sentir que pertenecen a una comunidad. En la infancia, el apego hacia los padres o sus sustitutos es algo vital; pero las relaciones con otros niños también proporcionan un tipo de experiencia social que es irremplazable.

Ha habido, y sigue habiendo, gran cantidad de investigaciones sobre estos dos aspectos del desarrollo infantil; pero prácticamente no hay estudios acerca de si es importante desde algún punto de vista que el niño esté solo. Si consideráramos

deseable favorecer el desarrollo de la capacidad creadora del niño deberíamos garantizar que nuestros hijos, cuando fueran suficientemente mayores como para disfrutarlo, tuvieran tiempo y ocasiones de estar solos. Muchos adultos creadores han dejado testimonios de sus sentimientos infantiles de comunión mística con la naturaleza; estados de conciencia peculiares o, como los llamaba Wordsworth, «atisbos de inmortalidad». Estos testimonios los han proporcionado personajes tan diversos como Walt Whitman, Arthur Koestler, Edmund Gosse, A. L. Rowse y C. S. Lewis. Podemos estar seguros de que estos momentos no afloran jugando al fútbol, sino principalmente cuando el niño está solo. La descripción de Bemard Berenson es particularmente elocuente. Se refiere a los momentos en que se abandonaba a «algún instante de perfecta armonía».

En la infancia y la juventud, este éxtasis me sorprendía cuando estaba de puertas afuera. Tendría cinco o seis años. Siete, no. Era una mañana a principios de verano. Sobre los tilos resplandecía y temblaba una neblina plateada. El aire estaba cargado con su fragancia. La temperatura era como una caricia. Recuerdo sin ningún esfuerzo que me subí a un tocón y de repente me sentí inmerso en la Otredad. No la llamé así. No necesitaba palabras. Ella y yo éramos uno^[1].

A. L. Rowse describe experiencias similares en su época de escolar en Comualles.

Entonces no podía saber que era una impresión prematura de una sensación estética, una especie de revelación que desde entonces se ha convertido para mí en una secreta piedra de toque de la experiencia, en un recurso y consuelo íntimos. Más tarde, cuando leí los versos de la abadía de Tintem y la oda sobre los atisbos de inmortalidad de Wordsworth, aunque todavía era un escolar —entonces ya trasladado ladera abajo a la escuela secundaria—, me di cuenta de que era la experiencia que él estaba describiendo^[2].

Los psicoterapeutas modernos, incluido yo, hemos adoptado como criterio de madurez emocional la capacidad del individuo de establecer relaciones adultas en términos de igualdad. Con pocas excepciones, los psicoterapeutas hemos descuidado tener en cuenta que la capacidad de estar solo también es un rasgo de madurez emocional.

Una de estas excepciones es el psicoanalista Donald Winnicott. En 1958, Winnicott publicó un artículo titulado «La capacidad de estar solo», que se ha convertido en un clásico del psicoanálisis. Winnicott escribió:

Probablemente sea acertado decir que se ha escrito más literatura psicoanalítica sobre el *miedo* a estar solo o el *deseo* de estar solo que sobre la *capacidad* de estar solo; también se han dedicado considerables esfuerzos al estado de retiro, una disposición defensiva que supone una expectativa de persecución. Me parece que hay pendiente desde hace mucho tiempo un análisis de los aspectos *positivos* de la capacidad de estar solo^[3].

En el capítulo 1 me referí a la obra de Bowlby sobre el apego temprano del bebé hacia su madre y a la secuencia de *protesta*, *desesperación* y *desapego* que se produce habitualmente cuando se aparta a la madre del niño. En condiciones normales, si no se ha producido ningún daño grave en el vínculo entre la madre y el niño, éste poco a poco es cada vez más capaz de tolerar sin ansiedad periodos largos

de ausencia materna. Bowlby cree que la confianza en la disponibilidad de las figuras de apego se construye gradualmente a lo largo de los años de inmadurez; concretamente, en el periodo que transcurre entre los seis meses y los cinco años, cuando el comportamiento de apego se manifiesta con más facilidad. Sin embargo, la sensibilidad a la presencia o ausencia de las figuras de apego se mantiene hasta bien entrada la adolescencia. Muchos niños de clase media inglesa que han experimentado total seguridad en la primera infancia han visto sus expectativas truncadas cuando se les ha enviado a un internado a los siete u ocho años.

Está generalmente admitido que no separarse de los demás es señal de inseguridad. El niño que no dejará marchar a su madre, ni siquiera durante periodos cortos, es el niño que no tiene confianza en su regreso. Y a la inversa, el niño que ha desarrollado confianza en la disponibilidad de las figuras de apego es el niño que puede experimentar sin ansiedad quedarse solo cada vez más tiempo. Así, la capacidad de estar solo es un aspecto de la seguridad interior que se ha formado durante los primeros años. Aunque hay niños que evitan la compañía y están patológicamente aislados, es decir, que están en el «estado de retiro» que refiere Winnicott, no debería confundirse con estos niños al niño que disfruta en cierta medida de la soledad. Algunos niños que disfrutan del ejercicio solitario de la imaginación pueden desarrollar un potencial creativo.

Desarrollar una sensación de seguridad puede considerarse un proceso de condicionamiento. La repetida confirmación de la presencia de las figuras de apego cuando se las requiere condiciona al niño para que tenga expectativas favorables hacia su disponibilidad en el futuro. Los psicoanalistas se refieren a este proceso habitualmente como *incorporación de un buen objeto*; queriendo decir con ello que la figura de apego ha pasado a formar parte del mundo interior del individuo y, por tanto, se ha convertido en alguien en quien se puede confiar aun cuando esta persona no esté realmente presente. Esto puede parecer traído por los pelos, pero la mayoría de la gente puede pensar en las veces en que se han dicho a sí mismos «¿Qué haría fulano en esta situación?». Están confiando en alguien que aunque no esté presente, se ha incorporado a su mundo imaginario como alguien hacia el que dirigirse ante un dilema.

Winnicott sugiere que la capacidad de estar solo en la vida adulta nace de la experiencia del niño de estar *solo en presencia de la madre*. Postula un estado en el cual las necesidades básicas de alimento, calor, contacto físico, etc., del niño están satisfechas, de modo que éste no tiene ninguna necesidad de dirigirse a la madre para nada, ni hay ninguna necesidad de que la madre se sienta requerida para proporcionar nada. Winnicott escribe:

Estoy tratando de justificar la paradoja de que la capacidad de estar solo está basada en la experiencia de estar solo en presencia de alguien, y que sin suficiente experiencia de este tipo no puede desarrollarse la capacidad de estar solo^[4].

Winnicott prosigue hasta hacer la sugerencia sumamente interesante de que

es solamente cuando está solo (es decir, solo en presencia de alguien) cuando el niño puede descubrir su vida personal^[5].

Puesto que son inmaduros, los niños necesitan el apoyo de otra persona para que se desarrolle su sentido del «yo», es decir, de que es una persona independiente con una identidad independiente. Winnicott cree que esto comienza a suceder cuando el niño es capaz de estar en el estado de relajación constituido por la experiencia de estar solo en presencia de la madre. Después de hallarse en este estado durante un tiempo, el niño empezará a experimentar alguna sensación o impulso. Winnicott sugiere que

en esta situación, la sensación o impulso se sentirá como real y será verdaderamente una experiencia personal.

Winnicott contrapone esta sensación de experiencia personal con lo que llama

una falsa vida formada de estímulos externos^[6].

A lo largo de la mayor parte de su vida profesional, Winnicott estuvo particularmente preocupado por si la experiencia de un individuo era auténtica o no. Muchos de los pacientes a los que trató habían aprendido de niños, por una u otra razón, a ser excesivamente sumisos, es decir a vivir del modo que se esperaba que lo hicieran, que complacía a los demás o que estaba concebido para no ofender a otros. Estos eran los pacientes que desarrollaron lo que Winnicott llamaba un «falso yo»; es decir un yo que está basado en la sumisión a los deseos de los demás antes que en los verdaderos sentimientos o necesidades instintivas del propio individuo. Un individuo así llega a sentir finalmente que la vida es fútil y no tiene sentido porque simplemente se está adaptando al mundo en lugar de vivirlo como un lugar en el que sus necesidades subjetivas pueden encontrar satisfacción.

Aunque las suposiciones de Winnicott acerca de las experiencias subjetivas de los niños son imposibles de demostrar, creo que sus ideas son iluminadoras. Winnicott está sugiriendo que la capacidad de estar solo depende originariamente de lo que Bowlby llamaría garantía de apego: es decir, de que el niño puede ser él mismo tranquilamente en presencia de la madre sin ansiedad por su posible marcha y sin ansiedad por lo que ella pueda o no esperar de él. A medida que el niño crece seguro, dejará de necesitar la presencia física constante de la madre o de otra figura de apego y será capaz de estar solo sin ansiedad durante periodos más largos.

Pero Winnicott va más allá. Sugiere que la capacidad de estar solo, primero en presencia de la madre y luego en su ausencia, también está relacionada con la capacidad del individuo de estar en contacto con sus verdaderos sentimientos interiores y de manifestarlos. Sólo cuando el niño ha experimentado la sensación de

estar solo contento y relajado, primero con su madre y luego sin ella, puede estar seguro de su capacidad de descubrir lo que realmente quiere o necesita, al margen de lo que los otros puedan esperar de él o depositar sobre él.

Así, la capacidad de estar solo resulta estar vinculada al autodescubrimiento y a la autocomprensión; a la toma de conciencia de las necesidades, sentimientos e impulsos más profundos de uno mismo.

El psicoanálisis también se ocupa de poner en contacto al individuo con sus sentimientos más profundos. La técnica empleada podría describirse como la de favorecer que el individuo esté solo en presencia del analista. Esta analogía es aplicable particularmente a los procedimientos utilizados en los primeros tiempos del psicoanálisis, antes de que el análisis del fenómeno de transferencia adquiriera tanta importancia (véase el capítulo 1). El uso del diván no sólo favorecía la relajación, sino que también impedía el contacto visual entre el paciente y el analista. Así se evitaba que el paciente se preocupara demasiado por las reacciones del analista ante lo que estaba diciendo y, por tanto, hacía más fácil que se concentrara en su mundo interior.

Algunos analistas todavía creen que proporcionar un entorno seguro en el que el paciente pueda explorar y manifestar sus pensamientos y sentimientos más íntimos es, cuando menos, tan importante como cualquier interpretación que ellos puedan ofrecer. Un analista al que conocí personalmente ilustraba este aspecto con la historia de un paciente al que trató tres veces por semana durante un periodo de un año. En cada sesión, el paciente se tendía en el diván y se sumía directamente en la asociación libre. Al cabo del año, el hombre se declaró curado y expresó su sincero agradecimiento. El analista declaró que él no había ofrecido ningún tipo de interpretación durante todo este periodo. Aun cuando esta historia concreta estuviera ligeramente exagerada, la analogía con lo que postula Winnicott que sucede entre el niño y la madre es asombrosa.

Como hemos visto, el psicoanálisis puede ayudar a los pacientes a establecer mejores relaciones con otras personas en el mundo exterior comprendiendo y entrenando con su relación con el analista. Cuando se favorece que una persona entre en contacto con alguien y exprese sus sentimientos más profundos con la garantía de que no será rechazado, criticado, ni se le pedirá que sea diferente, a menudo se produce en su mente algún tipo de nueva disposición o proceso de ordenación que lleva consigo una sensación de paz; una sensación de que realmente se ha llegado a las profundidades del pozo de la verdad. Este proceso, que en sí mismo contribuye a la curación, se ve favorecido por la tarea del analista para ofrecer un entorno adecuadamente seguro que no dependa de las interpretaciones del analista. Puede considerarse que la historia del paciente que dijo que estaba curado a pesar, o a causa, del silencio del analista contiene una poderosa carga de verdad. En estos casos, el proceso de curación es muy parecido al que puede formar parte del proceso creador en soledad.

La integración también se produce en el sueño. Estamos completamente solos cuando dormimos, aun cuando podamos compartir cama con una persona amada. Cuando nos enfrentamos a un problema que no tiene una respuesta obvia, la sabiduría popular recomienda «consultarlo con la almohada»; y la sabiduría popular acierta. En algún momento, la mayoría de la gente se ha sentido incapaz de decidirse cuando se enfrenta a una situación difícil y se ha marchado a la cama sin tomar todavía una decisión. Al despertarse por la mañana, a menudo descubren que la solución se ha vuelto tan obvia que no pueden entender por qué no podían verlo así la noche anterior. Durante el sueño ha tenido lugar algún tipo de proceso de visualización y reordenación, aunque continúa siendo un misterio la naturaleza precisa de este proceso.

Otro ejemplo de integración que requiere tiempo, soledad y, preferiblemente, un periodo de sueño, es el proceso de aprendizaje. Los estudiantes descubren que no pueden retener o reproducir fácilmente los contenidos si han tratado de almacenarlos en la memoria inmediatamente antes de examinarse. Por otra parte, los contenidos que se han aprendido en un momento anterior, y con los que «se ha dormido», se recuerdan con mucha más facilidad. Alguna especie de eco en tomo a los circuitos neuronales debe de estar vinculando los nuevos contenidos con los antiguos y depositando los nuevos en la memoria a largo plazo.

Aunque pasamos la tercera parte de nuestra vida durmiendo, las razones por las que necesitamos dormir no han sido desentrañadas por completo. No hay duda de que lo necesitamos. Como los interrogadores saben desde hace mucho tiempo, privar del sueño a los prisioneros es un método relativamente rápido de hacer que se derrumben. Aunque excepcionalmente algunas personas pueden sobrevivir sin dormir durante periodos de tiempo bastante largos sin deteriorarse, la mayoría de los seres humanos normales dan señales de síntomas psicóticos, tales como ilusiones y alucinaciones, después de unos pocos días sin dormir. Cabe señalar también que muchos episodios de enfermedad mental son precedidos de periodos de insomnio.

La función integradora del sueño puede estar relacionada con la actividad de soñar. En 1952, Nathaniel Kleitman descubrió que había dos tipos de sueño, los cuales siguen un ciclo regular según queda demostrado registrando la actividad eléctrica del cerebro durante el sueño. Cuando los sujetos se relajan y se duermen, las ondas eléctricas bastante rápidas características del cerebro en vigilia son sustituidas por otras más lentas y de mayor longitud de onda. Estas ondas más lentas son acompañadas de movimientos circulares y lentos de los ojos que se pueden ver fácilmente a través de los párpados cerrados de la persona que duerme y que son completamente involuntarios. Es posible registrar estos movimientos oculares al mismo tiempo que las ondas cerebrales. Cuando alguien se va a dormir, entra con bastante rapidez en una fase de sueño profundo del que es difícil despertarlo. Después de treinta o cuarenta minutos empieza a tener un sueño más ligero; la respiración se hace más rápida y más irregular, tiene pequeñas contracciones en la cara y en las

puntas de los dedos, y los ojos hacen movimientos rápidos como si en realidad estuvieran mirando algo. Este sueño de movimientos oculares rápidos, o fase de sueño REM^[1], como ahora se le llama, dura unos diez minutos. Después, el sujeto vuelve a tener un sueño más profundo. El ciclo completo dura unos noventa minutos. Alguien que duerme siete horas y media pasa normalmente entre una hora y media y dos horas en esta fase de sueño REM, más ligera.

Una proporción muy grande de gente que se despierta durante el sueño REM recuerda algún sueño, mientras que muy pocos de los que se despiertan durante las fases de sueño más profundas los recuerdan. En otras palabras, parece como si la mayoría de la gente soñara cada noche durante periodos cortos cada noventa minutos aproximadamente.

Tras el descubrimiento de los dos tipos de sueño, fue posible evitar que la gente soñara a la vez que se les permitía dormir durante un periodo de tiempo adecuado. Los primeros experimentos en los que se privó a sujetos del sueño REM sugerían que impedir soñar acababa ocasionando una serie de síntomas diversos, pero los experimentos posteriores no han confirmado este hallazgo. Sin embargo, aquellos a quienes se ha impedido soñar muestran una proporción creciente de sueño REM entre los periodos de sueño profundo cuando cesa la evitación de los sueños.

Se ha observado este mismo fenómeno en las personas que toman barbitúricos, anfetaminas o alcohol. Cuando el efecto de las drogas cesa, se produce un efecto rebote. El sujeto muestra un incremento de sueño REM como si estuviera tratando de compensar lo que ha perdido. Según William C. Dement, los esquizofrénicos en fase de remisión muestran una necesidad especial de sueño REM. Después de que se les hubiera impedido soñar sólo dos noches, mostraban un efecto rebote excesivo de sueño REM. Cuando no estaban en fase de remisión, es decir cuando experimentaban síntomas agudos de esquizofrenia tales como alucinaciones o ilusiones, o cuando daban muestras de los extraños tipos de conducta propios de la enfermedad, los esquizofrénicos no mostraban efecto rebote de sueño REM después de que se les impidiera soñar durante dos noches^[7]. Si experimentos posteriores confirman que los psicóticos agudos no necesitan soñar en la medida en que lo necesita la gente normal, la vieja idea de que la esquizofrenia es como «soñar despierto» será aún más convincente. A la inversa, aunque los mortales sanos no se vuelvan psicóticos ni siquiera cuando se les prive por completo del sueño REM, entrar en el loco mundo de los sueños cada noche seguramente favorece la salud mental de algún modo que no comprendemos por completo.

Parece claro que cuando soñamos tiene lugar alguna clase de visualización o reprogramación de efecto beneficioso sobre las funciones mentales ordinarias. Soñar parece ser biológicamente adaptativo. Stanley Palombo sugiere que los sueños tienen algo que ver con encajar la experiencia pasada con la presente. Cree que

el sueño compara la representación de un evento emocionalmente relevante del pasado con la representación de un aspecto emocionalmente relevante de la experiencia del día anterior^[8].

Esta función de procesamiento de la información tiene algo que ver con asignar el lugar adecuado a la nueva experiencia en la memoria a largo plazo. Es dudoso que este modelo sirva para todos los sueños; pero de algún modo viene a explicar por qué en los sueños el tiempo está tan descabado. No es de extrañar que, si se está comparando el presente y el pasado, a menudo ambos aparezcan tan confusos en los sueños.

Se puede distinguir otro ejemplo de cierta especie de proceso de reordenación que tiene lugar en el cerebro en la etapa del proceso creativo que Graham Wallas llama *incubación*. La primera etapa de Wallas es la *preparación*. La persona creativa desarrolla algún interés previo sobre un tema concreto, reúne material y lee todo lo que encuentra sobre él. Luego, pasa un periodo de tiempo durante el cual el material acumulado se cuece a fuego lento, se lo analiza inconscientemente, se lo compara con otros contenidos mentales, se lo organiza o se lo elabora. No sabemos qué sucede durante este periodo de incubación, pero se trata de un prelude necesario para la siguiente etapa, la de la *iluminación*. Este es el momento en el que la persona creativa tiene una nueva intuición, descubre una solución a su problema o, de algún modo, descubre que puede ordenar el material que ha acumulado utilizando un principio dominante o una concepción que lo englobe todo.

El tiempo dedicado a la incubación puede oscilar entre unos pocos minutos y varios meses, o incluso años. Brahms decía que cuando se le ocurría una idea nueva, se ocupaba de otra cosa y quizá no volvía a pensar en ella durante varios meses. Cuando volvía a ella, veía que la idea había adoptado inconscientemente una forma distinta, con la que se ponía a trabajar.

Sería absurdo sugerir que la idea nueva estaba resonando a través de las redes neuronales del cerebro durante varios meses hasta excluir todo lo demás. El cerebro es muy complejo y es capaz de realizar un gran número de operaciones simultáneamente. Pero es asombroso el paralelismo con el proceso de análisis o de ordenación que se produce espontáneamente en los sueños, o que se ve reforzado deliberadamente mediante la oración o la meditación. Es un misterio lo que sucede en los circuitos neuronales del cerebro; pero se puede afirmar con seguridad que estos procesos requieren tiempo, pasividad y, preferiblemente, soledad. Las personas creativas pueden necesitar o no la tranquilidad de estar físicamente solos. Schubert y Mozart, por ejemplo, podían concentrarse en sus pensamientos en circunstancias que distraerían a otros. Pero los investigadores han señalado que, por regla general, estas personas están completamente embebidas en sus pensamientos aun cuando estén acompañadas. La paradójica descripción de Winnicott de «estar solo en presencia de» puede ser relevante no sólo para el niño con la madre, sino también para aquellos que son capaces de concentrarse intensamente y ocuparse sólo de sus propios procesos internos incluso cuando están rodeados de otras personas.

El hecho de que los procesos mentales como los que se han analizado más arriba requieran tiempo, y de que la incubación que da lugar a nuevas intuiciones pueda

requerir largos periodos de gestación, puede estar relacionado también con un factor que algunos investigadores han distinguido como característico de la inteligencia humana. El comportamiento inteligente se ha definido como «el comportamiento adaptativamente variable a lo largo de la vida del individuo»^[9]. Es lo contrario del tipo de comportamiento gobernado por patrones preprogramados propio de muchas especies mucho menos evolucionadas. El comportamiento que está determinado por las respuestas incorporadas a los estímulos ambientales es a la vez automático e inmediato. El comportamiento humano, que en la mayoría de circunstancias es mucho más flexible, no sólo depende del aprendizaje y, por tanto, de la memoria, sino también de la capacidad de *no* responder inmediata y automáticamente a un estímulo dado. Stenhouse sugiere que han de desarrollarse tres factores básicos para que el comportamiento inteligente evolucione a partir de la conducta instintiva.

El factor más importante es el que proporciona al individuo animal la capacidad de *no responder* del modo habitual a la situación de estímulo que anteriormente iniciaba una secuencia instintiva que culminaba en un acto consumatorio. Esta capacidad de no responder puede ser absoluta o puede ser, simplemente, la capacidad de retrasar la respuesta —de, como si dijéramos, retenerla provisionalmente—, pero su ausencia impediría toda verdadera posibilidad de variabilidad adaptativa del comportamiento^[10].

Si el individuo debe producir una respuesta nueva a una situación dada, debe ser capaz de aprender, así como de almacenar, lo que ha aprendido. El segundo factor de Stenhouse es el desarrollo de un almacén central de memoria en el que puedan archivarse los aspectos que están funcionalmente relacionados y con el que se puedan contrastar las experiencias nuevas. Ya hemos visto antes la idea de Palombo de que los sueños pueden estar relacionados con el proceso de ordenación y comparación de experiencias nuevas con experiencias pasadas.

El tercer factor de Stenhouse es el desarrollo de cierta capacidad de abstracción o generalización.

Se debe contar con la capacidad de encontrar parecidos y diferencias para poder seleccionar los contenidos de memoria que son mejores que otros para servir como modificadores de la conducta actual^[11].

Esta capacidad se encuentra hasta cierto punto en todos los animales capaces de aprender de la experiencia, pero está particularmente desarrollada en el hombre.

La idea de que el comportamiento inteligente depende de la capacidad de no responder inmediatamente a una situación dada también puede estar relacionada con el fenómeno de los sueños. En los sueños podemos representarnos a nosotros mismos viajando, caminando, corriendo, peleando o físicamente activos de cualesquiera otras formas. Aunque en realidad los que sueñan no muestran más movimiento que el rápido de los ojos y unas pocas contracciones en sus miembros. Cuando el córtex muestra una actividad eléctrica creciente, se produce también una inhibición de los centros motores del cerebro. Los experimentos con gatos han demostrado que, si se daña la zona del cerebro responsable de la inhibición de los centros motores, el

animal representará sus sueños mostrándose físicamente agresivo o juguetón aun cuando esté dormido. La inhibición de la actividad motora que se produce en los sueños puede considerarse como un modo de retrasar las respuestas inmediatas con el fin de que en el cerebro pueda tener lugar alguna especie de actividad clasificadora.

Cuando estamos despiertos y ocupados *pensando* se produce una inhibición de la actividad motora comparable a aquélla. Pensar puede considerarse algo previo a la acción; un análisis de posibilidades, una vinculación de conceptos o una revisión de posibles estrategias. Finalmente, pensar se convierte en cierta clase de actividad física, aunque cuando es así ésta no es más enérgica que la de pulsar las teclas de una máquina de escribir. Mientras estamos pensando, esta acción definitiva debe posponerse. Mucha gente encuentra difícil posponerla y se ocupa en alguna actividad sustitutiva mientras piensa, como pasear de un lado a otro, fumar o jugar con un lapicero. Pensar es de un modo predominante una actividad solitaria, aunque otros puedan estar presentes cuando un individuo se concentra en sus pensamientos.

Otra analogía con el concepto de Winnicott de la capacidad de estar solo es la oración. Rezar va mucho más allá de simplemente pedir favores para sí mismo o para otros. Rezar puede ser un acto público de culto, pero la persona que reza en privado siente que está sola en presencia de Dios. Este es otro modo de poner en contacto al individuo con sus sentimientos más profundos. En algunas religiones no se espera ninguna respuesta a la oración por parte de ningún ser sobrenatural. La oración no se emprende con la intención de influir en una deidad, ni con la esperanza de que los que rezan sean recompensados directamente, sino con el fin de producir un estado de armonía de la mente. La oración y la meditación facilitan la integración y proporcionan tiempo para que interaccionen los pensamientos y sentimientos no vinculados previamente entre sí. Ser capaz de entrar en contacto con los pensamientos y sentimientos más profundos de uno mismo, dándoles tiempo para que se reagrupen en nuevas combinaciones y disposiciones, es un aspecto clave del proceso creador, así como un modo de aliviar la tensión y favorecer la salud mental.

Por tanto, parece que es necesario cierto desarrollo de la capacidad de estar solo para que el cerebro funcione del mejor modo posible y para que el individuo alcance sus máximas potencialidades. Los seres humanos resultan fácilmente enajenados de sus necesidades y sentimientos más profundos. Aprender, pensar, innovar y mantener el contacto con el mundo interior propio son cosas, todas ellas, que se ven favorecidas por la soledad.

3

Los usos de la soledad

En medio del torbellino de hombres y acontecimientos, la soledad era una tentación. ¿Con qué otra cosa puede uno contentarse cuando se ha reencontrado con la historia?

CHARLES DE GAULLE

Cuando se requieren cambios de actitud mental, la capacidad de estar solo es un recurso muy valioso. Después de alteraciones importantes de las circunstancias, puede ser necesaria una nueva apreciación global del significado y sentido de la existencia. En una cultura en la que normalmente se considera que las relaciones interpersonales proporcionan la respuesta a todas las formas de angustia, a veces es difícil convencer a las personas que quieren ayudar con buena intención de que la soledad puede tener un efecto tan terapéutico como el apoyo emocional.

Un cambio doloroso de las circunstancias que casi todo el mundo ha experimentado es una pérdida; de un cónyuge, un hijo, el padre o un hermano. La investigación ha confirmado la suposición ordinaria de que adaptarse a una pérdida conlleva tiempo; y también ha revelado que el proceso de duelo puede verse entorpecido por las distintas medidas defensivas que los seres humanos emplean cuando desean evitar el dolor.

Algunas de estas medidas están reforzadas y santificadas por la incomodidad que las clases medias y altas inglesas exhiben tradicionalmente ante la manifestación abierta de las emociones. El hombre que acaba de perder a su queridísima esposa, pero que, no obstante, va a la oficina como siempre, no hace referencia alguna a su pérdida y quizá trabaja más horas de lo habitual, tiende a ser admirado. Esto sucede en parte porque valoramos el estoicismo; y en parte porque el que sufre y no dice nada de sus sentimientos está ahorrándoles un apuro a sus compañeros. Mucha gente no sabe qué decir a alguien afligido. Si alguien se comporta como si no hubiera pasado nada, sus amigos pueden concluir aliviados que no quiere que le manifiesten compasión.

La admiración por el aplomo que exhiben estas personas es inmerecida. Todos los psicoterapeutas habrán tenido la experiencia de tratar a pacientes en los que el duelo se ha retrasado y no se ha completado porque han tratado de sobrellevar la pérdida sin contraer los labios o adoptando una máscara de indiferencia. Cuando se menciona a la persona muerta en el transcurso de la psicoterapia, el paciente puede manifestar ocasionalmente un pesar incontrolable, aunque la pérdida haya tenido lugar meses o años atrás.

Estudios objetivos han demostrado que las viudas que no manifiestan emociones poco después de la pérdida sufren más trastornos físicos y psicológicos durante el mes inmediatamente posterior a ésta; sufren perturbaciones durante más tiempo, y todavía trece meses después de la pérdida presentan más trastornos que aquellas que fueron capaces de «perder el control» durante la primera semana^[1].

Muchas culturas aseguran un periodo de duelo evitando que la persona afligida vaya a trabajar o se ocupe de actividades ordinarias. En el capítulo anterior hicimos mención a determinados procesos psíquicos, como la incubación, que requieren largos periodos de tiempo para que se completen. El duelo es otro ejemplo de proceso que también puede ser muy prolongado. En la Grecia rural, las mujeres llevan luto durante cinco años en señal de duelo. Durante este tiempo, la mujer viste de negro, visita la tumba del difunto a diario y empieza a mantener conversaciones con el fallecido. Con frecuencia se personifica la tumba: en lugar de hablar de visitar o cuidar la tumba, la mujer hablará de visitar a su marido o a su hija. Los rituales establecidos cumplen la función de enfatizar la realidad de la pérdida.

Muchos aldeanos griegos sostienen lo que podría llamarse una teoría autóctona de la catarsis. Reconocen que, a pesar de lo apetecible que es sumergirse por completo en las emociones de dolor, lamento y pesar, el objetivo último de una mujer de luto es liberarse de estas emociones mediante su expresión reiterada^[2].

El final del luto, la aceptación definitiva de la muerte, se produce después de la exhumación del cuerpo. Entonces, los restos del difunto se depositan en una caja de metal y se unen a los restos de los demás aldeanos en el osario local.

Se construye una nueva realidad social que posibilita que la persona afligida habite más plenamente un mundo en el que el difunto ya no tiene ningún papel. [...] Este proceso tiene lugar mediante una reducción gradual de la intensidad de las emociones asociadas a la muerte, mediante la formación de nuevas relaciones sociales con nuevas personas relevantes y mediante la confrontación constante de los hechos objetivos de la muerte, que culminan con la exhumación de los restos del difunto. El resultado de este proceso es la aceptación total de la naturaleza definitiva e irreversible de la muerte^[3].

Cuando están de luto, se espera de los judíos ortodoxos que se queden en casa, exceptuando la visita diaria a la sinagoga, mientras que los demás se ocupan de alimentarlos y de cuidarlos. Aunque Murray Parkes arroja alguna duda sobre la efectividad de las costumbres judías en algunas familias, mi reducida experiencia indica que la segregación parcial del doliente y la prohibición de la actividad laboral ordinaria es beneficiosa. Acostumbrarse a la pérdida es un proceso difícil, doloroso y enormemente solitario que, con las distracciones, puede retrasarse en lugar de favorecerse. Todos los rituales que subrayan el hecho de que la pérdida es un suceso profundamente traumático son beneficiosos. Actualmente, la religión está en declive en Gran Bretaña, y hay pocas pautas que indiquen lo que se espera de los deudos. Cuando estaban establecidos convencionalmente periodos de luto concretos, y se proclamaba el estado del doliente mediante la adopción de la ropa negra, probablemente a la persona afligida le resultaba más fácil hacer el ajuste necesario.

Aunque el apoyo y el cariño de los parientes y amigos sirve de ayuda a las personas afligidas, acostumbrarse a la pérdida de una persona amada muy cercana sólo se puede compartir parcialmente. El proceso es fundamentalmente privado, porque está relacionado en gran medida con intimidades que no eran compartidas con otros, y no podían serlo, cuando la pareja fallecida estaba viva. La tarea del luto es, por su propia naturaleza, algo que tiene lugar en las vigilias nocturnas y en lo más hondo de la mente individual.

El duelo es un ejemplo de un proceso mental muy prolongado que desemboca en un cambio de actitud definitivo. En vez de considerar que la vida está ligada necesariamente a, o constituida por, la existencia de una relación íntima con la persona fallecida, el que sufre el duelo pasa a ver las cosas de un modo diferente. El doliente puede establecer o no nuevos lazos; pero tanto si lo hace como si no, normalmente acaba por darse cuenta de que el sentido de la vida no está constituido en su totalidad por relaciones personales; que la vida de una persona sin relaciones íntimas también tiene sentido.

Los cambios de actitud llevan tiempo porque nuestras formas de pensar en la vida y en nosotros mismos se vuelven habituales con mucha facilidad. En los primeros tiempos del psicoanálisis, los analistas eran reacios a tratar pacientes que tuvieran más de cincuenta años porque consideraban que las posibilidades de que se produjeran cambios de actitud eran muy limitadas. En los años subsiguientes se ha descubierto que incluso las personas más mayores son capaces de cambiar e innovar. A algunas personas les resulta muy difícil adaptarse a cualquier tipo de cambio en las circunstancias; pero verdaderamente esto es un rasgo más propio de la personalidad obsesiva que de la edad.

Tanto en jóvenes como en ancianos, los cambios de actitud se ven favorecidos por la soledad, y a menudo también por los cambios de ambiente. Esto es así porque las actividades y el comportamiento habitual se ven reforzados con frecuencia por las circunstancias externas. Por poner un ejemplo trivial, cualquiera que haya tratado de dejar de fumar acaba por darse cuenta de que el deseo de un cigarrillo depende normalmente de situaciones del entorno que se repiten periódicamente. Terminar de comer, sentarse a trabajar en la mesa habitual, ir a tomar algo después del trabajo... estos refuerzos positivos banales son bien conocidos para cualquiera que haya combatido el hábito. Esta es la razón por la que para mucha gente es más fácil dejar de fumar cuando está de vacaciones. En un lugar desconocido, en donde ya no hace lo mismo a la misma hora todos los días, las situaciones del entorno, o bien desaparecen, o bien pierden parte de su relevancia.

Las vacaciones representan la huida de la rutina de la existencia cotidiana ordinaria. Cuando sentimos necesidad de vacaciones, con frecuencia queremos decir que necesitamos «un cambio». Las vacaciones y la capacidad de cambiar marchan de la mano. La palabra «retiro» tiene connotaciones similares. Aunque la retirada frente al enemigo pueda ser un anticipo de la derrota, esto no necesariamente es así:

retroceder para tomar impulso se aplica a gran variedad de maniobras físicas y mentales entre las que se encuentran el sueño, el descanso y la diversión. La palabra «retiro» puede utilizarse para referirse a un periodo de tiempo y, por extensión, a un lugar que está expresamente concebido para la meditación religiosa y el culto callado. El Retiro fue el nombre que recibió uno de los sanatorios mentales británicos más famosos, fundado en 1792 y aún en funcionamiento, en el que el pionero Samuel Tuke instituyó un régimen de tolerancia, amabilidad y mínimas restricciones. Se esperaba que proporcionando a los enfermos mentales un «asilo» seguro ante el hostigamiento del mundo se produjeran cambios saludables en sus mentes trastornadas.

Esta era también la idea subyacente en la «cura de reposo» para las perturbaciones mentales promovida por Silas Weir Mitchell, un neurólogo estadounidense que ejerció a finales del siglo XIX. Su sucesora del siglo XX fue la «narcosis continuada», una técnica por la que se mantenía dormidos a los pacientes mediante medicamentos durante veinte o más horas al día. Como hemos visto, los medicamentos, al inhibir la fase de sueño REM, tienden a impedir que el sueño desenrede «la enmarañada madeja de la ansiedad» con la eficacia con la que lo hace sin recibir ayuda, lo cual puede ser una razón por la que este tratamiento ya no se emplee.

Tanto la «cura de reposo» como la narcosis continuada suponían la separación de los parientes y el aislamiento parcial. Hoy día, pocas veces se menciona en los manuales de psiquiatría el hecho de que el aislamiento pueda ser terapéutico. El énfasis recae sobre la participación en grupo, la «terapia de grupo», los encuentros de seguimiento, la interacción entre el paciente y el equipo, la terapia ocupacional, la terapia artística y cualesquiera otros medios que imaginarse pueda para mantener a los enfermos mentales constantemente ocupados y en contacto unos con otros, así como con los médicos y las enfermeras. En el caso de los pacientes esquizofrénicos, cuya tendencia es a perder contacto con el mundo exterior en su totalidad, esta actividad incesante probablemente sea beneficiosa. Pero estoy menos convencido de su valor con pacientes deprimidos, y sospecho que la media de los sanatorios mentales puede asegurar muy poco el porvenir de aquellos pacientes que quieren estar solos y que pudieran beneficiarse de estarlo.

Que la soledad favorece la intuición, así como el cambio, es algo que han reconocido los grandes líderes religiosos, que normalmente se han apartado del mundo para volver a él y compartir lo que les ha sido revelado. Aunque los relatos de esta naturaleza varían, se dice que la iluminación que finalmente recibió Buda se produjo mientras estaba meditando bajo un árbol en la ribera del río Nairanjana tras culminar una larga reflexión sobre la condición humana. Según san Mateo y san Lucas, Jesús pasó cuarenta días en el desierto sufriendo las tentaciones del diablo antes de regresar para proclamar su mensaje de arrepentimiento y salvación. Anualmente, Mahoma se apartaba del mundo en la cueva de Hera durante el mes del

Ramadán. Santa Catalina de Siena pasó tres años de retiro en su pequeña celda de Via Benincasa, durante los cuales sufrió una serie de experiencias místicas antes de reingresar en la vida activa de la enseñanza y la predicación.

La cultura occidental contemporánea hace que la paz de la soledad sea algo difícil de alcanzar. El teléfono es una amenaza constante para la privacidad. En las ciudades es imposible escapar del ruido del tráfico, de los aviones o de los trenes. Esto, por supuesto, no es un problema nuevo. Antes de la invención del automóvil, las calles debieron de haber sido con frecuencia aún más ruidosas que en la actualidad. Las ruedas recubiertas de hierro de los carros sobre el suelo empedrado hacen más ruido que los neumáticos de goma sobre el asfalto. Pero el nivel medio de ruido continuo en las ciudades está incrementándose, a pesar de que la legislación intente contenerlo.

Además, el ruido está tan omnipresente que mucha gente se siente abiertamente incómoda sin su presencia. De ahí la amenaza de la «música ambiental», que ha invadido tiendas, hoteles, aviones e incluso ascensores. Algunos conductores dicen que conducir les relaja simplemente porque están solos y momentáneamente no disponibles para otros. Pero la popularidad de las radios y los radiocasetes de los coches es una prueba de lo extendido que está el deseo de recibir estímulos auditivos constantes; y la invención del teléfono de coche hizo posible que los conductores que lo instalaban no estuvieran nunca fuera del alcance de aquellos que quisieran hablarles. En el próximo capítulo nos ocuparemos de la «privación sensorial». Tal como los entusiastas de la reducción de ruido han descubierto, su opuesto, la saturación sensorial, es un problema que no se ha tenido en cuenta durante mucho tiempo. La actual popularidad de técnicas como la «meditación trascendental» puede representar un intento de contrarrestar la falta de silencio y soledad que el entorno urbano moderno nos infringe.

Abandonar voluntariamente el entorno habitual propio favorece el conocimiento de uno mismo y el contacto con aquellas profundidades íntimas del ser que uno elude en el ajetreo de la vida cotidiana. En el sentido más ordinario, nuestro sentido de la identidad depende de la interacción tanto con el mundo físico como con otras personas. Mi estudio, repleto de libros, refleja mis intereses, confirma mi identidad como escritor y refuerza mi sentido del tipo de persona que considero que soy. Mis relaciones con mi familia, colegas, amigos y conocidos menos cercanos me definen como una persona que sostiene determinados puntos de vista y del que se puede esperar que se comporte de una manera predecible.

Pero puedo llegar a sentir que estos factores que me definen habitualmente también están limitándome. Supongamos que estoy insatisfecho con mi yo ordinario, o que siento que hay zonas de experiencia o de conocimiento de mí mismo a las que no puedo acceder. Un modo de explorarlas es apartarme de mi ambiente actual y ver qué cosas afloran. Esto no carece de riesgos. Toda forma de organización o integración nueva en nuestra mente tiene que estar precedida por cierto grado de

desorden. Nadie puede predecir si esta ruptura necesaria con los modelos antiguos se verá o no recompensada por otros mejores hasta que no los ha experimentado.

El deseo de soledad como medio de huida de la presión de la vida ordinaria y como vía de renovación está vivamente ilustrado por el relato del almirante Byrd mientras se ocupó de mantener una estación meteorológica avanzada en la Antártida durante el invierno de 1934. Insistió en hacerlo solo. Él admite que su deseo de vivir esta experiencia no era principalmente el de recoger datos meteorológicos, aunque éstos constituían la razón ostensible de su vigilancia en solitario.

Aparte de las labores meteorológicas y relativas a la aurora, no tengo ningún otro cometido importante. No había nada de esa naturaleza. Ninguna otra cosa, excepto el deseo de un hombre de conocer en profundidad una experiencia de este tipo, de estar consigo mismo durante un tiempo y de saborear la paz, la tranquilidad y la soledad el tiempo suficiente como para descubrir si en realidad son tan buenas^[4].

Byrd no estaba huyendo de la infelicidad personal. Se describe a sí mismo como dueño de una vida privada extraordinariamente feliz. No obstante, las presiones para que organizara gran variedad de expediciones durante los catorce años anteriores, unidas al ansia de recaudar dinero para ellas y a la inevitable publicidad que rodeaba a sus hazañas, indujo en él lo que llamó «confusión de multitud». Llegó un punto en el que le parecía que su vida carecía de objetivos. Tenía la sensación de que no tenía tiempo de leer los libros que quería leer ni de escuchar la música que quería escuchar.

Quería algo más que privacidad en el sentido estrictamente geográfico. Quería hundir mis raíces en alguna filosofía que me reabasteciera^[5].

Admite también que quería poner a prueba su capacidad de resistencia bajo unas condiciones de existencia más rigurosas de lo que nadie había experimentado nunca. Sus esperanzas de hallar un nuevo sentido a la vida se vieron satisfechas. El 14 de abril anotó en su diario:

He dado mi paseo diario a las cuatro de la tarde, hoy a 32 grados bajo cero. [...] Me detuve para escuchar el silencio. [...] El día estaba muriéndose y la noche empezaba a nacer, pero con mucha paz. Ahí estaban las fuerzas y procesos inconmensurables del cosmos, armónico y silencioso. ¡Armonía! ¡Eso era! Eso era lo que proporcionaba el silencio; un ritmo amable, la tensión perfecta de una cuerda, quizá la música de los planetas.

Durante un momento, bastaba con percibir ese ritmo para sentirme parte de él. En ese instante no albergué duda alguna sobre la unidad del hombre con el universo. Afloró la convicción de que ese ritmo estaba demasiado ordenado, era demasiado armónico, demasiado perfecto como para ser fruto de una casualidad ciega; de que, por tanto, debe de haber algún propósito en la totalidad y de que el hombre era parte de esa totalidad y no un brote accidental. Era una sensación que trascendía a la razón; que llegaba hasta el corazón de la desesperación del hombre y revelaba que aquélla no tenía fundamento. El universo era un cosmos, no un caos; el hombre era, verdaderamente, una parte de ese cosmos, igual que el día y la noche^[6].

En otra ocasión refiere que se siente «más vivo» que en ninguna otra época de su vida. Desgraciadamente, Byrd enfermó por una intoxicación de gases de una estufa estropeada. La última parte de su relato se ocupa ampliamente de su lucha contra la enfermedad física más que de su experiencia mística oceánica. Pero a pesar del

desenlace casi fatal de su experiencia, cuatro años después de que terminara su sufrimiento Byrd fue capaz de escribir:

Me llevé algo que antes no había poseído por completo jamás: el aprecio por la belleza absoluta, por el milagro de estar vivo y por un humilde conjunto de valores. [...] La civilización no me ha hecho cambiar de idea. Ahora vivo con más sencillez y con más paz^[7].

Lo que Byrd está describiendo es una experiencia mística de unidad con el universo que les resultará familiar a aquellos que hayan leído relatos similares ofrecidos por religiosos. Como escribió William James en *Las variedades de la experiencia religiosa*:

El gran descubrimiento místico es esta superación de todas las barreras habituales entre el individuo y lo Absoluto. En los estados místicos nos hacemos uno con lo Absoluto y nos hacemos conscientes de esa unidad^[8].

En *El malestar en la cultura*, Freud refiere la correspondencia que mantuvo con Romain Rolland, al que había enviado su libro en el que rechazaba la religión, *El porvenir de una ilusión*. Rolland se quejaba de que Freud no había comprendido la verdadera fuente de los sentimientos religiosos, de la cual Rolland afirmaba que era «una sensación de “eternidad”, la sensación de algo ilimitado, infinito, como si dijéramos “oceánico”». Freud afirma que no puede encontrar rastro alguno de ninguna sensación parecida en sí mismo. Y continúa diciendo que lo que Rolland estaba describiendo era «la sensación de un lazo indisoluble, de ser uno con el mundo exterior como un todo»^[9].

Freud pasa a comparar esta intensa sensación con la que uno siente cuando está enamorado, en la que un hombre puede sentirse uno con su amada. Como se podía esperar, Freud considera el sentimiento oceánico como una regresión a una etapa anterior: la del lactante, el periodo anterior a que el niño haya aprendido a distinguir su ego del mundo exterior. Según Freud, este aprendizaje es un proceso gradual.

Debe de estar muy impresionado por el hecho de que algunas fuentes de excitación, que posteriormente reconocerá como sus propios órganos corporales, puedan proporcionarle sensaciones en cualquier momento, mientras que otras fuentes —entre ellas, la que más desea, el pecho de su madre— escapan a él de vez en cuando y sólo vuelven a presentarse como consecuencia de su llanto. En esta ocasión, por primera vez, se opone al ego un «objeto», la forma de algo que existe «fuera», y a lo que sólo se obliga a aparecer mediante una acción específica^[10].

A Freud no le sonó bien la afirmación de Rolland de que el sentimiento oceánico fuera la fuente de los sentimientos religiosos. Freud afirmaba que la necesidad de la religión para el hombre se originaba en la sensación de desamparo del bebé: «No puedo imaginarme ninguna necesidad tan poderosa en la infancia como la de la protección de un padre»^[11]. Sin embargo, admite que el sentimiento oceánico puede haber llegado a vincularse con la religión en una etapa posterior, y conjetura que «la unidad con el universo» es

una primera tentativa de obtener consuelo religioso, como si fuera otro modo de rechazar el peligro que el ego reconoce que le amenaza desde el mundo exterior^[12].

Aunque todos somos susceptibles de engañarnos a nosotros mismos, así como de una gran variedad de fantasías e ilusiones, la explicación de Freud del sentimiento oceánico y su significado es bastante poco satisfactoria. Parece una experiencia más importante de lo que él reconoce. Las estrategias defensivas y las fantasías de evasión normalmente les parecen superficiales y parcialmente falsas incluso a aquellos que se sirven de ellas. Pero los que han experimentado los estados de conciencia que registraron Byrd y William James señalan que han tenido un efecto permanente en su percepción de sí mismos y del mundo; que han sido los momentos más profundos de su existencia. Esto es cierto tanto para aquellos que han experimentado la sensación de unidad con el universo como para los que han sentido esa sensación de unidad con una persona amada.

Freud tenía razón cuando veía un parecido muy cercano entre estas dos variedades de unidad, pero no cuando las rechazaba como meramente regresivas. Estos son sentimientos subjetivos muy intensos y difícilmente son susceptibles de medida o escrutinio científico. Pero sentirse uno completamente con otra persona o con el universo son experiencias tan profundas, aunque sean temporales, que no pueden despreciarse como meras evasiones o defensas ante verdades desagradables.

No cabe duda de que es posible que el sentimiento oceánico esté relacionado con la experiencia infantil temprana de unidad con la madre. La fusión de sujeto y objeto, del yo con la naturaleza o con una persona amada, puede ser un reflejo de la unidad original con la madre con la que todos iniciamos la vida y de la que gradualmente vamos diferenciándonos como entidades independientes. Pero Freud trata esto como algo ilusorio, quizá porque él mismo niega haber tenido una experiencia así; mientras que aquellos que describen los sentimientos extáticos de unidad normalmente los representan como algo con mayor intensidad de realidad que cualquier otro sentimiento que puedan recordar.

A veces, las experiencias extáticas de unidad están relacionadas con una aceptación, o incluso un deseo, de muerte. Wagner, que idealizó la pasión erótica como prototipo de la unidad extática, concluye *El holandés errante* con la redención del vagabundo por el amor y con el suicidio de Senta. Las directrices de escena originales requieren que se vea a la pareja transfigurada ascendiendo al cielo bajo la luz de la puesta de sol sobre el naufragio del barco del holandés. *Götterdämmerung*, la última de las cuatro óperas comprendidas en *El anillo de los nibelungos*, finaliza con Brunilda saltando a caballo para penetrar en las llamas de la pira funeraria de Sigfrido con el fin de unirse a él en la muerte. *Tristán e Isolda* termina con *Liebestod*; con Isolda muriendo de éxtasis sobre el cadáver de Tristán. El propio Wagner escribió sobre ello:

Sólo una cosa quedó viva: el deseo, el deseo inextinguible, perdurando y sosteniéndose a sí mismo por siempre. Un ansia enfebrecida y una redención única: ¡la muerte, el cese de la existencia, el sueño que no conoce despertar! [...] Una vez agotado su poder, el corazón se acomoda para consumirse en su deseo; deseo sin consecución, porque cada logro siembra la semilla de un nuevo deseo, hasta que en su lasitud final el ojo abatido sostiene un brillo de máxima felicidad. Es la felicidad de abandonar la vida, de no ser ya nunca más, de la última redención en ese territorio maravilloso del que más nos apartamos cuando con más fiereza nos afanamos por penetrar. ¿Podemos llamarlo muerte? ¿O no será el maravilloso mundo de la noche, de donde —como cuenta el cuento— una hiedra y una parra brotaron en estrecho abrazo sobre la tumba de Tristán e Isolda?^[13].

En su libro *Beyond Endurance*, Glin Bennet describe los sentimientos de unidad con el universo que conllevan los viajes en solitario. La búsqueda de experiencias como ésta constituye una de las razones de ser de estos viajes; pero pueden llevar consigo la tentación del suicidio. Bennet cita el caso de Frank Melville, un marinero manco que, estando en el Caribe, tuvo un deseo arrollador de volver a ver su hermoso barco y se dio la vuelta para hacerlo. La visión le inspiró tanto que estuvo tentado realmente de dejar marchar la soga y fundirse para siempre con el mar^[14].

Bennet da otro ejemplo de la misma amenaza que fue registrada por Christiane Ritter. Pasó ella varios días completamente sola en una cabaña del noroeste de Spitzbergen mientras su marido y un amigo de éste habían salido a cazar. Describió diversas fantasías y alucinaciones, entre las cuales se encontraba la sensación de que de algún modo se identificaba con la luna. Soñó que un torrente de agua que fluía bajo el hielo parecía estar seduciéndola. Después de pasar nueve días sola, no se atrevía a aventurarse fuera de la cabaña^[15].

Keats refleja tanto el éxtasis como su relación con la muerte en su «Oda a un ruiseñor»^[*].

Entre las sombras escucho; y he sentido muchas veces
un poco de amor por la Muerte apacible
dulces nombres le he dado en rimas inspiradas
para que el aire portara mi aliento sosegado;
ahora más que nunca parece hermoso morir,
acabar sin dolor en medio de la noche
mientras tu alma vas derramando hacia lo lejos
¡en un éxtasis tal!^[16].

La asociación de los estados de conciencia extáticos con la muerte es comprensible. Estos extraños momentos son de tal perfección que es difícil regresar al lugar habitual, y resulta tentador poner fin a la vida ante las tensiones, la ansiedad, las desgracias y las molestias que se introducen de nuevo en ella.

Para Freud, la disolución del ego no es nada más que una mirada atrás hacia una condición infantil que de hecho puede haber sido venturosa, pero que representa un paraíso perdido que ningún adulto puede, o debería, desear, recuperar. Para Jung, la

consecución de estos estados son logros elevados; experiencias sobrenaturales que pueden ser fruto de prolongados esfuerzos por comprenderse a uno mismo y hacer que la existencia tenga sentido. Más adelante en este libro analizaremos con mayor profundidad el concepto de Jung de individuación, de unión de opuestos en el seno del círculo de la psique individual.

4

Soledad forzosa

No hay peor soledad que carecer de amistad sincera.

FRANCIS BACON

En el capítulo anterior esbozamos algunos efectos beneficiosos de la soledad libremente escogida. La soledad impuesta por otros es un asunto bien distinto. El confinamiento en soledad se percibe normalmente como un castigo cruel, y cuando éste viene acompañado de amenazas, inseguridad, falta de sueño y otras medidas, la víctima puede sufrir trastornos de las funciones mentales normales sin posibilidad alguna de recuperarlas. Por otra parte, condiciones de reclusión menos severas se han revelado fructíferas en ocasiones. Quedar apartado de las distracciones de la vida ordinaria anima al recluso con potencial creador a invocar los recursos de su imaginación. Como veremos, una gran cantidad de autores han empezado a escribir en prisión cuando esto se les ha permitido; o han atravesado periodos de excitación mental o espiritual que posteriormente han hallado expresión en sus obras.

La reclusión punitiva de los criminales se concibió inicialmente como una forma de forzar el arrepentimiento; una alternativa más humana a los horrorosos castigos físicos como la amputación, las marcas con hierro candente, los azotes, el potro u otras torturas y formas de ejecución brutales. Las cárceles locales, en las que se podía confinar temporalmente a vagabundos, alcohólicos, mendigos y demás gentes molestas, estuvieron muy extendidas durante siglos. Las cárceles también se utilizaban para albergar a los acusados en espera de juicio y a los criminales convictos en espera de condena, pero el encarcelamiento como castigo específico para los delincuentes declarados es una sanción relativamente reciente. Norval Morris afirma que

la cárcel es un invento estadounidense, un invento de los cuáqueros de Pensilvania de la última década del siglo XVIII. [...] Con sus «penitenciarías», los cuáqueros pensaron sustituir la brutalidad e inutilidad del castigo físico y la pena capital por los correctivos específicos del aislamiento, el arrepentimiento y los efectos edificantes de la lectura solitaria de la Biblia y sus preceptos. Estos tres tratamientos —separación de las malas compañías, tiempo de reflexión y autoanálisis, y orientación mediante los preceptos bíblicos— sin duda habrían sido muy útiles para los cuáqueros reflexivos que concibieron la prisión, pero relativamente muy pocos de ellos estarían presos alguna vez. La utilidad de estas medidas para la gran mayoría de aquellos que posteriormente fueron a la penitenciaría es más discutible^[1].

Por supuesto, esta última es una afirmación irónica. Hoy día, el encarcelamiento está reconocido como algo peor que inútil en la lucha contra el delito. Sus efectos disuasorios son dudosos, y su efecto reformador, insignificante. Al reunir a los delincuentes, los presos fortalecen su subcultura criminal. Las largas condenas que

separan a los criminales de sus familias desembocan en la ruptura de los vínculos familiares. Dado que la cercanía de la familia y el apoyo social tras la excarcelación es uno de los pocos factores conocidos que reducen la probabilidad de reincidencia en posteriores delitos, en realidad el encarcelamiento prolongado incrementa la probabilidad de que se cometan nuevos delitos. La oferta de un empleo adecuado tras la excarcelación es otro factor que ha demostrado reducir las oportunidades de reincidencia. Pero la mayoría de las sociedades están tan poco dispuestas a gastar dinero en las cárceles que los programas de reinserción de presos o de formación en nuevas destrezas profesionales son bastante inadecuados.

En las cárceles comunes británicas, la reclusión en aislamiento se utiliza con poca frecuencia, excepto como castigo relativamente breve por agresiones graves. En Francia, al menos hasta hace poco, la reclusión en aislamiento se utilizaba durante la primera parte de las condenas, aunque estaba suavizada con la participación en algunas actividades de grupo. Inicialmente, se creía que el aislamiento favorecía el arrepentimiento y la posterior reforma porque obligaba al recluso a enfrentarse a su conciencia. Las celdas individuales en las que se cumplía condena fueron diseñadas siguiendo el modelo de las de los monasterios. Pero las autoridades penitenciarias acabaron por darse cuenta de que el aislamiento infringía un nerviosismo considerable a los prisioneros y les conducía a la inestabilidad mental y a la rebeldía. Aunque la compañía de otros criminales llevaba consigo la probabilidad de reforzar la opción del delito como modo de vida, finalmente se consideró este inconveniente como el menor de los dos males. Los largos periodos de aislamiento acabaron por reconocerse como crueles a la par que ineficaces.

Es más, desde la segunda guerra mundial, las cárceles de Gran Bretaña se han convertido en algo tan permanentemente superpoblado que la reflexión solitaria de los prisioneros sobre los males de sus delitos ha dejado de ser una posibilidad real, aun cuando fuera deseable. Hoy día, las celdas concebidas para un preso han de ser ocupadas por tres de ellos. Esto contraviene el Reglamento de Condiciones Mínimas para el Tratamiento de Reclusos adoptado por la Asamblea de las Naciones Unidas en 1955, el cual establece que por la noche cada preso deberá ocupar él solo una celda o habitación excepto en condiciones de *superpoblación* temporal.

En Dinamarca, una gran proporción de detenidos que espera juicio por delitos criminales están reclusos en aislamiento mientras se investigan sus casos. Ningún otro país europeo utiliza el aislamiento en condiciones preventivas hasta este punto, aunque recientemente ha habido quejas por prácticas similares en Suecia. Los periodos de aislamiento oscilan entre las dos y las cuatro o más semanas; pero se sabe de varios casos de detenidos que han pasado entre uno y dos años en régimen de aislamiento.

Estos reclusos pasan veintitrés horas al día en una pequeña celda. Se les permite pasar dos periodos de media hora haciendo ejercicio en solitario, y su soledad sólo se ve interrumpida también por las visitas al servicio y la entrega de alimentos. A pesar

de que se les permite tener libros, radio, televisión, correspondencia y, en algunos casos, recibir visitas bajo vigilancia, incluso este grado de aislamiento tiene a menudo efectos perjudiciales sobre las funciones mentales. Muchos reclusos se quejan de intranquilidad, insomnio, incapacidad para concentrarse y pérdidas parciales de memoria. Les resulta difícil medir el paso del tiempo e inventan rituales obsesivos para contar las horas y estructurar el día. Cuando estos rituales se ven interrumpidos por los interrogatorios o por las visitas de un abogado, sufren ansiedad severa. Son comunes los intentos de suicidio y de automutilación. En 1980, siete de cada diez suicidios consumados en prisión fueron de presos preventivos. Si el aislamiento se prolonga más de unas pocas semanas, muchos detenidos se quejan de una fatiga inexplicable. Algunos se vuelven casi completamente apáticos; otros pierden el control de sus emociones hasta el punto de creer que se están volviendo locos. Muchos de estos síntomas persisten incluso después de que se haya puesto fin al aislamiento. Los detenidos se quejan de que no pueden recordar lo que leen; de que ni siquiera pueden seguir un programa de televisión. No es extraño que algunos hagan declaraciones inexactas o contradictorias a la policía cuando se les interroga. Después de periodos prolongados de aislamiento, muchos temen reanudar las relaciones sociales y no se atreven a exponerse a la intimidad. Estos perjuicios en la capacidad de relacionarse con los demás pueden prolongarse durante años^[2].

Si estas penosas secuelas mentales son consecuencia de cortos periodos de aislamiento que, en otros aspectos, son relativamente humanos, no es difícil imaginarse cuánto peores son los efectos de la reclusión en aislamiento de los regímenes totalitarios en los que no se respetan los derechos humanos más elementales. El artículo de Lawrence Hinkle y Harold Wolff sobre las técnicas de interrogación y adoctrinamiento empleadas por los Estados comunistas se ha convertido en un clásico, y he sacado muchas conclusiones gracias a ellos^[3].

El procedimiento ordinario es como sigue. Se somete a vigilancia a una persona sospechosa de crímenes contra el Estado, es decir, de ser un disidente. También a sus amigos y colaboradores. El sospechoso a menudo descubre que lo vigilan y sufre ansiedad aguda como consecuencia de ello. Cuando se han reunido las suficientes «pruebas», la policía estatal procede a arrestarlo. A todo aquel al que se detiene de este modo se le presupone culpable, aunque no se especifican nunca los delitos de los que se le acusa. El arresto se produce normalmente en mitad de la noche. A los prisioneros cuyos casos son relativamente poco importantes se les puede recluir en celdas con otros presos, que a menudo son informadores. Pero a los presos de los que se requiere información o que están destinados a comparecer enjuicio público se les recluye aislados. La celda es pequeña. Normalmente, sólo tiene una ventana, que se encuentra muy alta para que el prisionero no pueda ver el mundo exterior. Pero la puerta de la celda tiene una mirilla a través de la cual se le puede observar en cualquier momento sin su conocimiento:

Se deja al prisionero completamente solo en todo momento, excepto cuando come, duerme, hace ejercicio o es interrogado. No tiene nada que hacer, nada para leer y nadie con quien hablar. Bajo este estricto régimen se puede hacer que esté de pie en su celda o sentado en una posición fija todo el día. Puede dormir solamente en las horas establecidas para hacerlo. Entonces, debe acostarse inmediatamente cuando se le dice y debe permanecer en una posición fija, boca arriba y con las manos por encima de la manta. Si cambia de posición, el guardia exterior le despertará y hará que recupere esa postura. La luz de la celda está constantemente encendida. Tiene que dormir mirando hacia ella^[4].

Normalmente, la temperatura de la celda es demasiado baja como para ser confortable, aunque a veces puede ser demasiado alta. La comida que se ofrece es incomible y apenas basta para asegurar la nutrición. La combinación de hambre, falta de sueño, temperaturas inadecuadas y ansiedad severa y continua se da cita para socavar la resistencia de todos los presos, menos la de los más fuertes.

Durante las primeras tres semanas bajo este régimen, la mayoría de los prisioneros sufren ansiedad y están inquietos. No se les permite hablar con los guardias ni tener contacto con otros presos. No reciben información alguna sobre lo que les está sucediendo, ni tampoco sobre lo que les puede estar pasando a su familia o amigos. Para muchos presos, esta *incertidumbre* es el peor tormento que han experimentado.

Después de aproximadamente cuatro semanas, la mayoría de los presos se da cuenta de que sus protestas, preguntas y peticiones son completamente infructuosas. En realidad, experimentan lo que, para la mayoría de nosotros, sólo es una fantasía; la pesadilla humana principal de estar completamente indefenso en manos de malvados perseguidores. Creo que este es uno de los temores principales de la humanidad; y quizá procede de la primera infancia, cuando todo ser humano depende por completo y está al amparo de personas que son mucho más fuertes que él.

En este punto, muchos prisioneros sufren una profunda depresión. Algunos están confusos y sufren alucinaciones. Otros abandonan cualquier tipo de actividad espontánea, dejan de ocuparse de su aspecto y sus hábitos personales, y entran en un estado de aparente estupor depresivo.

Como la única relación humana accesible es la que tienen con el interrogador, muchos presos agradecen en un principio las sesiones de interrogatorio y tratan de prolongarlas. Cuando el preso descubre que el interrogador está siempre insatisfecho con el relato que ha ofrecido de sí mismo y de sus «crímenes», y empieza a sufrir los diversos métodos de coerción que se le infringen, las sesiones de interrogatorio se convierten en una pesadilla en lugar de en un bienvenido alivio del aislamiento. Mantenerlo en pie durante mucho tiempo, lo cual origina unos dolores terribles, seguidos de trastornos circulatorios y renales, es algo que se utiliza normalmente. Se pueden emplear métodos de tortura física más brutales, aunque estén oficialmente prohibidos. Estos periodos de interrogatorio hostil y presión intensa alternan con periodos de aparente afabilidad distendida en la que se trata mejor al preso. Como el interrogador sigue siendo el único ser humano con el que el preso tiene algún contacto, aflora una relación entre ellos. El preso puede desarrollar incluso

sentimientos de simpatía hacia el interrogador, que puede haberle persuadido de que sólo está cumpliendo con su deber; de que para él es tan desagradable como lo es para el preso, y de que si el prisionero firma una confesión completa de los «crímenes» que se le atribuyen, el desagradable asunto del interrogatorio se acabará. Hinkle y Wolff escriben:

Hay casos de prisioneros que firmaron declaraciones en gran medida por simpatía hacia sus interrogadores, porque sentían que esos hombres serían castigados si no llegaba pronto una declaración en condiciones. En otras palabras, los sentimientos cálidos y amistosos que se desarrollan entre el prisionero y el interrogador pueden influir poderosamente sobre el comportamiento del preso^[5].

Aun cuando no intervengan los sentimientos positivos hacia el interrogador, casi todos los prisioneros firmarán finalmente una declaración en la que admitirán lo que la legislación comunista define como «crímenes contra el Estado», con tal de no enfrentarse a interrogatorios, aislamiento y torturas posteriores.

Estas técnicas de obtención de confesiones se llevaron a cabo durante muchos años. Son el resultado del refinamiento de los métodos empleados por la policía secreta zarista. El aislamiento desempeña un papel destacado en el procedimiento. En primer lugar, produce una desorganización parcial de las funciones mentales; y en segundo lugar, fomenta la dependencia hacia el interrogador y favorece la sumisión del prisionero.

Aunque muy pocos prisioneros tratados de este modo se niegan a firmar una confesión, hay algunas excepciones notables. La doctora Edith Bone ha dejado testimonio de su terquedad y resistencia en su libro *Seven Years Solitary*^[6].

La doctora Bone tenía más de setenta años cuando fue detenida en Hungría en 1949. Había sido invitada a Hungría en calidad de lingüista destacada para traducir libros científicos ingleses al húngaro. Se había afiliado al Partido Comunista en 1919. Fue acusada de ser una agente secreta británica, pero se negó a hacer una confesión falsa y a colaborar en modo alguno con sus interrogadores. Esta anciana mujer pasó siete años en prisión antes de ser liberada finalmente en noviembre de 1956. Durante tres de aquellos años se le negó el acceso a libros o a material para escribir. La celda en la que fue confinada en primera instancia estaba muy fría y no tenía ninguna ventana. Pero lo peor estaba por venir. Durante cinco meses se la mantuvo en un sótano en completa oscuridad. Por las paredes caía agua y estaban llenas de moho. El suelo estaba lleno de excrementos. No había ventilación alguna. La doctora Bone ideó diversas técnicas para mantenerse sana. Recitaba y traducía poesía, y ella misma compuso poemas. Hizo un inventario mental de su vocabulario en las seis lenguas que hablaba con fluidez, y daba paseos imaginarios por las calles de las muchas ciudades que conocía bien. A lo largo de estas y otras calamidades, la doctora Bone trató a sus captores con desprecio y nunca dejó de manifestar su inocencia. Ella no es sólo un ejemplo llamativo de un valor que pocos pueden igualar, sino que también

ilustra el aspecto de que una mente disciplinada y bien dotada puede evitar sus propios desórdenes.

Christopher Bumey, que describe su confinamiento en Francia en su libro *Solitary Confinement*, empleó técnicas similares para mantener las funciones mentales normales^[7]. También utilizó los paseos imaginarios y los inventarios con el fin de mantener vivas sus facultades mentales. Además, percibió la fundamental importancia que tiene para los prisioneros conservar algún área de decisión, por pequeña que sea, que resulte enteramente propia. Incluso el prisionero que asume estar completamente a disposición de sus captores puede conservar cierto grado de autonomía: como, por ejemplo, decidir si come todo el pan que se le da o guarda algo para consumirlo posteriormente. Que el prisionero conserve o no cierta sensación de ser una entidad independiente puede depender de estas decisiones aparentemente triviales.

Aunque, en su mayoría, a los prisioneros de los campos de concentración nazis no se les recluía en régimen de aislamiento, Bruno Bettelheim hace también hincapié en la importancia de conservar cierta capacidad para tomar decisiones de forma autónoma. Según las observaciones que realizó cuando era prisionero en los campos de Dachau y Buchenwald, Bettelheim concluyó en que los prisioneros que se daban por vencidos y morían eran los que habían abandonado cualquier tentativa de autonomía personal; los que se sometían al objetivo de sus captores de deshumanizarlos y ejercer un control total sobre ellos.

En los campos de concentración, los esfuerzos por privar a los prisioneros incluso de los menores restos de su autonomía eran particularmente perversos y estaban omnipresentes. No obstante, el sistema triunfaba en diferente medida y afectaba a algunos aspectos de la vida de uno más que a otros. En la medida en que se privaba al prisionero de autonomía, se producía una desintegración de la personalidad enormemente aguda, tanto en su vida interior como en sus relaciones con los demás^[8].

Yehudi Menuhin proporciona otro ejemplo asombroso del ejercicio deliberado por recordar que realiza una mente bien organizada con el fin de evitar su derrumbamiento. Al final de la guerra, cuando los alemanes estaban acorralando a los judíos de Budapest, la madre de Antal Dorati, el revisor,

se vio conducida con otras docenas de personas a una pequeña sala en la que se les mantuvo muchos días sin comida ni comodidades de ningún tipo. La mayoría de los demás se volvieron locos, pero ella se mantuvo sana a base de repasar metódicamente las cuatro partes de todos los cuartetos de Beethoven, que se sabía uno por uno de memoria^[9].

Parte de los trastornos mentales ocasionados por el encarcelamiento, y más concretamente por la reclusión en aislamiento, es consecuencia de lo que ha dado en llamarse *privación sensorial*. En las horas de vigilia, el cerebro sólo funciona eficazmente si recibe estímulos perceptivos del mundo exterior. Nuestra relación con el entorno y nuestra comprensión del mismo dependen de la información que obtenemos a través de los sentidos. Cuando dormimos, nuestras percepciones del

mundo exterior se ven reducidas en gran medida, aunque los sonidos significativos, como el llanto de un niño, todavía pueden despertarnos. Ingresamos en el fantástico universo de los sueños; un universo alucinatorio y subjetivo que no depende de la memoria a corto plazo, sino que está gobernado por nuestra experiencia previa, nuestros deseos, nuestros temores y nuestras esperanzas.

La investigación sobre la privación sensorial comenzó a principios de la década de 1950 como parte de una indagación sobre los métodos comunistas de obtención de confesiones mediante los llamados «lavados de cerebro». Se confinaba a los sujetos experimentales en salas oscuras e insonorizadas y se les pedía que estuvieran tumbados en una cama, excepto cuando comían o tenían que ir al servicio. En experimentos más rigurosos, además de privárseles de la vista y el oído se sumergía a los sujetos en agua caliente y se les pedía que evitaran cualquier movimiento, con el fin de recibir la menor información posible de la piel y los músculos. Como los sujetos eran voluntarios, se llegó al acuerdo de que podían abandonar el experimento cuando quisieran si las condiciones les resultaban insoportables.

Aunque los resultados de estos experimentos variaron hasta cierto punto según los métodos empleados, se pueden resumir las conclusiones generales.

En primer lugar, deterioro del rendimiento intelectual, especialmente si se les pedía a los sujetos que emprendieran algo nuevo o «creativo». Muchos se quejaban de dificultad para concentrarse y eran incapaces de seguir una línea de argumentación. Algunos se quejaban de pensamientos obsesivos y reiterados que no podían controlar. Otros abandonaban cualquier intento de pensar con coherencia y se entregaban a las ensoñaciones.

En segundo lugar, se volvieron mucho más sugestionables. En un experimento, la susceptibilidad a la propaganda se vio multiplicada por ocho en comparación con los sujetos expuestos al mismo material bajo condiciones normales. Cuando una persona recibe muy poca información, la que recibe le causa una impresión más profunda; este es un hecho muy apreciado por los regímenes totalitarios que controlan los medios de comunicación.

En tercer lugar, muchos voluntarios experimentaron alucinaciones visuales, y unos pocos informaron de alucinaciones auditivas o táctiles.

En cuarto lugar, una serie de voluntarios experimentó ataques de pánico. Algunos sufrían temores irracionales: por ejemplo, el de quedarse ciegos. Otros creían que los experimentadores les habían abandonado. Un voluntario abandonó muy pronto porque su cabeza se llenó de recuerdos desagradables de la infancia que no podía soportar. Ni siquiera el aislamiento voluntariamente elegido es siempre soportable.

En Princeton, en donde algunas de las investigaciones más amplias sobre privación sensorial se desarrollaron con sus propios alumnos, los investigadores se quedaron sin voluntarios durante el verano, que era la época en la que estaban fuera la mayoría de los estudiantes de Princeton. Se reclutaron voluntarios de otras universidades que, a diferencia de Princeton, tenían escuelas de verano. Esta aventura

fracasó. A pesar de que se les pagaba, los voluntarios de fuera de Princeton pedían casi todos quedar libres de las condiciones de privación sensorial mucho antes. Mientras que los estudiantes de Princeton conocían y confiaban en los experimentadores que estaban a cargo de la investigación, los voluntarios venidos de lejos no tenían esa confianza.

Merece la pena subrayar este último aspecto. Ilustra el hecho de que las mismas condiciones de aislamiento o privación sensorial pueden tener un impacto muy diferente según las circunstancias.

Ciertos tipos de enfermedad o lesiones exigen un tratamiento que conlleva la reducción de estímulos sensoriales. Esto puede producir perturbaciones mentales en grado severo. Por ejemplo, el tratamiento de los quemados puede incluir la inmovilización completa y los vendajes de gran parte del cuerpo, incluyendo a veces los ojos. Puede que los pacientes bajo estas condiciones tengan que estar atendidos en todas sus necesidades por las enfermeras. A menudo se han registrado episodios psicóticos en estos pacientes.

Es bien sabido que la cirugía ocular produce síntomas psiquiátricos, especialmente cuando han de taparse ambos ojos y se requiere total inmovilización, como en el caso de las operaciones de desprendimiento de retina.

La cirugía cardíaca a veces conlleva inmovilizaciones prolongadas e indefensión, y se ha de estar conectado a una serie de aparatos que asistan las funciones vitales. Las burbujas de oxígeno pueden aislar al paciente aún más de los estímulos sensoriales ordinarios. Bajo estas circunstancias, no es de extrañar que se hayan registrado estados de delirio.

La ceguera y la sordera también han sido reconocidas ampliamente como agentes causales de la enfermedad mental. La sordera, concretamente, puede producir las fantasías paranoides de que se habla mal de uno, a sus espaldas, o de que se le engaña. Por contraste, este tipo de privación sensorial parcial, al obligar al sujeto a volverse hacia su interior, puede producir efectos positivos similares a los descritos por el almirante Byrd.

La sordera de Beethoven comenzó probablemente en 1796, cuando tenía veintiséis años. Tardó algún tiempo en volverse aguda, así que Beethoven continuó presentándose en público, cada vez con más dificultades, hasta alrededor de 1814. Empezó a utilizar una trompetilla en 1816. Los libros de conversación utilizados para que las visitas pudieran comunicarse con él por escrito datan de 1818. Durante los dos o tres primeros años del siglo XIX, Beethoven sufrió gran ansiedad por su oído y por su salud en general, la cual manifestó en las cartas a sus amigos y en el famoso Testamento de Heiligenstadt de 1802, dirigido a sus hermanos y hallado entre sus papeles tras su muerte.

Pero qué humillación cuando alguien junto a mí oye una flauta a lo lejos y *yo no oigo nada*, o alguien escucha *cantar a un pastorcillo* y de nuevo no oigo nada. Estos incidentes casi me llevan a la desesperación; un poco más y habría puesto fin a mi vida. [...] Sólo *mi arte* era lo que me detenía^[10].

La sordera de Beethoven aumentó su desconfianza en los demás seres humanos, su irascibilidad y su dificultad de establecer relaciones humanas cercanas. Sin embargo, uno de sus recientes biógrafos escribe;

Pero puede haber un sentido en el que la sordera desempeñara un papel positivo en su creatividad, ya que, como sabemos, la sordera no sólo no debilitó sus dotes de compositor, sino que pudo haberlas potenciado, quizá gracias a su exclusión del virtuosismo del piano como una salida alternativa a su creatividad, o quizá gracias a que le permitía concentrarse por completo en la composición en un mundo de aislamiento auditivo cada vez mayor. En su universo sordo, Beethoven podía experimentar nuevas áreas de experiencia liberado de los intrusos sonidos del entorno exterior; libre de las rigideces del mundo natural; libre, como el que sueña, de combinar una y otra vez la masa de la realidad según sus deseos para dar lugar a formas y estructuras jamás imaginadas antes^[11].

Algunos de los experimentos posteriores de Beethoven se analizan en el capítulo 11.

Goya es otro ejemplo de hombre de genio creador cuyo arte debía gran parte de su originalidad a la sordera. Nacido en 1746, Goya se convirtió en el artista más de moda y de más éxito en España; fue pintor de la corte y director suplente de pintura en la Real Academia de Madrid. Pero en 1792, Goya contrajo una enfermedad que le dejó sordo. Pasó de pintar retratos a hacer obras en las que, como él mismo describió, encontraba más campo para la inventiva y la fantasía. A sus grabados satíricos, *Los caprichos*, les sucedieron *Los desastres de la guerra*, que representaban su reacción contra los horrores de la invasión napoleónica. Entre 1820 y 1823 decoró las paredes de su casa, la Quinta del Sordo, con las llamadas «pinturas negras», que actualmente se encuentran en el Museo del Prado. André Malraux escribe:

Para permitir que se manifestara su genio era necesario que se atreviera a *dejar de querer complacer*. Aislado de todo el mundo por la sordera, descubrió la vulnerabilidad del espectador, se dio cuenta de que el pintor sólo tiene que luchar consigo mismo para convertirse, más pronto o más tarde, en el conquistador de todo^[12].

Goya tenía una imaginación horripilante. Su aislamiento, inducido por la sordera, le impulsó a registrar sus pesadillas, su desesperación ante la locura y la maldad humanas, su odio hacia la tiranía y su compasión por el sufrimiento humano con una intensidad que no alcanzó ningún otro artista. Su horrible cuadro de *Saturno devorando a su hijo* decoraba una pared de su comedor. Es difícil comprender cómo un hombre obsesionado con tales horrores podía convivir consigo mismo; pero Goya era hombre obstinado como pocos. Cuando contaba ochenta y dos años y no tenía vista, pulso ni oído escribió: «Todo me falta, y sólo voluntad me sobra»^[13].

Anteriormente vimos que, en condiciones de privación sensorial parcial, surgen dudas fácilmente acerca de la integridad de las personas a las que uno se ha confiado como paciente o como voluntario remunerado. Por tanto, no es de extrañar que la soledad obligatoria impuesta por enemigos tenga con frecuencia efectos devastadores. La ansiedad intensa y la incertidumbre con respecto al futuro se combinan con el miedo a la tortura y el aislamiento para perturbar el funcionamiento

normal de la mente. Las consecuencias de esta perturbación pueden persistir durante meses o años.

En Irlanda del Norte se empleó deliberadamente la privación sensorial como parte de la técnica empleada en los interrogatorios de sospechosos de terrorismo. El procedimiento era como sigue. Se cubría la cabeza de los detenidos con una capucha negra opaca, salvo cuando se le interrogaba. Estaban inmersos constantemente en un ruido continuo y monótono, a tal volumen que era imposible comunicarse con otros detenidos. Se les obligaba a estar de pie contra la pared y con las piernas abiertas apoyándose sólo en las puntas de los dedos. Además, se les privaba de sueño durante los primeros días del procedimiento y no se les daba más comida ni bebida que un trozo de pan y medio litro de agua cada seis horas. Cuando pretendían descansar apoyando la cabeza en la pared, se les impedía hacerlo. Si se venían abajo, se les recogía y se les obligaba a adoptar de nuevo la misma postura.

Las habitaciones insonorizadas y aisladas de luz como las que se utilizaron en la investigación sobre privación sensorial son muy caras, pero las técnicas que se emplearon en Irlanda del Norte demostraron ser sucedáneos muy efectivos. Las capuchas impedían que los hombres recibieran información visual alguna. Una máquina garantizaba que no recibieran otra información auditiva que no fuera un ruido fuerte y monótono. La postura contra la pared limitaba la información kinestésica procedente de la piel y los músculos. Así, los detenidos fueron aislados y privados de percepciones con eficacia, a pesar de estar sometidos a estas técnicas en la misma habitación que otros.

Los efectos fueron devastadores. La malnutrición, que origina una rápida pérdida de peso, unida a la falta de sueño y a una postura incómoda, son suficientes por sí solas para producir ansiedad severa y cierta perturbación de las funciones cerebrales, incluso sin la privación adicional de información auditiva o visual. Con la excepción de las interrupciones para recibir pan y agua o ir al servicio, a algunos hombres se les mantuvo contra la pared ininterrumpidamente durante quince o dieciséis horas. Muchos sufrieron alucinaciones y creyeron que se estaban volviendo locos. Con posterioridad, algunos decían que preferían morir antes que enfrentarse a interrogatorios en el futuro.

Los exámenes psiquiátricos de estos hombres tras su liberación revelaron síntomas persistentes: pesadillas, tensión y ansiedad al despertarse, pensamientos suicidas, depresión y una diversidad de molestias físicas, tales como dolores de cabeza o úlceras estomacales, que normalmente se considera que están relacionadas con el estrés. Un juicio psiquiátrico prudente estima que al menos algunos de estos hombres encapuchados nunca se recuperarán de la experiencia.

Cuando empezaron a conocerse los detalles de estas formas de interrogación hubo protestas desde muchos sectores, los cuales estaban profundamente sorprendidos de que Gran Bretaña pudiera emplear métodos que suponían torturas para hacer que los detenidos se derrumbaran. Parece ser que el uso de estos métodos se había ido

extendiendo poco a poco sin autorización oficial. Finalmente, el primer ministro (entonces Edward Heath) prohibió el uso de estas técnicas en los interrogatorios de prisioneros y sospechosos.

Aunque en Gran Bretaña y en países de similares características las condenas a prisión prolongada pocas veces incluyen largos periodos de confinamiento en solitario, dichas condenas sí privan al preso de la mayoría de los estímulos del mundo exterior que hacen que la vida merezca la pena vivirse y, por tanto, puede decirse que encierran cierto grado de privación sensorial en el más amplio sentido del concepto. El monótono entorno de la prisión, el limitado acceso al ejercicio y al aire libre, la invariable rutina, la ausencia de intimidad social y sexual con los seres queridos... son todas ellas privaciones que, en el caso de condenas prolongadas, tienen un efecto deletéreo permanente en la mente del prisionero.

Hasta hace poco, las cadenas «perpetuas» se acababan normalmente en libertad condicional tras un máximo de nueve o diez años de cárcel porque se ponía de manifiesto que los periodos de confinamiento más largos hacían muy improbable que el preso, una vez liberado, fuera capaz de enfrentarse a la vida en el exterior. En Gran Bretaña, los que han sido condenados a cadena perpetua pueden quedar en libertad en cualquier momento, pero siempre permanecen en libertad condicional hasta que mueren. Esto significa que, en cualquier momento del resto de sus días, pueden reingresar en prisión si las autoridades lo consideran necesario. En la actualidad, cuando se condena a delincuentes que han cometido crímenes nefandos como violaciones o asesinatos, muchos jueces recomiendan que el criminal permanezca en prisión durante veinte años o más. Estas recomendaciones se toman muy en serio. Si se llevan a cabo, significa que un creciente número de delincuentes estarán incapacitados permanentemente y pasarán a estar considerados como inadaptados para vivir en comunidad.

La privación de estímulos externos es particularmente acusada en las cárceles donde se requiere «máxima seguridad», bien porque a los presos allí recluidos se les considere peligrosos, bien porque puedan tratar de fugarse. Muy probablemente, claro está, éstos son también los presos a los que se les han impuesto condenas prolongadas. Aunque hay no pocos ejemplos de presos que cumplan condenas muy largas y hayan sobrevivido sin secuelas, como el hombre de Alcatraz^[*], es común el deterioro y la «neurosis penitenciaria». Los prisioneros con condenas largas se muestran abatidos y apáticos, y pierden interés por su apariencia y su entorno. Stanley Cohén y Laurie Taylor, en su libro *Psychological Survival*, hacen una excelente recopilación de estos efectos basándose en su estudio de los presos con condenas largas en el módulo de máxima seguridad de la cárcel de Durham, en la actualidad, afortunadamente, cerrada. Los autores habían sido seleccionados para impartir clases semanales de ciencias sociales a los presos con condenas prolongadas. Aunque las clases despertaron considerable interés en aquellos internos que no llevaban mucho tiempo encarcelados, asistieron pocos presos que ya hubieran

cumplido muchos años de condena. Sin embargo, un preso que había cumplido catorce años asistía regularmente. Después, escribió a los autores:

Pueden imaginarse qué supone ser un preso de por vida, ver tus sueños convertidos en pesadillas y tus ilusiones en cenizas, todo lo que piensas son fantasías y al final vuelves a la realidad y vives en un mundo deformado de simulaciones, te niegas a aceptar las reglas de los demás mortales y construyes unas que se ajusten a tu propio mundo reducido, no hay luz en este mundo del presidiario a perpetuidad, todo es oscuridad, y es en esta oscuridad donde encontramos la paz y la capacidad de vivir en un mundo propio, en un mundo fingido^[14].

Los ejemplos citados en este capítulo demuestran que la separación de los estímulos de la existencia cotidiana ordinaria puede ser terapéutica o perjudicial según las circunstancias: más concretamente, según esta separación venga impuesta o sea voluntaria. La extensión de tiempo también es importante. Es probable, aunque no está completamente demostrado, que los periodos prolongados de separación de la vida ordinaria, tanto si vienen impuestos por otras personas como si no, tengan efectos perjudiciales permanentes.

Sin embargo, las condiciones de encarcelamiento varían ampliamente y en el pasado a veces no eran menos rigurosas de lo que son hoy. Existen algunos ejemplos llamativos que demuestran que la soledad parcial y la nostalgia de la vida ordinaria, aun estando en prisión, pueden favorecer el trabajo creador.

El filósofo romano Boecio alcanzó el importante puesto de *magister officiorum* bajo el mandato del rey ostrogodo Teodorico. Esto significaba que era el jefe de la corte y el maestro de los demás oficiales de palacio, un cargo que pudo haberle dejado poco tiempo para su tarea favorita: el estudio de la filosofía. Pero la confianza de Teodorico en Boecio no duró mucho tiempo. El filósofo fue acusado de traición, arrestado, condenado y enviado al exilio a esperar su ejecución. Mientras estuvo encarcelado en Pavía, Boecio escribió *Consolación de la filosofía*, la obra por la que principalmente se le recuerda. Fue torturado y luego golpeado hasta morir en el año 524 o 525.

Tomás Moro, canciller de Enrique VIII desde 1529, fue encarcelado en la Torre de Londres por negarse a repudiar la soberanía papal y a aceptar al rey como cabeza de la Iglesia de Inglaterra. Moro pasó más de un año en prisión antes de que lo juzgaran y lo ejecutaran en 1535. Durante este periodo escribió *Diálogo de Cumfort con la Tribulación*, que ha sido calificado de obra maestra de la sabiduría cristiana.

Walter Raleigh fue condenado a muerte tras ser acusado de traición. Pero su sentencia de muerte fue conmutada y estuvo encarcelado en la Torre de Londres desde 1603 hasta 1616. Como en el caso de Tomás Moro, podemos suponer que las condiciones que se le impusieron no eran demasiado rigurosas, ya que Raleigh escribió su *Historia del mundo* durante esos años. Esta obra abarcaba el periodo que iba desde la creación hasta el siglo II a. C. y fue publicada en 1614. Tras su liberación, Raleigh emprendió una segunda expedición a Guyana. Desgraciadamente,

no tuvo éxito. El oro prometido no llegó, la sentencia de muerte conmutada se restableció y fue ejecutado en 1618.

John Bunyan, que se había unido a la Congregación de Inconformistas de Bedford aproximadamente en 1655, predicó sus creencias ortodoxas sin obstáculos hasta la Restauración de Carlos II en 1660. El 12 de noviembre de ese año compareció ante los magistrados acusado de ofrecer servicios no acordes con los de la Iglesia anglicana. En enero de 1661, su caso fue remitido a la audiencia de la prisión local de Bedford, en la que permaneció hasta marzo de 1672. Sin embargo, las condiciones de su encarcelamiento fueron suficientemente flexibles como para permitirle visitas de sus familiares y amigos e, incluso, predicar de vez en cuando. Durante los doce años de su confinamiento escribió su autobiografía espiritual, *Gracia al mayor de los pecadores* (1666) y, casi con seguridad, compuso buena parte de *El peregrino. Viaje de un cristiano a la ciudad celestial*. La Declaración de Indulgencia a los Inconformistas promulgada por Carlos II, que posibilitó la liberación de Bunyan, fue posteriormente anulada; y Bunyan fue encarcelado de nuevo por predicación ilegal en 1677.

El día de Navidad de 1849, Dostoievski emprendió el largo viaje desde San Petersburgo hasta Siberia, en donde habría de pasar los cuatro años siguientes en un campo de concentración. Había sido arrestado en abril de 1849 junto con otros miembros del círculo de Petrashevski, y ya había pasado ocho meses encarcelado en la fortaleza de San Pedro y San Pablo. Durante este periodo inicial estuvo recluido en aislamiento, y al principio no se le permitía tener libros ni material para escribir. A pesar de ello, descubrió que contaba con suficientes recursos para resistirlo mucho mejor de lo que se había imaginado. Su arresto pudo incluso haberlo salvado del derrumbe en vez de precipitarlo, ya que hay pruebas de que su participación en una organización revolucionaria clandestina había estado remordiéndole durante el invierno anterior y le había llevado al borde del colapso.

Cuando, a principios de julio, se permitió a los presos sacar libros de la biblioteca de la fortaleza, Dostoievski se abalanzó sobre ellos. Escribió también a su hermano Mijaíl diciéndole que había concebido tres relatos y dos novelas. El famoso incidente de la ejecución simulada en la plaza Semenovski, cuando Dostoievski se enfrentó a un pelotón de fusilamiento que le indultó en el último instante, sucedió el 22 de diciembre siguiente. En Siberia, la única actividad literaria de Dostoievski era llevar un cuaderno de notas clandestino en el que anotaba las frases y expresiones que utilizaban sus compañeros convictos. Se las arregló para entregar el cuaderno a un ayudante sanitario que se lo devolvió cuando lo liberaron. Su contenido fue utilizado en *Memorias de la casa de los muertos*, el libro que describiría la experiencia de Dostoievski en el campo de concentración.

Esta experiencia fue horrible, no sólo por las tremendas condiciones físicas en que se albergaba a los convictos y por la amenaza constante de palizas bajo las que vivían, sino porque Dostoievski se encontró, en su condición de «caballero»,

completamente rechazado por los brutos aldeanos prisioneros cuya causa había abrazado y por la cual, como revolucionario potencial, estaba sufriendo cárcel y exilio. Durante el periodo de encarcelamiento, Dostoievski experimentó una conversión por la que su total desilusión por el campesinado fue reemplazada por una creencia casi mística en su bondad esencial. Ésta se basaba en un recuerdo involuntario que volvía a su mente desde la infancia; un incidente en el que uno de los siervos de su padre, Marey, le había consolado cuando tenía miedo. Aunque Dostoievski lo pasó mal porque nunca estuvo físicamente solo en el campo de concentración, su aislamiento emocional y la falta de compañerismo había tenido como consecuencia que se volviera hacia su interior y permitiera a su mente sondear el pasado.

A lo largo de sus cuatro años en el campo había empleado esta técnica de asociación involuntaria, la cual probablemente cumplió en cierto modo la misma función que el psicoanálisis o la terapia con medicamentos en la liberación de recuerdos reprimidos y, por tanto, le alivió de los bloqueos físicos y las fijaciones patológicas. Esta técnica también cumplió la alentadora función adicional de mantener vivas sus facultades artísticas en unas condiciones en las que tenía prohibido poner la pluma en el papel^[15].

La experiencia de servidumbre penal de Dostoievski influyó para siempre en su visión de la naturaleza humana, y de ahí que rezumara en sus novelas. Más concretamente, su experiencia de ver a convictos que habían sido golpeados despiadadamente durante años estallar súbitamente y afirmar sus personalidades, con frecuencia de modo violento e irracional, le hizo sentir que la expresión y comprensión individuales eran una necesidad humana básica, una necesidad que no encajaba con la subordinación de la individualidad a las demandas colectivas del Estado que el socialismo exigiría.

También hay ejemplos menos admirables de empeños literarios promovidos por el encarcelamiento. El marqués de Sade fue encarcelado una y otra vez a lo largo de su vida, hasta que fue recluido definitivamente en el asilo de Charenton, en donde murió el 2 de diciembre de 1814 a la edad de setenta y cuatro años. Su perversa imaginación florecía en cautividad, y es a las fortalezas de Vincennes y de la Bastilla a las que debemos obras tales como *Justine* y *Los 120 días de Sodoma*.

La debilidad de Sade por el poder absoluto resuena en los escritos de Adolf Hitler, otro autor cuyas obras deben algo al encarcelamiento. Tras el fracaso de su *golpe de Estado* de Múnich, Hitler fue confinado en la vieja fortaleza de Landsberg. Aunque fue condenado a cinco años, pasó menos de nueve meses en prisión, en donde lo trataron como a un invitado de honor. Fue durante este periodo cuando empezó a dictar *Mi lucha* a Rudolf Hess.

De no haber sido por el encarcelamiento —señaló Hitler mucho después—, nunca habría escrito *Mi lucha*. Este periodo me brindó la oportunidad de profundizar en varias nociones de las que sólo había tenido una sensación intuitiva^[16].

En contraste con la mayoría de los ejemplos ofrecidos en este capítulo, de vez en cuando se ha registrado que incluso la reclusión en solitario impuesta por enemigos puede ser el desencadenante de experiencias psicológicas de perdurable valor. Anthony Grey, que experimentó la reclusión en aislamiento en China, y Arthur Koestler, que fue encarcelado del mismo modo en España, analizaron juntos sus experiencias en televisión. La transcripción de su conversación aparece en la recopilación de ensayos de Koestler titulada *Kaleidoscope*.

Ambos agradecían no haber tenido que compartir celda con otro preso. Ambos sentían que la soledad realzó su aprecio y simpatía por los demás hombres. Ambos tuvieron experiencias intensas en las que sentían que existía cierto tipo de orden superior de la realidad con el cual la soledad les ponía en contacto. Ambos sentían que tratar de reflejar con palabras esta experiencia tendía a trivializarla, porque realmente no podía expresarse con palabras. Aunque ninguno de los dos suscribía ninguna creencia religiosa ortodoxa, ambos coincidían en que habían sentido la existencia abstracta de algo indefinible o que sólo podía expresarse mediante símbolos.

Anthony Grey pensaba que su experiencia le había dotado de una nueva conciencia y valoración de la vida ordinaria. Koestler asentía, pero añadía que también se había vuelto más consciente de los horrores que acechaban bajo la superficie. Koestler se refiere también a

un sentimiento de libertad íntima, de estar solo y enfrentado ante las realidades últimas en vez de con el estado de las cuentas bancadas. Tu estado de cuentas y demás trivialidades son de nuevo una especie de reclusión. No en el espacio físico, sino en el espiritual. [...] Así que has conseguido dialogar con la existencia. Un diálogo con la vida y la muerte.

Grey comenta que este es un dominio de la experiencia al que no accede la mayoría de la gente. Koestler afirma con razón que la mayoría de la gente sólo se enfrenta ocasionalmente a situaciones de este tipo

cuando están gravemente enfermos, cuando muere un padre o cuando se enamoran por primera vez. Entonces, son transportados de lo que llamo un plano trivial a un plano absoluto o trágico. Pero esto sólo sucede unas pocas veces. Mientras que en el tipo de experiencia que nosotros compartimos, uno está metido de lleno en ella durante un periodo prolongado^[17].

De modo que, ocasionalmente, el bien puede nacer del mal. Anthony Grey recordaba que le enseñaron un cuadro de un amigo chino en el que una hermosa flor de loto crecía en el fango. El espíritu humano no es indestructible; pero unos pocos valientes descubren que, cuando están en el infierno, tienen asegurado un destello de cielo.

El hambre de imaginación

Si no fuera por la imaginación, señor, un hombre sería igual de feliz en los brazos de una doncella que en los de una duquesa.

SAMUEL JOHNSON

Sin duda no nos equivocamos si decimos que la imaginación está mucho más desarrollada en los seres humanos que en cualquier otra especie. Aunque los animales sueñan y los primates superiores muestran cierta capacidad para la invención, el margen de la imaginación humana supera con mucho la que exhibe incluso el chimpancé más inteligente. Está claro que el desarrollo de la imaginación humana es algo biológicamente adaptativo; pero también es verdad que hemos tenido que pagar un cierto precio por este desarrollo. La imaginación ha dotado al hombre de flexibilidad; pero, al mismo tiempo, le ha robado alegría.

El comportamiento de especies menos desarrolladas que nosotros en la escala evolutiva a menudo está dirigido por patrones de conducta preprogramados. Algunos de estos patrones, como las exhibiciones del pájaro jardinero o las costumbres de caza de las avispas, son hermosos y muy complejos. Mientras el animal sigue estos antiquísimos patrones de conducta, su comportamiento encaja en el entorno como una llave en su cerradura. Mientras el entorno permanece constante, las necesidades básicas de supervivencia y reproducción del animal quedan satisfechas de un modo más o menos automático. (Estoy tentado de incurrir en el antropomorfismo y decir que podríamos considerar «feliz» a ese animal.) Pero si el entorno cambia, el animal cuyo comportamiento esté gobernado por patrones de conducta preprogramados estará en desventaja, ya que no podrá adaptarse fácilmente a circunstancias cambiantes.

Los seres humanos son mucho más flexibles, ya que su comportamiento se rige principalmente por el aprendizaje y la transmisión cultural de una generación a otra. Los bebés están dotados de cierto número de respuestas fijas con el fin de garantizar su supervivencia; pero el rasgo más característico del comportamiento humano es que, en la medida en que se debe tanto al aprendizaje, se debe menos a lo que está determinado de un modo innato. Esto es lo que ha hecho posible que los hombres sobrevivan en climas extremos, desde el ecuador hasta los polos, en zonas que les ofrecen poco o nada de lo que necesitan. Los hombres han conseguido incluso abandonar también la tierra y aprender a subsistir durante largos periodos de tiempo en el espacio. Estos entornos exigen el uso del ingenio y de la destreza. La supervivencia no puede garantizarse a menos que la inteligencia y la imaginación

tomen la delantera a los patrones de conducta innatos para satisfacer las necesidades básicas.

Pero el precio de la flexibilidad, de quedar liberado de la tiranía de los rígidos patrones de conducta fijos, es que la «felicidad», entendida como perfecta adaptación al entorno o completa satisfacción de las necesidades, sólo se experimenta brevemente. «No llaméis feliz a ningún hombre hasta que no haya muerto», dijo Solón. Cuando los individuos se enamoran, cuando gritan «Eureka» al hacer un descubrimiento, o cuando experimentan el tipo de emoción trascendental que Wordsworth describió como «haber sido sorprendido por el gozo», sienten felizmente que son uno con el universo; pero, como todo el mundo sabe, estas experiencias son transitorias.

En un libro anterior sugerí que la insatisfacción con lo dado, «el divino descontento», era una parte ineludible de la condición humana. Como Samuel Johnson señaló, el presente transcurre tan fugazmente que apenas podemos pensar en las cosas salvo en términos de pasado o de futuro. Cuando el filósofo Imlac lleva a Ráselas a visitar la gran pirámide, especula sobre la razón por la que ésta se construiría.

La estrechez de sus cámaras demuestra que no servía como refugio contra los enemigos, y los tesoros se podrían haber almacenado con igual seguridad con mucho menos gasto. Parece haber sido erigida obedeciendo sólo a ese hambre de imaginación que preside incansablemente la vida y que debe ser aplacado siempre con algún entretenimiento. Aquellos que ya tienen todo aquello de que pueden disfrutar deben estirar sus deseos^[1].

Lo que Johnson llama «hambre de imaginación» también es un rasgo necesario para la adaptación humana. El extraordinario éxito del hombre como especie nace de su descontento, que le impele a utilizar su inteligencia. El tipo de hombre moderno que hace gala de más insatisfacción que cualquier otro, el hombre occidental, ha sido el que más éxito ha tenido.

A primera vista, hay algunas excepciones a lo que acabo de escribir. En algunas partes del mundo todavía existen pequeñas comunidades en las que los modos tradicionales de vida han permanecido inalterados durante siglos. Sin saber nada más acerca de su vida íntima de la imaginación, es imposible saber en qué medida sufren el descontento los miembros de estas comunidades; pero incluso el mejor adaptado se imagina probablemente un cielo en el que estará protegido del peligro y aliviado de las fatigas. Lo trágicamente cierto es que estos grupos siempre están en peligro porque, al igual que los animales que se rigen por patrones de conducta innatos, les es muy difícil adaptarse al impacto de la civilización occidental. Siempre es el insatisfecho el que triunfa. El hombre occidental ha tratado siempre con una crueldad espantosa a los aborígenes de Australia, a los indios de América del Norte y del Sur, a los habitantes de África e India y a muchos otros grupos humanos. Pero, dada la incansable inventiva de Occidente, la desaparición de grupos humanos tradicionales

es seguramente inevitable, aun cuando no se hayan empleado deliberadamente la segregación y el exterminio.

Por tanto, el descontento puede considerarse adaptativo, ya que potencia el uso de la imaginación y espolea así al hombre hacia posteriores conquistas y a un dominio del entorno cada vez mayor. A primera vista, esta afirmación parece coincidir con la concepción de la fantasía de Freud. Pero en su artículo «El creador literario y el fantaseo», Freud escribió:

Es lícito decir que el dichoso nunca fantasea; sólo lo hace el insatisfecho. Deseos insatisfechos son las fuerzas pulsionales de la fantasía, y cada fantasía singular es un cumplimiento de un deseo, una rectificación de la insatisfactoria realidad^[2].

Sin embargo, el punto de vista de Freud sobre la fantasía es que ésta es esencialmente evasiva; un apartarse de la realidad más que, como yo estoy sugiriendo, un momento previo para orientar la realidad en la dirección deseada. Freud consideraba que la fantasía derivaba del juego y que ambas actividades no sólo eran propias de la infancia, sino que también constituían una negación de la realidad.

Así el adulto, cuando cesa de jugar, sólo resigna el apuntalamiento en objetos reales; en vez de *jugar*, ahora *fantasea*. Construye castillos en el aire, crea lo que se llama *sueños diurnos*^[3].

Freud creía que los niños se regían originalmente por el principio del placer: es decir, por la necesidad de evitar el dolor y obtener placer. Cuando las necesidades instintivas de alimento, calor o comodidad perturban el descanso del niño, éste reaccionará con alucinaciones de aquello que necesite.

En ese caso, lo pensado (lo deseado) fue puesto de manera simplemente alucinatoria, como todavía hoy nos acontece todas las noches con nuestros pensamientos oníricos. Sólo la ausencia de la satisfacción esperada, el desengaño, trajo por consecuencia que se abandonase ese intento de satisfacción por vía alucinatoria. En lugar de él, el aparato psíquico debió resolverse a representar las constelaciones reales del mundo exterior y a procurar la alteración real. Así se introdujo un nuevo principio en la actividad psíquica; ya no se representó lo que era agradable, sino lo que era real, aunque fuese desagradable. Este establecimiento del *principio de realidad* resultó un paso grávido de consecuencias^[4].

Freud consideraba que el principio del placer sólo se sustituía por el principio de realidad gradualmente. Como ningún contenido mental queda borrado por completo, los rastros del principio del placer se delataban y podían detectarse, según creía Freud, no sólo en los sueños sino también en el juego. Como hemos visto, Freud consideraba que las formas avanzadas de la fantasía derivaban del juego.

Freud parece asumir que el mundo real puede o podría proporcionar satisfacción absoluta y que, idealmente, sería posible que el adulto abandonara la fantasía por completo. Freud era un hombre demasiado idealista, testarudo y pesimista como para creer que se podría alcanzar este ideal. No obstante, sí consideró que la fantasía sería cada vez menos necesaria a medida que el proceso de maduración individual se aproximara a la adaptación racional al mundo exterior. En el esquema conceptual de

Freud, la fantasía estaba vinculada a la alucinación, el sueño y el juego. Pensaba que todas estas formas de actividad mental eran evasiones: formas de huir de la realidad que estaban basadas en las formas de funcionamiento mental infantiles a las que designaba como «procesos primarios», y que se regían por el principio del placer más que por el principio de realidad. La visión de Freud, en cierto modo puritana, era que la adaptación al mundo madura y adecuada se regía por el pensamiento deliberado y la planificación racional. No habría sancionado nuestra tesis actual: que un mundo de fantasía interior es parte de la dotación biológica del hombre, y que es la inevitable discrepancia entre este mundo interior y el exterior lo que impele a los hombres a ser ingeniosos e imaginativos.

Aunque los propios logros de Freud son testigos de lo que acabo de escribir. Freud estuvo revisando estas ideas casi hasta el momento de su muerte, a la edad de ochenta y tres años. Aunque creía que había descubierto los principios fundamentales de una nueva ciencia, no consideró que el edificio del psicoanálisis estuviera acabado. Como toda persona creativa, ya sea un artista o un científico, Freud era incapaz de dormirse en los laureles. El abismo entre lo que se imaginaba que sería el psicoanálisis y lo que en realidad era no se había salvado.

Si, a diferencia de Freud, suponemos que parte de la dotación biológica del hombre es un mundo interior de imaginación, y que el éxito del hombre como especie se ha basado en ella, vemos que no deberíamos esforzarnos simplemente por sustituir la fantasía por la razón, como Freud nos haría hacer. En lugar de ello, deberíamos utilizar nuestra capacidad para la fantasía para tender puentes entre el mundo interior de la imaginación y el mundo exterior. Los dos mundos nunca coincidirán por completo, como podemos suponer que sucede en el caso de animales cuyos ciclos vitales se rigen principalmente por patrones de comportamiento innatos. Pero no hay que lamentarse por ello. Si lo que imagináramos no excediera lo que abarcamos, dejaríamos de ser humanos. Una raza de hombres que carecieran de la capacidad para la fantasía no sólo sería incapaz de imaginar una vida mejor en términos materiales, sino que también carecería de religión, música, literatura o pintura. Como escribió Goya:

La fantasía abandonada por la razón produce monstruos imposibles; unida a ella, es la madre de las artes y el origen de sus maravillas^[5].

Incluso la ciencia depende más de la fantasía de lo que Freud reconocía. Muchas hipótesis científicas nacen de vuelos de la imaginación que al principio parecen absurdos, pero que posteriormente resisten el escrutinio riguroso y la prueba detallada. La idea de Newton de que la gravedad era una fuerza universal que operaba a distancias enormes era un salto de la imaginación que debió de haber parecido absurdo hasta que fue capaz de demostrarlo matemáticamente. El descubrimiento de Kekulé de la estructura en anillo de las moléculas orgánicas nació de una especie de ensoñación de átomos que se combinaban en cadenas y que después formaban

espirales como serpientes que se mordieran el rabo. La teoría de la relatividad especial de Einstein se basó en su capacidad para imaginar qué aspecto tendría el universo para un observador que viajara aproximadamente a la velocidad de la luz. Estos son ejemplos de fantasías que, aunque nacidas de la imaginación, están conectadas, no obstante, con el mundo exterior de forma tal que lo iluminan y lo hacen más comprensible.

Otras fantasías que daban cobertura a hipótesis supuestamente científicas han adolecido de esta relación con el mundo exterior. Estas creaciones de la imaginación quedan finalmente descartadas por ser ilusiones. A lo largo del siglo XVIII, por ejemplo, la explicación ordinaria de la combustión era la teoría del *flogisto*. Se consideraba que el flogisto era el principio material de la combustibilidad. Cuando algo ardía, se suponía que perdía flogisto, al cual se consideraba un fluido imponderable. Finalmente, se demostró que el flogisto sólo era un producto de la imaginación; que no había nada en el mundo exterior que se correspondiera con él.

Vemos, por tanto, que en el campo de la ciencia hay dos tipos de fantasía. La primera alcanza al mundo exterior, y a base de establecer una relación con ese mundo que se corresponda con sus manifestaciones reales se convierte en hipótesis fructíferas. La segunda, como no establece tales relaciones con el mundo exterior, resulta despreciada finalmente por ilusoria.

También pueden distinguirse estos dos tipos de fantasía en las artes. Cuando un gran escritor como Tolstói emplea la imaginación para contar una historia e inventar personajes que a la vez nos conmueven y se vuelven inmortales, podemos suponer con razón que sus fantasías están conectadas con la realidad exterior e iluminan esa realidad para nosotros. Por el contrario, reconocemos que las fantasías de peores escritores, que quizá se manifiestan en «novelas de suspense» o «románticas», tienen poco que ver con el mundo real y además pueden no ser más que un intento de evadirse de él.

Freud parece estar parcialmente de acuerdo con esto cuando, en su artículo «Formulaciones de los dos principios del acaecer psíquico», del que ya hemos citado anteriormente, escribe:

El arte logra por un camino peculiar una reconciliación de los dos principios. El artista es originalmente un hombre que se extraña de la realidad porque no puede avenirse a esa renuncia a la satisfacción pulsional que aquélla primero le exige, y da libre curso en la vida de la fantasía a la realidad; lo hace merced a particulares dotes, plasmando sus fantasías en un nuevo tipo de realidades efectivas que los hombres reconocen como unas copias valiosas de la realidad objetiva misma. Por esa vía se convierte, en cierto modo, en el héroe, el rey, el creador, el mimado de la fortuna que quería ser, sin emprender para ello el enorme desvío que pasa por la alteración real del mundo exterior. Ahora bien, sólo puede alcanzarlo porque los otros hombres sienten la misma insatisfacción que él con esa renuncia real exigida, porque esa insatisfacción que resulta de la sustitución del principio del placer por el principio de realidad constituye a su vez un fragmento de la realidad objetiva misma^[6].

La evidente dificultad de este pasaje nace del hecho de que Freud no puede descartar su afirmación de que la fantasía es algo que, en el individuo adulto, debe

estar bajo la supervisión del pensamiento racional reflexivo. Freud tiende a reconocer de algún modo que la fantasía no es un medio del todo evasivo de satisfacer los deseos cuando se refiere a que el artista modela sus fantasías en «verdades de un nuevo cuño», pero en realidad no desarrolla esto. Si lo hubiera hecho, sin duda habría concluido en que, mientras que algunos tipos de fantasía son evasivos, otros presagian nuevas y fructíferas formas de adaptarse a las realidades del mundo exterior.

Hay buenas razones biológicas para aceptar el hecho de que el hombre está constituido así hasta tal punto que posee un mundo interior de imaginación que es diferente de, aunque está relacionado con, el mundo de la realidad exterior. Es la discrepancia entre los dos mundos lo que motiva la imaginación creadora. Las personas que descubren su potencial creador están cruzando constantemente el vacío que hay entre el mundo interior y exterior. Invisten de sentido al mundo exterior porque rechazan la objetividad del mundo y su propia subjetividad.

Esta interacción entre el mundo interior y el exterior se observa fácilmente cuando vemos jugar a los niños. Los niños hacen uso de los objetos reales del mundo exterior, pero dotan a estos objetos de significados que proceden del mundo de su imaginación. Este proceso comienza muy temprano en la vida del niño. Muchos niños desarrollan apegos muy fuertes con objetos determinados. D. W. Winnicott fue el primer psicoanalista que llamó la atención sobre la importancia de estos vínculos en su artículo «Transitional Objects and Transitional Phenomena»^[7]. Estos fenómenos están íntimamente ligados a los comienzos de la independencia y la capacidad de estar solo.

Según Winnicott, la edad en la que los niños muestran apego a los objetos externos varía, pero puede empezar nada menos que a los cuatro meses. Al principio, los niños utilizan sus propios pulgares o sus puños como chupetes. Luego, pueden sustituirlos por un trozo de manta, un pañuelo o una servilleta. Puede darse el caso de que una manta o un edredón determinado o, más adelante, una muñeca o un oso de peluche, adquieran una importancia vital para el niño, especialmente cuando se va a la cama. El objeto se convierte en una salvaguarda contra la ansiedad; un chupete que en cierto sentido es como un sucedáneo del pecho materno o de la madre misma como figura de apego segura. Estos objetos pueden llegar a ser inseparables del niño; a veces, aún más importantes que la propia madre.

Winnicott llama a estos objetos «transicionales» porque considera que representan etapas intermedias entre el apego del niño hacia la madre y su apego hacia «objetos» posteriores, es decir hacia las personas que el niño resulta amar y de las que depende. Winnicott considera que estos objetos son mediadores entre el mundo interior de la imaginación y el mundo exterior. La manta, la muñeca o el oso de peluche son sin duda un objeto real que existe con entidad independiente del niño; pero, al mismo tiempo, éste está poderosamente investido de emociones subjetivas

que pertenecen al mundo interior del niño. Este proceso de mediación entre el mundo interior y el exterior puede describirse como el primer acto creador del niño.

Winnicott hace la importante matización de que el uso de los objetos transicionales no es algo patológico. Aunque estos objetos proporcionen seguridad y comodidad y, por tanto, pueda decirse que son sustitutos de la madre, esta práctica no se desarrolla porque la madre sea inadecuada. Los objetos transicionales sólo aparecen cuando el niño puede investirlos de cualidades de apoyo y cariño. Con el fin de poder hacer esto, el niño debe haber experimentado el apoyo y el cariño reales. Sólo cuando se ha interiorizado a la madre como un objeto al menos parcialmente bueno pueden proyectarse estas cualidades a un objeto transicional. La capacidad de desarrollar apego hacia objetos transicionales es, por tanto, una señal de salud antes que una muestra de una carencia, exactamente igual que la capacidad de estar solo es una señal de seguridad interior antes que una expresión de un estado de abandono. Esto resulta reforzado por la observación de los niños internados, cuya capacidad para establecer vínculos humanos raramente va acompañada por el establecimiento de estos lazos con juguetes blandos^[8].

Es más, es el niño seguro el que exhibirá posteriormente el mayor interés por juguetes y demás objetos impersonales del entorno. Como señalamos anteriormente, la exploración independiente es algo característico del niño seguro, mientras que la dependencia ansiosa de la madre señala normalmente a un niño que no siente el vínculo como algo seguro.

El uso de objetos transicionales sugiere que las funciones positivas de la imaginación empiezan muy pronto en la vida. En la introducción sugerimos que había dos impulsos opuestos en la naturaleza humana: el impulso hacia la cercanía con otros seres humanos y el impulso de ser independiente y autosuficiente. ¿No será la primera manifestación de este último impulso el desarrollo de objetos transicionales?, ya que el uso de estos objetos demuestra que el niño pequeño puede, al menos temporalmente, prescindir de la presencia real de la madre. Los objetos transicionales pueden, por tanto, estar relacionados tanto con la capacidad de estar solo como con el desarrollo de la imaginación.

La existencia de tales objetos también apoya la idea expuesta en la introducción de que los seres humanos están orientados hacia lo impersonal así como también hacia lo personal. Estas manifestaciones tempranas por las que se invierte de significado a objetos impersonales evidencian que el hombre no nació sólo para amar. El significado adherido a estos objetos puede resultar adherido posteriormente a objetos de indagación científica o a cualquiera de los múltiples aspectos del mundo exterior que ocupan la atención del hombre.

Los objetos transicionales pierden su carga emotiva paulatinamente a medida que el niño crece. A menudo, estos objetos acaban por relacionarse con una variedad de objetos distintos y se utilizan en el juego. Los niños transforman fácilmente un palo de escoba en un caballo y un sillón en una casa. En una etapa posterior, el juego

explícito es sustituido por la fantasía, en la que no es necesario ningún objeto externo para surcar el curso de la imaginación.

Freud estuvo acertado al relacionar juego y fantasía, pero sin duda se equivocó al creer que el juego y la fantasía deberían abandonarse en favor de la racionalidad. Cuando sugerí que las personas que descubrían su potencial creador estaban saltando constantemente entre el vacío del mundo interior y exterior, no me estaba refiriendo únicamente a la creación de obras de arte o la construcción de conjuntos de hipótesis científicas, sino a lo que Winnicott ha llamado con acierto «apercepción creativa». La apercepción creativa depende de la vinculación entre lo objetivo y lo subjetivo; de lo coloreado del mundo exterior con los cálidos tonos de la imaginación. Winnicott escribió:

La apercepción creativa es lo que, más que cualquier otra cosa, hace que el individuo sienta que la vida merece la pena vivirse^[9].

Parece probable que siempre hay un elemento de juego en la vida creativa. Cuando este elemento de juego desaparece, la alegría se va con él, e igual sucede con toda sensación de que uno es capaz de innovar. Las personas creativas con frecuencia experimentan periodos de desesperación en los que su capacidad de crear cualquier cosa parece haberles abandonado. Esto sucede a menudo porque una obra escrita ha sido investida de una importancia tan abrumadora que ya no se puede jugar con ella. Aquello a lo que Gibbon se refería con «la vanidad de los autores» a veces les hace considerar su obra con una seriedad tan extrema que «jugar» con ella se vuelve algo imposible. Cuando Kekulé describía la imagen que le llevó al descubrimiento de la estructura anillada de las moléculas orgánicas a la que nos referimos más arriba, decía: «Aprendamos a soñar, caballeros.» También podría haber dicho: «Aprendamos a jugar.»

Lo subjetivo puede recibir un énfasis tan desmesurado que el mundo interior del individuo acaba estando completamente divorciado de la realidad. En este caso, le llamamos loco. Por otra parte, como señala Winnicott, el individuo puede suprimir su mundo interior hasta tal punto que se vuelve excesivamente sumiso a la realidad externa. Si el individuo contempla el mundo exterior simplemente como algo a lo que tiene que adaptarse, en vez de algo en lo que su subjetividad puede encontrar satisfacción, su individualidad desaparece y su vida se vuelve fútil y carente de sentido.

Debe contemplarse el mundo interior de la fantasía como parte de la herencia biológica del hombre. La imaginación está activa incluso en el ser humano mejor adaptado y más feliz; pero la extensión del vacío entre el mundo interior y el exterior y, por tanto, la facilidad o dificultad con la que se rellena este vacío, varía enormemente de un individuo a otro. Examinaremos algunas de estas diferencias en los capítulos siguientes.

6

La importancia del individuo

Ningún hombre que, cuando menos, no haya contrastado su vida con la soledad, desplegará nunca las capacidades de su intelecto.

DE QUINCEY

En todo ser humano existe un mundo íntimo de fantasía, el cual se manifiesta en una infinita variedad de modos diferentes. El hombre que va a las carreras o que contempla el fútbol por televisión con entusiasmo está dando rienda suelta a la fantasía, aunque pueda no estar creando o produciendo nada. A menudo las aficiones y los intereses son los aspectos del ser humano que con más claridad definen su individualidad y le hacen ser la persona que es. Descubrir lo que realmente le interesa a una persona es orientar bien el camino para comprenderla. A veces, intereses tales como la práctica de juegos de equipo sólo pueden desarrollarse interactuando con otras personas; pero a menudo reflejan lo que el individuo hace cuando está solo o cuando la comunicación o la interacción están en los niveles más bajos. En Gran Bretaña, todos los fines de semana puede contemplarse a los pescadores alineados en las orillas de los ríos y canales, los cuales guardan una distancia prudencial unos de otros y pocas veces conversan. El suyo es un deporte esencialmente solitario en el que suceden tan pocas cosas que la fantasía debe mantenerse particularmente despierta. Lo mismo puede decirse de la jardinería y de otras muchas aficiones, ya sean abiertamente «creativas» o no, que ocupen el tiempo libre de aquellos cuyas necesidades físicas básicas están satisfechas. Todo el mundo necesita aficiones tanto como relaciones interpersonales; y las aficiones, así como las relaciones, desempeñan un papel importante para definir la identidad individual y para dar sentido a la vida de una persona.

La afirmación de Bowlby de que los afectos íntimos son el eje alrededor del cual gira la vida de una persona, y la de Marris de que determinadas relaciones encaman de un modo más crucial el sentido de la vida de una persona, no sólo no tienen en cuenta los intereses, que pueden ser muy importantes, sino tampoco la necesidad que mucha gente tiene de cierto esquema mental, religión o filosofía que dé sentido a la vida.

En mi ensayo titulado «The Concept of Cure» sugerí que había dos factores importantes en el proceso psicoanalítico que favorecían la recuperación de trastornos neuróticos.

El primer factor es que el paciente adopte algún esquema o sistema de pensamiento que parezca tener sentido al margen de sus trastornos. El segundo es que establezca alguna relación satisfactoria de algún modo

con otra persona^[1].

Ambos factores penetran nuestras vidas, pero algunas personas están más inclinadas por naturaleza para encontrar el sentido de la vida principalmente en las relaciones interpersonales; y otras, para hallarlo en los intereses, creencias o formas de pensar.

Por muy importantes que las relaciones personales puedan ser para las personas dotadas de talento creador, a menudo se da el caso de que su campo de trabajo concreto es aún más importante. El sentido de su vida está menos constituido por las relaciones personales que por su trabajo. Si tiene éxito, el público coincidirá con esta apreciación. Aunque la mayoría de la gente está interesada en las vidas privadas de los talentos destacados, normalmente contemplamos sus logros creativos como algo mucho más importante que sus relaciones personales. Si trataron mal a sus cónyuges, amantes o amigos, es más probable que seamos más indulgentes con ellos que con la gente corriente. Wagner carecía llamativamente de escrúpulos; pero sus faltas sexuales y financieras se desvanecen en la insignificancia al lado de la vastedad y originalidad de sus composiciones. Strindberg se comportó intolerablemente mal con sus tres esposas y con muchos de sus amigos más antiguos; pero su capacidad para retratar su gusto por las disputas y su odio hacia las mujeres en obras tales como *El padre* o *La señorita Julia* nos hace que tendamos a olvidar sus rencores personales.

Los psicoanalistas se pasan la vida escuchando a gente que ha tenido problemas en sus relaciones íntimas. Sin duda puede destacarse que, cuando acabaron por escribir sus autobiografías, los dos psicoanalistas más originales del siglo xx apenas dedicaron espacio a sus esposas y familias, y ni siquiera a nada que no fuera el desarrollo de sus respectivas ideas. Tanto *Un estudio autobiográfico*, de Freud, como *Recuerdos, sueños, pensamientos*, de Jung, permanecen extraordinariamente mudos acerca de las relaciones de sus autores con los demás. Podemos elogiar su discreción y simpatizar con su deseo de privacidad; pero también podemos concluir en justicia que sus relatos de sí mismos eran prueba de en qué estaban centrados sus corazones.

Es cierto que mucha gente creativa no consigue establecer relaciones personales maduras y que algunos son extremadamente solitarios. También es cierto que, en algunos casos, un trauma, en forma de una separación prematura o de una pérdida, ha llevado a una persona potencialmente creativa a desarrollar aspectos de su personalidad que pueden hallar satisfacción en un relativo aislamiento. *Pero esto no quiere decir que los quehaceres solitarios y creativos sean en sí mismos patológicos.* Incluso aquellos que han gozado de las relaciones más felices con los demás necesitan algo más que tales relaciones para sentirse realizados.

El desarrollo de la imaginación de los seres humanos ha hecho posible que éstos utilicen lo impersonal, además de lo personal, como una fuente importante y un sendero principal de realización y desarrollo personal. Los grandes creadores originales están manifestando un aspecto del potencial humano que está presente en

cada uno de nosotros, si bien en forma embrionaria en la mayoría de nosotros. Aunque podemos esforzarnos por hacerlo, ninguno de nosotros desarrollaremos todas nuestras diferentes potencialidades por igual; pero muchas personas creativas parecen alimentar sus capacidades con más cuidado que sus relaciones personales.

La idea de que el desarrollo individual es un quehacer importante es relativamente reciente en la historia de la humanidad; y la idea de que las artes son vehículos de expresión personal o pueden servir a los fines del desarrollo personal es aún más reciente. En los albores de la historia, las artes eran estrictamente funcionales; y funcionales para la comunidad, no para el artista individual. Los artistas del Paleolítico que delinearon y pintaron animales en las paredes de sus cuevas no estaban haciendo obras de arte con el fin de expresar su modo personal de ver el mundo, sino que estaban tratando de hacer magia. Como escribe Germain Bazin:

El artista primitivo era un mago cuyos dibujos tenían todas las virtudes de un conjuro o de un hechizo.

Bazin cree que el hombre primitivo pintaba y tallaba formas de la naturaleza «para garantizar la fertilidad de sus víctimas, para atraerlas hacia sus trampas o para adquirir su fuerza para sus propios fines»^[2]. Herbert Read se refiere a las pinturas rupestres como ejemplos del «deseo de “descubrir” el objeto sobre el que habían de ejercerse los poderes mágicos»^[3].

El acto de dibujar agudiza la percepción del dibujante; una idea ésta anticipada con entusiasmo por Ruskin, que creía que era sólo tratando de captar el mundo exterior con formas y colores como los artistas aprenden a aprehenderlo. En el caso del hombre primitivo, podemos estar seguros de que cuanto mayor fuera la precisión con la que dibujara a su presa potencial, mejor podría decirse que «conocía» al animal que estaba representando. Cuanto más conocimiento tuviera, más probable era que tuviera éxito en la cacería.

Si, como sostiene Bazin, nombrar las cosas es el primer acto creativo, quizá dibujarlas sea el segundo. Dibujar es algo comparable a crear conceptos. Posibilita al dibujante experimentar con imágenes aisladas del objeto que normalmente llama su atención, y así le proporciona una sensación de dominio sobre el mismo. Probablemente, la creencia en el poder de la imagen era la razón por la que los escultores egipcios hacían efigies de los difuntos. Se creía que la imagen garantizaba la supervivencia tras la muerte. Bazin nos dice que, en el valle del Nilo, «al escultor se le conocía como “aquel que mantiene vivo”»^[4].

Cuando los antropólogos estudian el arte de otras culturas de la actualidad lo describen como algo social por naturaleza. Raymond Firth asegura que

El artista primitivo y su público comparten el mismo conjunto de valores. [...] En contraste con lo que sucede normalmente en las sociedades occidentales, el artista no está divorciado de su público^[5].

La mayoría de las sociedades preindustriales parecen no contar con una palabra que signifique «arte» como la nuestra, aunque por supuesto tienen palabras para actividades artísticas concretas tales como cantar o tallar. A medida que la civilización occidental se fue desarrollando, la creencia en el poder mágico de la imagen fue decayendo, pero la pintura y la escultura continuaron sirviendo a intereses comunitarios más que individuales. Los artistas eran artesanos de los que no se esperaba que fueran originales, sino que ejecutaran las órdenes de sus patrones. Su tarea principal era recordar a los feligreses, que con frecuencia eran analfabetos, los dogmas de la religión cristiana; y para este fin, pintaban las paredes de las iglesias con escenas de la vida de Cristo y de los santos. El artista medieval procedía de los estratos sociales más bajos. Como la pintura y la escultura eran actividades manuales, las artes visuales estaban peor consideradas que la literatura y los saberes teóricos. No fue hasta aproximadamente mediados del siglo XIII cuando empezaron a registrarse los nombres individuales de los pintores.

Es más, aun cuando los artistas pintaran retratos de gente concreta, la individualidad del modelo se consideraba menos importante que su posición o su oficio en la sociedad. Colin Morris escribe:

Debemos admitir desde el primer momento que no podemos decir con certeza, de ningún retrato anterior a 1200, que se trate de un estudio personal en el sentido en que lo entendemos actualmente^[6].

Jacob Burckhardt afirma que, en Europa, el sentido de individualidad se desarrolló por primera vez en Italia.

En la Edad Media, ambas partes de la conciencia humana —tanto la naciente como la que desaparecía— estaban atontadas o adormecidas bajo un velo ordinario. El velo estaba hecho de fe, ilusión y prejuicios infantiles, y, a través de él, el mundo y la historia se percibían como teñidos por extraños matices. El hombre tenía conciencia de sí sólo como miembro de una raza, un pueblo, un sector social, una familia o un grupo; sólo bajo una categoría genérica. En Italia fue donde primero se desvaneció este velo; fue posible un tratamiento *objetivo* del Estado y de todas las cosas de este mundo. Al mismo tiempo, el lado *subjetivo* se reafirmó con el correspondiente énfasis; el hombre se convirtió en un individuo *espiritual* y se reconoció a sí mismo como tal^[7].

El arte del retratismo de individuos reconocibles se desarrolló muchísimo antes de que el autorretrato se convirtiera en algo común. Como señala Peter Abbs en su tesis «The Development of Autobiography in Western Culture», el artista del Renacimiento a menudo seguía la convención de incluirse a sí mismo entre los personajes representados en un cuadro encargado, o posaba él mismo como modelo para algún santo o cualquier otro personaje sagrado que estuviera representado. Pero el autorretrato como vía de introspección o para resaltar algún rasgo del verdadero interior del hombre no empezó a desarrollarse hasta finales del siglo XV, y alcanzó su cénit en el siglo XVII con las largas series de autorretratos de Rembrandt.

La música también empezó sirviendo a fines comunitarios. E. O. Wilson supone que, al igual que el canto de los pájaros tiene como función proporcionar información

a otros miembros de la especie sobre el que canta, así la música humana anticipaba originalmente los fines de las tribus humanas. «Cantar y bailar sirve para reunir a los grupos, canalizar la emoción de los pueblos y prepararlos para coordinar una acción»^[8].

Raymond Firth escribe que, en las comunidades que estudió,

por regla general, ni siquiera las canciones se componen simplemente para escucharlas por placer. Tienen que cumplir su función, servir como cantos fúnebres, como acompañamiento para la danza o para dar la serenata a la amada^[9].

Podía haber añadido que el ritmo coordina la acción muscular, aligera la carga del trabajo manual y retrasa la fatiga. Nuestra música occidental es un legado de la Iglesia. Es necesario recordar que, durante siglos, la iglesia fue el lugar de encuentro principal de todas las ciudades y aldeas. La función de la música era colectiva: evocar la emoción del grupo como parte del acto de culto.

Las sociedades preindustriales apenas tienen noción de la persona como una entidad independiente. Un psiquiatra nigeriano contaba que cuando un psiquiatra clínico se establecía por primera vez en un distrito rural de Nigeria para tratar a los enfermos mentales, la familia acompañaba siempre al enfermo e insistía en estar presente en la entrevista del paciente con el psiquiatra. La idea de que el paciente exista como un individuo separado de la familia, o de que pueda tener problemas personales que no quiera compartir con ellos, no existía entre los nigerianos que todavía llevaran una vida rural tradicional. En su libro titulado *Social Anthropology*, Edmund Leach refiere que

el *ethos* individualista es algo fundamental en la sociedad occidental contemporánea, pero está llamativamente ausente en la mayoría de las sociedades que estudian los antropólogos sociales^[10].

El desarrollo del individualismo y, por tanto, de la concepción moderna del artista, se vio acelerado por la Reforma. Aunque Lutero era un asceta que combatía la riqueza y el lujo, también fue un individualista que predicó la supremacía de la conciencia individual. Hasta el siglo XVI, la medida última de las actividades e instituciones humanas no sólo era religiosa, sino que estaba promulgada por una Iglesia occidental universal. Como muestra Tawney con mucha elocuencia en *Religion and the Rise of Capitalism*, por muy a menudo que los hombres mostraran codicia y ambición personal, no había ni mucho menos una idea admitida por todos sobre cómo *debía* comportarse el individuo. La idea de que cualquiera debía procurarse sus propios medios económicos hasta donde quisiera, siempre que lo hiciese dentro de la ley, era ajena a la mentalidad medieval, que contemplaba el alivio de la pobreza como un deber y la acumulación de riqueza individual como un peligro para el alma.

La Reforma hizo posible que se desarrollara el calvinismo y que se estableciera la ética protestante del trabajo. No pasó mucho tiempo antes de que la pobreza se

considerara un castigo a la ociosidad o a la dejadez, y la acumulación de riqueza una recompensa a las virtudes de la industriosidad y la frugalidad.

Durkheim señaló más tarde que el desarrollo del individualismo también estaba relacionado con la división del trabajo. A medida que las sociedades crecían y se hacían más complejas, la especialización ocupacional condujo a una mayor diferenciación entre los individuos. El crecimiento de las ciudades fomentó unas relaciones sociales más débiles y menos íntimas; y, al tiempo que el individuo ganaba libertad personal para emanciparse de los lazos más cercanos que caracterizan a las sociedades más pequeñas, se volvía más vulnerable a la *anomia*, la alienación resultante de la pérdida de la adaptación a un código tradicional.

En la tesis a la que me he referido, Abbs señala que, según el *Diccionario de Inglés de Oxford*, no fue hasta 1674 cuando la palabra *self* (yo) adquirió su sentido moderno de «sujeto permanente de sucesivos y diversos estados de conciencia». Después, pasa a enumerar una lista de ejemplos de palabras compuestas de *self*, unida a otras palabras que entraron a formar parte del lenguaje más o menos en la misma época.

Self-sufficient (autosuficiente, 1598), self-knowledge (conocimiento de sí, 1613), self-made (hecho a sí mismo, 1615), self-seeker (interesado, 1632), selfish (egoísta, 1640), self-examination (introspección, 1647), selfhood (individualidad, 1649), self-interest (interés propio, 1649), self-knowing (conocedor de sí mismo, 1667), self-deception (autoengaño, 1677), self-determination (autodeterminación, 1683), self-conscious (consciente de sí, 1687)^[11]

Abbs también señala que la palabra *individuo* significaba inicialmente *indivisible*, y que podía aplicarse, por ejemplo, a la Trinidad o a una pareja casada, queriendo significar «para no separarse». Abbs escribe:

La inversión gradual del significado de la palabra «individual», su desplazamiento de lo indivisible y colectivo a lo divisible y distintivo lleva implícito el paulatino desarrollo histórico de la conciencia, y es prueba de esa compleja dinámica de cambio que separó a la persona de su mundo haciéndole consciente de sí mismo; ese cambio en la estructura del sentimiento que, durante el Renacimiento, dejó de ser una sensación de fusión inconsciente con el mundo para convertirse en un estado de individuación consciente^[12].

En las sociedades en las que la función del artista, ya sea pintor, escultor, músico o escritor, era servir a la comunidad dando expresión a la sabiduría tradicional, se valoraban sus habilidades, no su individualidad. Hoy día, exigimos que muestre originalidad, y que lo que produzca tenga el sello inconfundible de su exclusividad. Tratamos con reverencia a un Tiziano, pero si un historiador nos dice que sólo es una copia, por muy hermosa que sea, es posible que pasemos de largo y no le hagamos caso. El valor comercial de una obra de arte depende de su autenticidad demostrable más que de su valor intrínseco. El arte se ha convertido en una afirmación del individuo y, para el propio artista en sí mismo, en un modo por el que puede tratar de realizarse personalmente.

La autobiografía nació en el confesonario. San Agustín proporcionó el modelo en las *Confesiones*. Sin embargo, la palabra «autobiografía» no se introdujo hasta mucho más tarde. El primer ejemplo del uso de la palabra lo ofrece el *Diccionario de Inglés de Oxford* con una cita de Southey fechada en 1809. A lo largo de los siglos, la autobiografía dejó de ser un relato de la relación del alma con Dios para convertirse en una empresa bastante más parecida al psicoanálisis. Al referir las circunstancias de su vida desde la infancia en adelante, el autobiógrafo trata de definir las influencias que ha conformado su carácter, de retratar las relaciones que más le han influido y de revelar los motivos que le han impulsado a actuar. En otras palabras, el autobiógrafo se convirtió en un escritor que estaba tratando de construir un relato coherente con su vida y, mientras lo hacía, quizá confiando en descubrir su sentido.

En gran medida, el psicoanalista moderno se ocupa de extraer un sentido coherente del relato vital de su paciente del mismo nodo. Como sugerí anteriormente, este es un aspecto importante del reto terapéutico. El psicoanálisis no necesariamente consigue eliminar los síntomas neuróticos de las personas o modificar la estructura básica de la personalidad; pero cualquier empresa que prometa dar sentido en ese terreno a los elementos caóticos de la vida de un individuo seguirá apelando a la gente en solitario.

El género literario autobiográfico es ahora tan popular que los hombres y mujeres sin relevancia ni distinción se sienten impulsados a registrar sus trayectorias vitales. Puede darse el caso de que, cuanto menos integrado esté en la familia y menos nexos sociales sienta un hombre, más sienta que tiene que distinguirse individualmente. La originalidad significa ser suficientemente atrevido como para ir más allá de las normas aceptadas. A veces conlleva ser mal interpretado o rechazado por los iguales. Para aquellos que no son demasiado dependientes o que no están ligados a los demás demasiado estrechamente, es más fácil ignorar las convenciones. Para las sociedades primitivas es difícil admitir decisiones individuales o diversidad de opiniones. Cuando la necesidad prioritaria es preservar la solidaridad de un grupo, la originalidad puede quedar suprimida. Bruno Bettelheim estudió a los adolescentes israelitas que se habían educado en los *kibutz*. Descubrió que el alto valor que se otorgaba a los sentimientos compartidos por el grupo era perjudicial para la creatividad.

Creo que para ellos resulta imposible tener una convicción personal profunda que difiera de la del grupo, o expresarse mediante un fragmento de escritura creativa; no por la represión de los sentimientos individuales, sino porque acabaría con el ego. Si el ego de uno es el ego de un grupo, entonces confrontar el ego privado con el del grupo es una experiencia demoledora. Y el ego personal es demasiado débil para sobrevivir cuando sus aspectos más fuertes, el ego del grupo, desaparecen^[13].

Un manual sobre cómo educar a los niños que ha tenido amplia difusión en la Unión Soviética hace hincapié en la necesidad de fomentar la obediencia en los niños más pequeños, ya que esto «proporciona la base para el desarrollo de la más valiosa de las cualidades: la disciplina». El autor prosigue preguntándose:

¿Y qué hay del desarrollo de la independencia en los niños? Debemos responder: si un niño no obedece y no tiene en cuenta a los otros, entonces su independencia adopta siempre formas desconsideradas^[14].

De los niños soviéticos se dice globalmente que se comportan mejor, que son menos agresivos y que delinquen menos que sus iguales occidentales. Si son menos originales o no es algo a lo que no puedo responder; pero a juzgar por el modo en que los artistas y músicos soviéticos han sido obligados en el pasado a amoldarse a las normas colectivas, parece improbable que en una sociedad colectivista se fomente o se premie la originalidad.

Lo que se ha dado en llamar «cultura de la pobreza» incluye, entre otras características, viviendas superpobladas, gregarismo obligatorio y ausencia de privacidad. Aunque pueden estar influyendo muchos otros factores, entre los que se encuentran carencias educativas, esta vida comunitaria puede ser una razón de la inmensa escasez de miembros con perfil de escritores. Los escritores proceden principalmente de la clase media, en la que se puede acceder más fácilmente a la privacidad, y en la que la solidaridad con los amigos y vecinos no está impuesta tan severamente.

No sólo los más creativos no estarían en absoluto de acuerdo con el argumento de Bowlby de que los vínculos íntimos con otros seres humanos son el eje en torno al cual gira la vida de una persona. Para los más religiosos, y especialmente para aquellos cuya vocación les exige el celibato, el vínculo con Dios tiene prioridad sobre el vínculo con las personas. Aunque estas personas pueden tener éxito amando a sus vecinos tal como son, el precepto de «Amarás a Dios tu Señor con toda tu alma, todo tu corazón y toda tu mente» es verdaderamente «el primer gran mandamiento»^[15]. A lo largo de la mayor parte de la historia conocida de Europa se ha dado por hecho que la felicidad última no debía esperarse de las relaciones e instituciones humanas, sino que sólo podía hallarse en la relación del hombre con la divinidad.

Además, muchos fieles creían que las relaciones humanas eran un obstáculo para la comunión con Dios. Los fundadores del movimiento monástico fueron los ermitaños del desierto egipcio, cuyo ideal de perfección sólo podía alcanzarse mediante la renuncia al mundo, la mortificación de la carne y una vida solitaria de contemplación y disciplina rigurosa. Muy pronto se reconoció que no todos podían llevar la vida del anacoreta y así nació la tradición «cenobita» según la cual los monjes ya no vivían solos, sino que compartían la vida dedicada a Dios en comunidades. Los vínculos íntimos, o los deseos de tales vínculos, no son desconocidos entre los muros de los monasterios, pero se consideran distracciones perturbadoras y se desaconsejan con firmeza.

Aunque el aprendizaje no era un rasgo necesario de la vida monástica, las bibliotecas de los monasterios conservaban los saberes del pasado y atraían a aquellos monjes que tuvieran intereses escolásticos. En los siglos XII y XIII, los monasterios encabezaron un resurgir intelectual y fueron preeminentes en historia y biografía^[16]. Quizá la disciplina monástica y la ausencia de lazos personales cercanos no sólo

facilitaban la relación individual con Dios, sino que también favorecían el escolasticismo.

Creo que sería bastante erróneo suponer que todos aquellos que han antepuesto su relación con Dios a sus relaciones con sus iguales son anormales o neuróticos. Algunos de los que escogen la vida monástica o el celibato lo hacen sin duda por razones «equivocadas»: porque han fracasado en sus relaciones humanas, porque les disgusta asumir responsabilidades o porque necesitan un refugio seguro del mundo. Pero esto no es así en todos los casos; y aunque lo fuera, no significaría que esa vida en la que los vínculos íntimos con otros seres humanos tienen un papel poco importante sea necesariamente incompleta o inferior.

Una persona religiosa puede argumentar que los psicoanalistas modernos han idealizado los vínculos íntimos; que las relaciones humanas son necesariamente imperfectas por la naturaleza del hombre, y que animar a la gente a buscar la plena satisfacción en este terreno ha hecho más mal que bien. Como sugerí en la introducción, el creciente predominio del divorcio en los países occidentales se ha producido no sólo porque ha habido un declive en el número de aquellos que se casan de acuerdo con cánones cristianos, sino también porque las personas se han visto reforzadas a creer en la posibilidad de encontrar a la persona «correcta» o la relación ideal.

Mucha gente afortunada establece relaciones íntimas que se mantienen hasta la muerte y que constituyen su principal fuente de felicidad. Pero incluso la relación más cercana está llamada a tener defectos e inconvenientes, y a menudo sucede que las personas son más infelices de lo necesario porque no aceptan esto y son más propensas a separarse. Si se acepta que ninguna relación es siempre ideal, es más fácil comprender por qué los hombres y las mujeres necesitan otras fuentes de satisfacción. Como hemos visto, muchas actividades creativas son predominantemente solitarias. Están relacionadas con la realización y el desarrollo personales en soledad, o con el descubrimiento de algún modelo de vida coherente. El grado hasta el que estas actividades creativas adquieren prioridad en la vida de un individuo varía en función de su personalidad y su talento. Todo el mundo necesita algunas relaciones humanas; pero todo el mundo necesita también algún tipo de satisfacción que sea realmente para sí mismo en solitario. Aquellos que están apasionadamente ocupados en dedicarse a ingresos personales que son importantes para ellos, una vez que tienen amigos y conocidos pueden alcanzar la felicidad sin tener ninguna relación más cercana.

Soledad y carácter

Introversión y extraversión son dos actitudes o tendencias naturales claramente antitéticas, a las cuales Goethe se refirió una vez como sístole y diástole.

C. G. JUNG

La mayoría de los psiquiatras y psicólogos coinciden en que los seres humanos difieren en carácter, y en que estas diferencias son claramente innatas, por mucho que puedan reforzarse o desaparecer por las circunstancias de la infancia o por los sucesos posteriores de la vida de una persona. Esto es particularmente cierto si atendemos a la reacción de cada individuo ante la sociedad. Como poco, todos necesitamos la soledad del sueño; pero, una vez despiertas, las personas difieren mucho en cuánto valoran las experiencias que llevan consigo relaciones humanas y cuánto valoran lo que sucede cuando están solas.

Jung introdujo los conceptos de *extravertido* e *introvertido* en su libro *Tipos psicológicos*, que se publicó por primera vez en 1921. Tras su ruptura con Freud en 1913, Jung atravesó un largo periodo de trastorno mental tan intenso que se describió a sí mismo como «amenazado por una psicosis»^[1]. Esto está vivamente descrito en su autobiografía. Durante los ocho años siguientes publicó muy poco, ya que estaba preocupado fundamentalmente por registrar e interpretar el torrente de visiones, sueños y fantasías que amenazaban con desbordar su entendimiento. No obstante, mientras atravesó este periodo tumultuoso, Jung fue capaz de forjar con él su propio punto de vista independiente; y el primer fruto de ello fue *Tipos psicológicos*.

Jung afirma que acabó por interesarse en el problema de los tipos de personalidad cuando estaba tratando de comprender las interpretaciones alternativas de la naturaleza humana ofrecidas por Sigmund Freud y Alfred Adler. ¿Cómo era posible que psiquiatras enfrentados al mismo material psicológico pudieran erigir explicaciones tan diferentes acerca de su origen y significado? Jung ofrece algunos ejemplos iluminadores de cómo determinados casos pueden explicarse mediante cualquiera de los dos puntos de vista. Escribe:

Si analizamos sin prejuicios las dos teorías, no se puede negar que ambas contienen verdades importantes y, aunque sean contradictorias, no deberían considerarse mutuamente excluyentes. [...] Ahora bien, como ambas teorías son en gran medida correctas —es decir, como ambas parecen explicar bien el material—, se deduce que una neurosis debe de contar con dos aspectos contrapuestos, uno de los cuales está recogido en la teoría freudiana y el otro en la adleriana. Pero ¿cómo es posible que cada investigador vea sólo una parte? ¿Y por qué ambos sostienen que sólo uno de ellos muestra la perspectiva correcta?^[2]

Jung concluía que la diferencia fundamental descansa en el modo en que los dos investigadores contemplaban la relación entre sujeto y objeto. Según el punto de vista de Jung, Freud creía que el sujeto era dependiente de, y en gran medida estaba conformado por, los objetos relevantes; particularmente por los padres y demás influencias importantes de la primera infancia. Por tanto, las dificultades del paciente en las relaciones objétales siguen las pautas establecidas en los primeros años. Éstas se repiten en el fenómeno de transferencia que, como ya hemos visto en el capítulo 1, se ha convertido en la preocupación central de los analistas de muy diferentes escuelas.

Según Jung, para Adler el sujeto tenía que protegerse contra la influencia indebida de objetos relevantes.

Adler se ocupa de cómo un sujeto que se siente reprimido e inferior trata de obtener una superioridad ilusoria mediante «protestas», «acuerdos» y otros recursos dirigidos igualmente contra padres, maestros, regulaciones, autoridades, situaciones, instituciones y cosas similares. Incluso la sexualidad puede encontrarse entre estos recursos. Este punto de vista hace un énfasis indebido en el sujeto, ante el cual la idiosincrasia y la relevancia de los objetos se desvanecen por completo^[3].

Jung continúa:

Sin duda, ambos investigadores contemplan el sujeto en relación con el objeto; ¡pero de qué modo tan distinto consideran esa relación! Con Adler, el énfasis recae sobre un sujeto que, sin importar cuál sea el objeto, persigue su seguridad y supremacía; con Freud, el énfasis recae totalmente sobre los objetos que, según su naturaleza específica, bien favorecen o bien impiden el deseo de placer del sujeto^[4].

Ciertas matizaciones no deben impedirnos caracterizar a Freud y a Adler de este modo. Pero la descripción de Jung deja claro que la actitud de Freud, que él llama *extravertida*, concibe el sujeto como alguien que principalmente busca y se mueve *hacia* los objetos. Por el contrario, Adler adopta la actitud *introvertida* de concebir al sujeto como alguien que básicamente necesita fundar su autonomía e independencia, y por tanto *apartarse* de los objetos.

Jung concibió la extraversión y la introversión como factores caracterológicos que operan desde el comienzo de la vida y que coexisten en cada uno de nosotros, aunque en diferente medida. Indudablemente, la personalidad ideal mostrará ambas actitudes de un modo equilibrado; pero en la práctica, normalmente predomina una u otra actitud.

Según Jung, tanto la extraversión como la introversión exageradas se convierten en neurosis. La extraversión extrema conduce a la pérdida de la identidad individual ante la presión de las personas y los acontecimientos. La introversión extrema amenaza al individuo preocupado por su subjetividad con la pérdida de contacto con la realidad exterior. Cuando se produce alguna de estas exageraciones, se pondría en marcha un proceso inconsciente que trataría de compensar la actitud parcial del individuo. Llegados a este punto, no es necesario que continuemos con las subsiguientes clasificaciones de Jung de los tipos de personalidad; pero regresaremos

a su concepción de la psique como sistema autorregulador en un capítulo posterior, ya que esto está muy relacionado con el desarrollo interno del individuo como entidad independiente y, por tanto, relacionado con el tema principal de este libro.

Otros investigadores han ofrecido clasificaciones que, aunque pueden hacer hincapié en diferentes rasgos de la personalidad, parecen estar íntimamente relacionados con la dicotomía extravertido-introvertido.

El historiador del arte Wilhelm Worringer escribió una conferencia en 1906 que se convirtió en su famoso *Abstracción y naturaleza*. La obra es objeto de un capítulo en *Tipos psicológicos*, pero merece la pena leerse por sí misma. Worringer afirmaba que la estética moderna se basaba en la conducta de contemplación del sujeto. Escribió:

El goce estético es un autogoce objetivado. Gozar estéticamente es gozarme a mí mismo en un objeto sensible diferente de mí mismo, proyectarme en él^[5].

Pero Worringer percibió que el concepto de proyección no era aplicable a amplios periodos de la historia del arte ni a todo tipo de arte.

Esta estética tiene su punto arquimédico solamente en un polo de la sensibilidad artística del hombre. Sólo al converger las líneas que parten del polo opuesto integrará un sistema estético comprensivo.

Con este polo opuesto consideramos una estética que, en lugar de arrancar del afán de proyección sentimental, parte del afán de abstracción. Mientras que el afán de proyección como supuesto de la vivencia estética encuentra su satisfacción en la belleza de lo orgánico, el afán de abstracción halla la belleza en lo inorgánico y negador de la vida, en lo cristalino o, expresándolo en forma general, en toda sujeción a ley y necesidad abstracta^[6].

Worringer consideraba que la abstracción nacía de la ansiedad; un intento del hombre de producir orden y regularidad para enfrentarse a un mundo en el que se sentía bajo el capricho de las impredecibles fuerzas de la naturaleza. La polaridad se presenta entre el temor a la naturaleza y la confianza en ella. Worringer consideraba que la empatía extrema conducía a «perdersé» en el objeto: el peligro, ya mencionado, derivado de la extraversión exagerada. Por el contrario, la forma geométrica representaba una regularidad abstracta que no se daba en la naturaleza. Worringer escribió acerca del hombre primitivo:

En la necesidad e inmutabilidad de la abstracción geométrica podía descansar. Ella no dependía ni de las cosas del mundo exterior ni del mismo sujeto contemplador. Era para el hombre la única forma absoluta concebible y alcanzable^[7].

Por tanto, la abstracción está relacionada con el desapego del objeto potencialmente peligroso, con la seguridad y con una sensación de integridad personal y de poder. Este es también el tipo de satisfacción que experimenta el científico en sus encuentros con la naturaleza. Una nueva hipótesis conduce a una ley que predecirá sucesos, la cual se origina a partir de regularidades percibidas o de cualquier fenómeno que esté estudiando y que, si se demuestra, confirma un mayor

poder sobre la naturaleza. Por ejemplo, investigaciones recientes sugieren que la medición de los cambios de gravedad en las proximidades de los volcanes puede conducir a una capacidad creciente de predecir las erupciones, las cuales son todavía algunas de las catástrofes naturales más poderosas e impredecibles que amenazan las vidas de los seres humanos.

De modo que la abstracción está relacionada con la autoconervación; con la necesidad de introversión adleriana de guardar distancia con el objeto, independencia del mismo y, si es posible, control sobre él.

Estas dos actitudes o polos de la naturaleza humana también se reflejan en la clasificación de los seres humanos de Liam Hudson en *divergentes* y *convergentes*. Hudson se interesó por las preferencias de los niños superdotados; si se sentían atraídos principalmente por las artes o por las ciencias. Descubrió que dichas preferencias estaban relacionadas con otra serie de rasgos del carácter que respaldaban la idea popular de que el artista y el científico son tipos de personas diferentes.

Los convergentes, que tienden a especializarse en las ciencias «duras» o quizá en los clásicos, tienen un tipo de inteligencia que ofrece sus mejores resultados en los tests de inteligencia convencionales en los que sólo hay una respuesta correcta a una pregunta. No son tan buenos en los tests «abiertos», en los que se puede dar más de una respuesta. En su tiempo libre, los convergentes cultivan aficiones mecánicas o técnicas y muestran relativamente poco interés por las vidas de otras personas. Tienen actitudes convencionales hacia la autoridad, son emocionalmente retraídos y pocas veces recuerdan sus sueños.

A diferencia de ellos, los divergentes optan por las artes o la biología como materias predilectas. No son tan buenos en los tests de inteligencia convencionales, y sí mejores en los tests abiertos, en los que se requiere imaginación creadora. Sus actividades de tiempo libre están más relacionadas con las personas que con las cosas. Tienen actitudes no convencionales hacia la autoridad, son emocionalmente desinhibidos y con frecuencia recuerdan sus sueños.

Las versiones modernas de los tests, que pretenden medir la extraversión y la introversión tal como se definen en los libros de psicología, no necesariamente mantienen paralelismos claros entre, por un lado, la extraversión y la divergencia y, por otro, la introversión y la convergencia del modo en que uno podría esperar. Pero aquí sólo nos ocuparemos de un aspecto importante: la relación entre sujeto y objeto. Los divergentes, como los extravertidos, parecen capaces de identificarse con facilidad con otras personas y de abrirse hacia ellas. Los convergentes, al igual que los introvertidos, parecen apartarse de los demás y estar más cómodos con los objetos inanimados o con los conceptos abstractos que con las personas. Esta es una generalización extrema. Ningún ser humano es completamente convergente o completamente divergente; pero estas actitudes parecen manifestarse muy pronto en la vida y ser llamativamente persistentes.

Otra dicotomía que marcha de la mano con la que acabamos de esbozar es la que proporciona Howard Gardner en su libro sobre la importancia de los dibujos de los niños. Distingue entre dos tipos de niños, a los que llama *conceptuales* y *narrativos*. Ambos grupos se describen como iguales en inteligencia y afectividad, pero se caracterizan porque manifiestan «aproximaciones asombrosamente distintas a su experiencia cotidiana». Estas diferencias pueden detectarse desde los tres años o tres años y medio; es decir, más o menos desde el momento en que el niño empieza a vincular el acto de dibujar con su percepción real del mundo que le rodea, en lugar de garabatear simplemente lo que subjetivamente se le ocurre. Gardner escribe:

Por una parte, hemos encontrado un grupo de niños pequeños a los que dimos en llamar *conceptuales*. Estos pequeños analizan el mundo en gran medida en términos de configuraciones que puedan discernir; los modelos y regularidades que encuentran y, concretamente, los atributos físicos de los objetos —colores, tamaños, formas y cosas similares—. Estos conceptuales disponen con entusiasmo unos bloques encima de otros, experimentan con formas sobre la mesa o en sus dibujos incansablemente, emparejan unos objetos con otros constantemente formando parejas, tríos, etc.; pero dedican poco tiempo a representar escenas familiares en el juego y se involucran relativamente poco en conversaciones sociales (aunque, sin duda, entienden lo que se dice).

En marcado contraste con estos pequeños se encuentra la población que hemos calificado de *narrativos*. Estos niños están muy interesados en la estructura de los sucesos que se desarrollan en sus proximidades — las acciones, aventuras, golpes o conflictos que acontecen en el mundo de los individuos, así como los fantásticos cuentos que describen sucesos aún más emocionantes, los cuales piden que se les cuenten una y otra vez—. Mientras los conceptuales se aferran a las actividades del dibujo, el modelado de arcilla o la colocación de filas de números, los narrativos prefieren ocuparse de simular juegos, escuchar historias o seguir la conversación y el intercambio social con adultos o con iguales. Para ellos, uno de los principales placeres de la vida es inherente a mantener contacto con los demás y celebrar la magnificencia de las relaciones interpersonales. Por el contrario, nuestros conceptuales parecen casi desdeñar el mundo de las relaciones sociales, prefiriendo en su lugar sumergirse (y quizá perderse) en el mundo de los patrones (normalmente visuales)^[8].

Aunque Gardner no utiliza estos términos, creo que queda claro que los conceptuales podrían calificarse de predominantemente introvertidos, o quizá de convergentes potenciales, mientras que los narrativos son predominantemente extravertidos y quizá divergentes potenciales. Es más, los conceptuales, los que están menos interesados en las personas e incluso quizá las evitan, recuerdan a los convergentes en que se preocupan por encontrar o imponer un orden. Los narrativos recuerdan a los divergentes en que se interesan más por las personas y por las narraciones.

Es tentador aventurar la suposición de que, si alguno de estos niños manifestara potencial creador, los narrativos se convertirían en novelistas, poetas o dramaturgos, mientras que los conceptuales se inclinarían más hacia las ciencias o la filosofía. Sólo una investigación que supondría seguir el crecimiento y desarrollo de los dos tipos de niños durante años confirmaría o descartaría esta suposición. Ni siquiera estamos seguros de que estas actitudes sean siquiera tan persistentes como parecen ser. Quizá los que empiezan siendo conceptuales desarrollan posteriormente rasgos más propios de los narrativos, y viceversa.

Lo importante a destacar es que las observaciones de Gardner son otra indicación

de que el énfasis actual en las relaciones como el determinante principal de la salud mental puede ser erróneo. No hay ninguna razón para suponer, partiendo de las descripciones de Gardner, que los niños más introvertidos, los que están más preocupados básicamente por establecer patrones que por las demás personas, sean neuróticos o anormales. Y lo mismo puede decirse de los convergentes de Liam Hudson. Quizá la capacidad para distanciarse de los compromisos con los demás y la capacidad de establecer un modelo coherente de la propia vida son también factores importantes para alcanzar la paz interior y mantener la salud mental.

En el capítulo anterior se hizo referencia a dos factores que favorecían el restablecimiento de una persona de los trastornos neuróticos: primero, la adopción de algún esquema o sistema de pensamiento que pareciera explicar al paciente su perturbación; en segundo lugar, el establecimiento de una relación fructífera con otra persona.

La necesidad de dotar de sentido a la experiencia propia no se reduce, por supuesto, a los trastornos neuróticos, sino que forma parte esencial de la adaptación del ser humano como especie. El desarrollo de la inteligencia, de la conciencia y de la emancipación personal del gobierno de los patrones instintivos han convertido al hombre en un animal reflexivo que siente la necesidad de interpretar y de dar orden tanto al mundo de la realidad exterior como al mundo interior de su imaginación. Gran parte del énfasis depositado sobre el fenómeno de transferencia en el psicoanálisis se debe a que es un elemento común a diferentes escuelas de psicoanálisis. El factor de dotar de sentido a la experiencia del paciente está subestimado en parte porque diferentes psicoanalistas pueden contemplar la misma experiencia de modos muy diferentes.

Finalmente, uno tiene que dar sentido a su propia vida, por mucha e influyente que sea la orientación que haya recibido de sus mentores. El modelo resultante no es necesariamente «verdadero» de ningún modo demostrable, aunque se puede decir que algunos puntos de vista están más cerca de lo que sabemos objetivamente del mundo que otros. Pero la necesidad está ahí; y si parece ser más obvia en la psicología de los introvertidos, convergentes y conceptuales que en la de los extravertidos, divergentes y narrativos, esto no significa que no esté presente por igual en unos y otros. Incluso las personas más introvertidas necesitan algunas relaciones humanas; incluso las personas más extravertidas necesitan algún modelo y orden en sus vidas.

Las diferencias de carácter entre seres humanos pueden estar determinadas de un modo importante por factores genéticos pero, por supuesto, también reciben la influencia de gran variedad de factores ambientales durante el desarrollo individual. Hasta aquí nos hemos ocupado de las variedades del carácter que son «normales», pero las actitudes neuróticas, y también las psicóticas, son sólo exageraciones de tendencias humanas naturales. En el momento de escribir esto, se considera normalmente que la persona muy introvertida es más patológica que la muy extravertida. Esto se debe al énfasis actual en las relaciones objétales y al desprecio

de los procesos que se desarrollan en soledad. Sin embargo, hay una relación entre extraversion e introversión con dos tipos diferentes de personalidad que pueden calificarse de patológicas, y que van gradualmente desde el ligeramente maniático hasta el psicótico. Me referiré a estas dos variedades de la personalidad como *depresiva* y *esquizoide*. Todas estas clasificaciones de la personalidad son inadecuadas, ya que no consiguen hacer justicia a la infinita variedad de hombres. Pero si queremos tratar de comprender los diferentes modos en los que los diferentes tipos de individuos experimentan el mundo, debemos emplear como pautas las clasificaciones. Lo particularmente importante para nuestro propósito actual es que ambos tipos de personas tienen una especial necesidad de estar solos, si bien por razones diferentes.

El capítulo 2 se ocupaba de la capacidad de estar solo. La *necesidad* de estar sólo se diferencia de la *capacidad* de estar solo en lo que lleva implícito de que, en ocasiones, otras personas representan un obstáculo, una interferencia o una amenaza.

A primera vista, puede parecer extraño escribir acerca de extravertidos que necesitan estar solos, ya que, por definición, los extravertidos son gente abierta y sociable cuyo modo de vida global se caracteriza por su relación de confianza en los demás. Sin embargo, como ya sugerimos antes, los extravertidos pueden perder contacto con sus necesidades subjetivas si se ocupan demasiado de sus objetos o se abandonan a ellos. Esto es así de un modo especial en el tipo de persona extravertida que llamo *depresiva*, pero también forma parte de la experiencia de la mayoría de nosotros.

La mayoría de los miembros de las culturas occidentales ha vivido la experiencia de encontrar determinadas situaciones sociales agotadoras, y ha recibido con los brazos abiertos la oportunidad de replegarse en la privacidad con el fin de recuperarse y «ser ellos mismos» de nuevo. Para que la sociedad funcione sin conflictos hay muchas ocasiones en las que uno tiene que fingir; ser hospitalario cuando se está cansado, sonreír cuando se quiere quejarse o, en otras palabras, representar una actitud. Este disimulo es agotador.

La mujer victoriana solía retirarse regularmente a «descansar» por la tarde. Tenía que hacerlo porque la convención reclamaba que estuviera constante e insistentemente atenta a las necesidades de los demás sin ocuparse de las suyas. Su descanso vespertino le permitía recuperarse del papel de oyente atenta y ángel menesteroso; un papel que no le ofrecía ninguna libertad para expresarse. Incluso Florence Nightingale, que estaba muy lejos de ser un ángel menesteroso, descubrió que el único modo que tenía de poder estudiar y escribir era desarrollar una enfermedad neurótica que la liberara de la carga de las obligaciones domésticas y le permitiera retirarse a la soledad de su habitación.

Las excusas son ejemplos de los recursos ocasionales y deliberados del falso yo que se basan en la sumisión, ya descrita por Winnicott y que analizamos en el capítulo 2. Winnicott se ocupó de pacientes que habían adoptado habitualmente esta

máscara desde la infancia; los que habían perdido el contacto con sus verdaderos sentimientos interiores y que, por tanto, no estaban al tanto de que vivían vidas inauténticas. Pero la mayoría de los adultos bien educados sienten que en algunos compromisos sociales deben ser más sumisos de lo normal y saben muy bien que la *persona* que exhiben no refleja sus verdaderos sentimientos. Siempre hay alguna discrepancia entre la cara pública de un individuo y lo que es en privado.

Las personas difieren considerablemente en el grado en el que pueden ser ellos mismos en compañía. Algunos mortales envidiables parecen capaces, desde sus primeros años, de expresar lo que sienten en compañía de gente realmente extraña sin miedo a ser rechazados, desaprobados, contrariados, o sin que les hagan sentirse idiotas. Parece razonable que este tipo de seguridad nazca de repetidas experiencias como las que describe Winnicott: ser capaz, cuando se es muy niño, de estar solo en presencia de la madre sin ansiedad; y, más adelante, sentirse querido y aceptado incondicionalmente.

Para otros individuos, es difícil ser ellos mismos con autenticidad siquiera en presencia de sus cónyuges, amantes, amigos o parientes más íntimos. Sin ir tan lejos como para construir un falso yo que sustituya completamente al verdadero de un modo consciente, estos individuos tienen una necesidad especial de estar solos que va más allá de la demanda ocasional de soledad a la que nos referimos más arriba. Una posibilidad, plausible pero aún no demostrada, es que esta necesidad especial de estar solo en la vida adulta derive de cierto grado de inseguridad en el apego en la infancia temprana o haya sido potenciada por ella. El niño que, de pequeño, no ha creado lazos firmes de confianza con las figuras de apego puede reaccionar con los padres, y posteriormente con otras personas, de modos muy diferentes. El primero es el *sosiego*; el segundo, la *evitación*. Trataré de mostrar que el sosiego está asociado al desarrollo de una personalidad depresiva, mientras que la evitación está asociada al desarrollo de una personalidad esquizoide.

Todavía no estamos en condiciones de determinar todos los factores que hacen que un niño cree vínculos seguros o no. Como señalamos en el capítulo 1, el apego varía en calidad e intensidad. No cabe duda de que la inseguridad, aunque a veces sea consecuencia de un trato descuidado, de falta de cariño o de rechazo de parte de la madre, no siempre es culpa suya. Los niños difieren genéticamente y algunos pueden ser incapaces de establecer lazos de apego seguros, por mucho cariño que se les prodigue. Este es el caso de los niños que posteriormente se califican de «autistas».

Podemos esbozar un patrón de interacción común entre padre e hijo que desemboca en inseguridad y exceso de sumisión. Un niño que no es rechazado ni maltratado de ningún modo, puede llegar a sentir que el amor de sus padres está condicionado. Estos niños llegan a creer que el mantenimiento del amor de los padres hacia él y, por tanto, su seguridad, no depende de su yo auténtico, sino de lo que sus padres quieren que sea. Los padres que inducen este tipo de creencia en sus hijos con frecuencia se preocupan muchísimo por su bienestar, pero pueden llegar a exigir altos

niveles de «buen» comportamiento que hacen que el niño crea que sus impulsos instintivos y sus respuestas espontáneas son equivocadas. En casos extremos, esto conduce a la formación de un falso yo construido para identificarse con los padres y a la represión absoluta de su verdadero yo. En casos muy extremos, el niño despliega un falso yo cuando está en compañía de otros, pero mantiene su verdadero yo, que emerge sólo cuando está solo. Esta es una razón para desarrollar una especial necesidad de estar solo.

Un niño que muestra este tipo de sumisión parcial, claramente no va a interiorizar la sensación interior de valía que desarrollan los niños que están seguros de que el amor de sus padres hacia ellos se mantendrá incondicionalmente. La confianza en la valía y la importancia de uno mismo como sujeto individual único es una de las posesiones más valiosas que se puedan tener. Si los factores genéticos están o no relacionados con el desarrollo de este tipo de confianza, sin duda está fomentado o entorpecido por la calidad del amor que prodigan los padres.

Los niños que sienten que tienen que ser sumisos hasta el punto de negar parcialmente, o reprimir, sus verdaderas naturalezas, están condenados a ser dependientes de fuentes externas para mantener la autoestima. Un niño así se convertirá en un adulto que seguirá sintiendo que tiene que tener éxito, ser bueno o ser aprobado por todo el mundo para mantener la sensación de valía. Esto le hace especialmente vulnerable a los reversos de la vida que todos tenemos que soportar: fracasar en un examen o en una selección para un puesto de trabajo, ser rechazado por una amante real o potencial, o sufrir un duelo o cualquier otro tipo de pérdida. Estos sucesos desagradables nos hacen sentir agraviados o desanimados, o ambas cosas, a todos; pero en el caso de aquellos que no cuentan con una autoestima natural, puede precipitar una caída devastadora en el infierno de una depresión aguda.

La gente que reacciona ante la desaprobación, el fracaso o la pérdida deprimiéndose tanto que están claramente «enfermos» parecen carecer de todo recurso interior hacia el que puedan volverse para hacer frente a la desgracia. Los azares que para otros representan desafíos desencadenan en ellos sentimientos de desesperanza e indefensión. Algunos hombres de negocios que se arruinan, se esfuerzan y comienzan una nueva empresa. Otros se tiran por la ventana de un piso trece. Este último grupo se comporta como si no hubiera segundas oportunidades en la vida, como si fueran absolutamente dependientes de mantener su autoestima por encima del éxito de cualquier empresa de la que se ocuparan, sin tener en cuenta pasados éxitos o futuras posibilidades. Es como si todo el amor o el reconocimiento que hubieran obtenido en el pasado no valiera de nada; como si no hubiera nada en su interior hacia lo que volverse, como si no tuvieran ninguna sensación de valer la pena *intrínsecamente*.

Los pacientes que sufren depresiones tan agudas como para recibir el calificativo de psicóticos se quejan con frecuencia de que se sienten *vacíos*; de que hay algo que ha desaparecido, un hueco que no puede llenarse nunca. Las expresiones de este tipo,

especialmente cuando son acompañadas de temor a enfermedades físicas, con frecuencia son desacreditadas como ilusiones hipocondríacas. Es más correcto considerar estas afirmaciones como metáforas que revelan una verdad psicológica. Los pacientes con depresión aguda carecen *realmente* de algo que los demás, la gente menos vulnerable, posee: un sentido bien interiorizado de su propia valía como personas.

La gente que puede caer en este tipo de depresiones agudas son aquellos a los que antes nos referimos como *personalidades depresivas*. Hay que subrayar que esta es una descripción esquemática que no incluye toda la variedad de personas potencialmente deprimidas, sino que puede aplicarse a aquellos que manifiestan este tipo de vulnerabilidad común.

Las personas con este carácter, o que manifiestan esta psicopatología, adoptan normalmente una actitud apaciguadora hacia los demás porque no pueden permitirse no estar de acuerdo o arriesgar nada que pueda ofender o causar desaprobación. Como el precio de la desaprobación es la sumisión, que debe contener cierto grado de disimulo, este tipo de individuos necesita huir de los demás con el fin de no verse obstaculizados por la necesidad de complacer.

Una actitud sumisa hacia los demás que sea «masoquista» puede suponer la represión de la agresividad. La persona que no puede enfrentarse a los demás, o afirmarse cuando es conveniente, reprime su hostilidad. Cuando se deprime, su hostilidad hacia los demás queda desplazada y se vuelve directamente contra sí mismo en forma de autorreproches. Como señaló Freud en su artículo «Duelo y melancolía», los reproches que las personas deprimidas alzan contra sí mismas se explican normalmente como reproches que les habría gustado dirigir a alguien cercano a ellas, pero que no se atrevían a expresar por miedo a contrariar a una persona de cuyo cariño dependen^[9].

Estas personas constituyen una parte considerable de la práctica psiquiátrica. También responden bien al tratamiento psiquiátrico. Es más fácil favorecer la asertividad en alguien tímido que inducir la humildad en alguien presuntuoso. Pero se debe subrayar que no todos los pacientes que padecen depresiones recurrentes son personas como las que acabamos de describir. Los pacientes manícodepresivos, llamados «bipolares» porque sufren episodios alternos de manía o de hipomanía y de depresión, por regla general son menos inhibidos, sumisos o humildes que la gente vulnerable que sólo padece depresiones recurrentes.

Si una persona con una personalidad depresiva tiene alguna clase de talento, puede descubrir que puede expresar mejor su verdadero yo en alguna forma de trabajo creativo mejor que en la interacción con los demás. Como las personas con este carácter normalmente son extravertidos, narrativos en lugar de conceptuales, y divergentes en lugar de convergentes, es probable que cualquier talento que posean sea canalizado en forma de narraciones, obras teatrales, poesía, ópera o cualquier otro

quehacer creador que esté relacionado principalmente con seres humanos, aunque esos seres con los que se relacionen sean criaturas de su imaginación.

En ocasiones se ha señalado que los escritores son reacios a reunirse con otras personas. A menudo, esto sucede porque sus verdaderas personalidades emergen sólo en sus escritos, y quedan disimuladas durante los intercambios ordinarios de la vida social. Esto no se aplica a todos los escritores; sólo a aquellos que manifiestan el carácter que acabamos de describir. Los escritores, como los demás artistas, ofrecen gran variedad de temperamentos, desde la rimbombancia de un Balzac hasta el aislamiento de un Kafka, pero es particularmente común entre ellos el carácter depresivo.

El segundo tipo de personas que muestran una necesidad especial de estar solos son los introvertidos, a los cuales cuando están perturbados o son claramente patológicos se les llama *esquizoides*. Se ha sugerido anteriormente que puede haber cierta relación entre el desarrollo de este tipo de personalidad y el tipo de comportamiento infantil que los teóricos del apego llaman *evitación*. Una vez más, debemos subrayar que esta relación es sólo especulativa, y que ni siquiera aunque quedara demostrada por la investigación resolvería el problema de en qué medida esta personalidad está determinada por la naturaleza o por la educación.

En el capítulo 1 acudimos a la obra de Bowlby sobre el comportamiento de los niños pequeños que han sido separados de sus madres. Cuando se reúnen con ella después de un periodo de separación, los niños manifiestan rechazo desviando la mirada, volviendo la espalda a la madre y rehuyendo el contacto. Si se les coge en brazos, el niño que manifiesta rechazo puede llorar y enrabiarse, y dejar de hacerlo sólo cuando se le suelta. Por el contrario, si no llora ni se enrabieta, puede extender los brazos hacia algún objeto que haya en la habitación y, cuando se le suelta, dedicarse a este objeto antes que a la madre. Normalmente, esta conducta de evitación es temporal y desaparece tras un periodo de tiempo, el cual depende en parte de la duración del periodo de separación y en parte de la relación anterior del niño con la madre.

Pero la separación no es la única circunstancia que favorece la conducta de evitación. Según Mary Main y Donna R. Weston, es probable que las madres que muestran aversión al contacto físico con el niño durante los primeros tres meses de la vida de éste induzcan la conducta de evitación en él antes de que transcurra su primer año de vida. Las madres que exhiben conductas de ira o que amenazan inducen también el rechazo de sus hijos.

Las madres de los niños que rechazan a sus madres ridiculizan a sus hijos o hablan de ellos o con ellos con sarcasmo; algunas los miran con desprecio^[10].

Las madres que van más allá y pegan realmente a sus bebés producen niños que, comparados con otros,

rechazan más a sus iguales y a sus cuidadores en respuesta a sus iniciativas, es más probable que los agredan o que amenacen con agredirlos y suelen mostrarse más agresivos con sus cuidadores impredeciblemente^[11].

Además, las madres que responden con frialdad, es decir que no manifiestan placer al responder a sus bebés ni ninguna otra reacción siquiera cuando éstos las atacan, también producen la conducta de evitación en sus hijos. Ninguna de estas descripciones de la conducta materna implica que este comportamiento sea la *única* causa del rechazo del niño. También pueden estar implicadas las diferencias genéticas o las lesiones cerebrales.

Es necesario hacer más investigaciones para poder ofrecer una interpretación fiable de la función biológica de la conducta de evitación; pero una idea interesante, particularmente relevante para el tema principal de este libro, es que el rechazo puede permitir al niño mantener el control, la flexibilidad y la organización de su propia conducta. Mary Main y Donna Weston escriben:

¿Qué es «desorganización conductual»? Puede decirse que el comportamiento es desordenado cuando oscila entre extremos opuestos sin relación con cambios en el entorno, o cuando aparece repetidamente en un entorno que no lo requiere^[12].

Cuando las madres amenazan a sus hijos, y rechazan también el contacto físico con ellos, los sitúan en una posición imposible. Las amenazas de cualquier tipo y de cualquier fuente estimulan la necesidad intensa de apego por parte del niño, ya que la función principal del apego es la protección de las amenazas peligrosas. Pero si la fuente de la amenaza es la persona misma a la que el niño debe volverse para buscar protección, entonces el niño se enfrenta a un conflicto que no puede resolver. Situado en una posición así, el niño manifiesta vacilación entre la conducta de acercamiento, la de evitación y el enfado.

No hay duda de que la evitación supone una perturbación más profunda en la relación entre el niño y su madre que la sumisión. Esto puede estar relacionado con el hecho de que la evitación se manifiesta en una etapa anterior del desarrollo del niño que la mucho más compleja conducta de sumisión. La evitación está relacionada con el miedo a sufrir daños o ser eliminado por la hostilidad. La sumisión está relacionada con el miedo a perder el cariño. La evitación sugiere dudas sobre si alguna vez se ha sido objeto de amor. La sumisión supone el reconocimiento de que hay cariño para uno, pero dudas acerca de si durará.

Estos patrones de conducta se manifiestan de modo más obvio en los tipos de personalidad patológicos que justifican los calificativos de «esquizoide» o «depresivo», pero también pueden detectarse como factores subyacentes en las actitudes de la gente «normal» hacia otras personas. Los estudiosos de la obra de Melanie Klein vincularán a la primera de estas ideas otra dicotomía más: las etapas del desarrollo infantil que ella describió como la «etapa esquizoide-paranoica» y la «etapa depresiva». Aunque muchos conceptos de Melanie Klein no han sido demostrados aún, y siguen siendo indemostrables, su creencia en que lo que subyace

e influye en las actitudes emocionales de la gente «normal» son mecanismos «psicóticos» es convincente. Por ejemplo, sólo si aceptamos la existencia de un vago potencial paranoide latente en los periodos de descanso de la mente normal podemos explicar los engaños masivos que desembocaron en la persecución de las brujas y en la matanza nazi de los judíos. Enormes cantidades de hombres y mujeres normales sostuvieron creencias sobre las brujas y los judíos que, si hubieran sido manifestadas por una o dos personas en lugar de por comunidades enteras, habrían sido descalificadas como fantasías paranoides. En las mentes de todos nosotros operan fuerzas mentales irracionales extremadamente primitivas que normalmente están ocultas y controladas por la razón, pero que se abren paso en el comportamiento de aquellos a los que llamamos enfermos mentales, y que también se manifiestan en la conducta de la gente normal cuando se encuentra bajo amenaza u otras formas de presión. Nadie es tan exquisitamente equilibrado como para no usar hasta cierto punto la evitación o la sumisión en sus encuentros con otras personas. Aun así, estas actitudes pueden estar relacionadas con razón con las variedades muy tempranas de la conducta de los niños que hemos descrito más arriba, y también con los fenómenos patológicos propios de los enfermos mentales.

Uno de los rasgos más característicos de las personas a las que los psiquiatras califican de esquizoides es su incapacidad para establecer relaciones cercanas con las personas sin sentirse amenazados. El dilema esquizoide típico es una necesidad desesperada de cariño unida a un temor igualmente desesperado a la implicación personal. Kafka fue un escritor que encarnaba vivamente este dilema en su forma más extrema, y que también utilizó la evitación en la vida adulta con el fin de poder utilizar su escritura como medio de eludir la «desorganización conductual».

Aunque Kafka, durante su corta vida, hizo ciertos amigos que estaban unidos a él profundamente y que a veces le idealizaban, decía que, incluso con su amigo más íntimo y posterior biógrafo, Max Brod, nunca había sido capaz de mantener una conversación prolongada en la que se hubiera desnudado realmente. Los extraños siempre representan una amenaza. En una carta fechada en junio de 1913, Kafka escribió:

Pero si estoy en un lugar desconocido, entre gente extraña o gente que siento como extraña, toda la habitación me oprime el pecho y soy incapaz de moverme, mi personalidad al completo parece meterse prácticamente bajo la piel y todo se vuelve desesperado^[13].

Durante la infancia y la adolescencia, Kafka estaba muy avergonzado de su cuerpo, al que él consideraba desgraciadamente escuálido y débil. Hasta que no tuvo veintiocho años no se sintió capaz de aparecer en una piscina pública sin vergüenza. Su extrañeza del cuerpo, que es algo típico de las personalidades esquizoides, contribuyó a alimentar sus dudas sobre el valor de su propia existencia y sus temores de que otras personas pudieran arrollarlo y destruirlo. Incluso cuando tenía dolor de estómago se imaginaba que el dolor estaba causado por un extraño que le atacaba con

una cachiporra. Esta fantasía paranoide es comparable literalmente a aquellas otras atribuidas por Melanie Klein a los niños que todavía se encuentran en la fase esquizoide paranoica de su desarrollo. Según su explicación, el niño, a causa de su indefensión, reacciona hacia la frustración como si fuera una persecución, y teme que los poderosos padres de quienes depende le destruyan. Según el punto de vista de Klein, los niños atribuyen a aquellos que les cuidan impulsos muy destructivos, los cuales en realidad forman parte de su propia psicología; es decir, emplean el mecanismo psicológico de la proyección paranoide. En la vida posterior, el sufrimiento puede resucitar estas emociones tempranas y por eso se experimentan como un ataque al yo procedente del exterior antes que como una experiencia interna. Tanto si uno acepta la concepción de Melanie Klein de la psique del niño durante los primeros meses de vida como si no, el relato de Kafka de su reacción ante los extraños y ante el dolor físico atestigua sin duda la persistencia y la importancia de la proyección paranoide en su psicología.

Dado este carácter, no es de extrañar que Kafka tuviera dificultades en sus relaciones con las mujeres. Mantuvo una relación seria durante cinco años con una joven llamada Felice Bauer, a la que le propuso matrimonio en junio de 1913. Pero durante la totalidad de este periodo, la pareja, que vivía respectivamente en Praga y Berlín, se reunió únicamente unas nueve o diez veces, a menudo nada más que durante una hora o dos. La relación fue casi totalmente epistolar. Las cartas de Kafka, que con frecuencia son irritantes, muestran una intensa necesidad de Felice y una penosa ansiedad acerca de su paradero, incluso acerca de lo que lleva puesto o de lo que come. Exige respuestas instantáneas a sus cartas diarias y se disgusta mucho si no sabe de ella. Pero la presencia real de Felice es retratada como una amenaza, al menos cuando Kafka está escribiendo:

Una vez dijiste que te gustaría sentarte a mi lado mientras escribo. Fíjate bien; en ese caso no podría escribir. Porque escribir significa desnudarse hasta el límite. Ese extremo de autorrevelación y entrega en el que un ser humano, cuando se relaciona con los demás, sentirá que se está perdiendo, y del que, por tanto, siempre se retraerá mientras su mente esté bien —porque todo el mundo quiere vivir mientras está vivo—, ni siquiera ese grado de autorrevelación y entrega, digo, es suficiente para escribir. Escribir lo que aflora a la superficie de la existencia —cuando no hay otra salida y los pozos más hondos se han secado— no es nada, e impide la ocasión de una emoción más sincera que haga sacudirse a esa superficie. Esta es la razón por la que uno no puede estar nunca suficientemente solo cuando escribe, por la que nunca puede haber silencio suficiente alrededor cuando uno escribe, por la que ni siquiera la noche es noche suficiente^[14].

No hace falta decir que la boda no se celebró. La necesidad de Kafka de estar solo cuando escribe puede interpretarse, a primera vista, simplemente como una reticencia a dejar que nadie vea o critique al yo que está revelando su escritura «hasta el límite». Sin duda pudo haber pensado que necesitaba revisar y editar lo que sentía que era tan intensamente personal antes de dejar que siquiera su querida Felice lo leyera. Pero su ansiedad va más allá de esto. La cercanía real amenazaba con socavar la débil organización de su psique. Kafka estuvo al borde de la psicosis. Eric Heller escribe:

Por supuesto que hay una disposición semejante a la locura, separada sólo de ella por un escritorio, por una imaginación capaz de mantener unido lo que parece tener una irresistible tendencia a dispersarse, y por una inteligencia de una integridad suprema^[15].

Este modelo de intensa relación emocional con el papel, unido a la distancia real de la amada, se repitió en su posterior relación con Milena Jesenská. No fue hasta el último año de su vida, cuando estaba muriéndose de tuberculosis, cuando Kafka fue realmente capaz de cambiar y vivir con una mujer, Dora Dymant. Aun entonces, se refirió a este paso como

un movimiento temerario que sólo puede compararse con algún evento histórico grandioso, como la campaña rusa de Napoleón^[16].

El temor de Kafka era que la relación íntima amenazara lo único que le mantenía sano: su capacidad para mantener unidas mediante la escritura las partes en conflicto de su personalidad. Sin esto, «todo se desmorona, el centro ya no puede sostenerse»^[17]. La persona a la que Kafka más necesitaba era también una amenaza perpetua.

Sugerí más atrás que las personalidades introvertidas o esquizoides, cuando están dotadas de destrezas creadoras, son más propensas a dedicarse a la filosofía o a las ciencias puras que a la ficción, ya que se ocupan de crear modelos antes que de contar historias. Kafka es un ejemplo tan conmovedor de lo que he llamado el dilema esquizoide que no podía abstenerme de citarlo, aun cuando, a primera vista, pueda parecer que no se ajusta a esta hipótesis. Pero el aterrador universo de ficción de Kafka difícilmente puede relacionarse con la gente real. Muchos de sus personajes ni siquiera tienen nombre, sino que se les distingue simplemente por sus funciones: portero, guardián u oficial. El universo de Kafka es esencialmente el del ser humano amenazado por fuerzas impersonales que no puede comprender ni dominar; el estado de cosas que, según el punto de vista de Worringer, produce abstracción antes que empatía.

Aún queda pendiente otra cuestión. La ambigüedad kafkiana hacia Felice y Milena recuerda inevitablemente a la del niño que rechaza y teme a la mismísima persona de la que más depende. Pero ¿hay realmente alguna justificación para relacionar los rasgos de la personalidad adulta con el comportamiento infantil? Creo que sí, aunque soy consciente de que algunas investigaciones demuestran que los niños pueden cambiar mucho con los años como consecuencia de diferentes conjuntos de circunstancias.

Hay una curiosa paradoja relacionada con este problema que merece la pena señalar. Los genetistas, y muchos psicólogos, suponen que la herencia es mucho más importante que el entorno para determinar la personalidad adulta. Los psicoanalistas creen que los factores ambientales, especialmente aquellos que operan en el bebé y en la primera infancia, son las fuerzas primordiales que conforman lo que serán las personas. Pero los dos bandos unen sus fuerzas al suponer que estos factores

diferentes actúan sobre el individuo muy pronto en su vida y que el bebé es necesariamente el padre del hombre o la madre de la mujer que será, sin prestar mucha atención a la posibilidad de que los sucesos posteriores de la infancia y la adolescencia sean también determinantes importantes de la personalidad adulta.

8

Separación, aislamiento y desarrollo de la imaginación

*Creo que podría volver y vivir por un tiempo con los animales... son tan plácidos y retraídos,
Me paro a mirarlos a veces durante medio día.*

WALT WHITMAN

En el capítulo 6 sugerimos que en todos los seres humanos existe un mundo interior de fantasía, y que para muchos individuos las aficiones en las que toma parte la imaginación son tan importantes como las relaciones interpersonales para que sus vidas tengan sentido. No hay nada patológico en el ejercicio de la imaginación. No podemos prescindir de la fantasía: si pudiéramos, perderíamos mucho de lo que nos hace específicamente humanos. Pero, como uno puede suponer, la capacidad para la imaginación tiende a desarrollarse particularmente en los individuos con talento que, por una u otra razón, han tenido infancias un tanto solitarias. Ya hemos señalado que los efectos de la soledad pueden ser nocivos o beneficiosos según las circunstancias. A menos que esas circunstancias sean tan gravemente perjudiciales que produzcan perturbaciones mentales, la ausencia o privación parcial de relaciones interpersonales favorece el desarrollo de la imaginación.

Está generalmente admitido que la fantasía está especialmente activa en la infancia y que es un recurso particularmente evidente en los niños que pasan gran parte de su tiempo solos, ya sea porque no hay más niños o porque para ellos es difícil establecer relaciones con sus iguales. Muchas veces, las personas que posteriormente dedican su vida a quehaceres en los que la imaginación desempeña un papel principal empezaron a hacerlo en la infancia en mayor medida que la media porque las circunstancias de la separación, el abandono o el aislamiento forzoso les impulsaron en esa dirección. Los niños aislados inventan a menudo compañías imaginarias. Otros van mucho más allá e inventan historias en las que intervienen gran cantidad de personajes imaginarios.

Diferentes tipos de privaciones en las primeras etapas de la vida hacen difícil a aquellos que las sufren establecer vínculos íntimos. Pero el desarrollo de un mundo imaginario puede a veces servir como alivio para la infelicidad, como compensación de una pérdida y como cimiento para posteriores logros creativos. Algunos niños abandonados o muy aislados pierden toda esperanza de establecer vínculos íntimos duraderos y sólo se arriesgan a embarcarse en relaciones que no sean tan cercanas. Las relaciones que establecen algunas personas con talento creador pueden ser limitadas, incompletas o tormentosas. Los artistas creadores con frecuencia escogen

relaciones que favorezcan su trabajo, en lugar de relaciones que sean intrínsecamente beneficiosas, y sus cónyuges pueden tener la sensación fácilmente de que las relaciones conyugales ocupan un segundo lugar. Pero esta secuencia de hechos no es invariable. Hay ejemplos de personas que de niños llevaron vidas aisladas, pero que, no obstante, fueron capaces de establecer relaciones cercanas cuando se hicieron adultos. Tampoco es algo nuevo que las personas creativas, una vez que han establecido una relación íntima, puedan perder parte de sus impulsos creadores.

Anthony Trollope es un ejemplo de novelista que atribuyó el desarrollo de su imaginación creadora al aislamiento prematuro. En su autobiografía, Trollope describe la miseria de su etapa escolar en Harrow y Winchester. Como consecuencia de la pobreza, su padre no pagaba las facturas del colegio y el hijo dejó de disponer de dinero propio. Esto llegó a saberse entre sus compañeros. Como era grande, feo y desmañado, se convirtió en lo que él llamaba un «paria» que no tenía amigos y que era despreciado por sus compañeros. Se refugió en la fantasía.

Cuando era un muchacho, incluso de niño, en gran medida me volví contra mí mismo. Hablando de mi etapa escolar, he explicado cómo llegó a suceder que los demás niños no jugaran conmigo. Por tanto, estaba solo y tenía que jugar conmigo mismo en mi interior. Entonces, como siempre, jugar a cualquier cosa era algo necesario para mí. No sentía inclinación por los estudios y no me complacía estar ocioso siempre. Así que acabó por suceder que siempre anduviera por ahí con algún castillo en el aire sólidamente construido en mi imaginación.

Trollope describe que estas fantasías compensatorias ocuparon seis o siete años de su vida antes de que abandonara la escuela y empezara a trabajar en la oficina de correos, y que se mantuvieron en su mente incluso después de que hubiera empezado a trabajar.

Me imagino que difícilmente puede haber una práctica mental más peligrosa; pero con frecuencia me he preguntado si, de no haber sido por esta costumbre, habría escrito una novela alguna vez. Así aprendí a mantener el interés por una historia ficticia, a vivir en una obra nacida de mi propia imaginación, y a vivir en un mundo completamente ajeno al mundo de mi vida propiamente material^[1].

Esta valoración peyorativa de Trollope de sus ensoñaciones como «peligrosas» recuerda la visión puritana de Freud de la fantasía como algo al mismo tiempo infantil y evasivo. Si bien es cierto que la vida de la fantasía de Trollope resultó estar tan íntimamente relacionada con el mundo exterior que algunos críticos han despreciado sus novelas porque eran terrenales, pedestres y carentes de imaginación. Sin embargo, C. P. Snow lo califica de «el psicólogo y naturalista más exquisito de todos los novelistas del siglo XIX»^[2].

Seguramente Snow tiene razón al atribuir la capacidad para la observación de Trollope a su infelicidad prematura. Como hemos visto en otros casos, sentirse rechazado conduce a menudo a mantenerse vigilante; a una estimación cautelosa de los sentimientos y del comportamiento de los demás que pueda causar males

posteriores si uno no aprende a complacerlos. En este sentido, el novelista en ciernes aprende a observar a los seres humanos y a aventurar sus intenciones.

Beatrix Potter es un interesante ejemplo de escritora que tuvo una infancia principalmente aislada que, aunque no fue abiertamente infeliz, hizo que fuera sumamente tímida y callada cuando estaba con otros. La biografía que hizo de ella Margaret Lañe, *The Tale of Beatrix Potter*, se publicó por primera vez en 1946. Humphrey Carpenter, en su capítulo sobre Beatrix Potter en *Secret Gardens*, acusa a Margaret Lañe de exagerar la soledad prematura y las dificultades de la escritora para establecer relaciones^[3]. Carpenter señala que, en 1946, los diarios secretos de Beatrix Potter, escritos en un código de su propia invención, todavía no se habían descifrado; y afirma que, si hubieran estado disponibles, Margaret Lañe habría dibujado una imagen distinta de ella. En cualquier caso, en 1986 apareció una segunda edición de la biografía de Margaret Lañe en la que hace bastante uso de los diarios y agradece muchísimo a Leslie Linder que descifrara el código de Beatrix Potter y que dedicara nueve años a transcribir lo que ésta había escrito.

Beatrix Potter nació el 28 de julio de 1866 y fue hija única durante sus cinco primeros años. Los padres obsequiosos a veces pueden compensar la soledad de una hija única enviándola a la guardería, invitando a otros niños a casa o buscando otras formas de garantizar que se relacione con otros niños de su edad. No se pensó que ninguno de estos entretenimientos fueran necesarios para Beatrix Potter. Se le buscó una niñera escocesa, le daban de comer en el cuarto de los niños y, por las tardes, la llevaban de paseo. ¿Qué más podía pedir una niña de clase media criada en los acomodados alrededores de Kensington?

Nunca fue a la escuela, tampoco compartió la vida de sus padres de ningún modo extraordinario y no tuvo ninguna oportunidad de mezclarse con otros niños, aparte de los encuentros ocasionales con sus primos. Sus padres no recibían invitados en casa; el ambiente era sofocantemente serio y no se hacía ningún esfuerzo por satisfacer las necesidades de los niños. Cuando Beatrix Potter vio por primera vez las Caballerizas Reales, el Almirantazgo y el palacio de Whitehall tenía diecinueve años, ya que el carruaje de Potter pocas veces abandonaba el entorno inmediato de South Kensington. No es de extrañar que se sintiera incómoda con las compañías. Sus únicas fugas de este «mausoleo Victoriano», como lo llamaba un primo suyo, eran las visitas a su abuela paterna a una casa cerca de Hatfield, las visitas esporádicas a otros parientes y una fiesta familiar anual en Escocia, en donde empezó a interesarse por las vidas de los animales y a urdir fantasías con ellas. Aprendió a leer con las novelas de Waverley de Walter Scott. Sus primeros pasos literarios parecen haber sido himnos y «descripciones sentimentales del paisaje escocés»^[4].

En determinado momento, apareció un hermano más pequeño; pero en cuanto fue suficientemente mayor, fue enviado a un internado. Una institutriz, la señorita Hammond, se convirtió en una presencia alentadora que fomentó el interés de Beatrix Potter por la naturaleza y el dibujo, pero se marchó en la primera adolescencia de la

niña alegando que su alumna la había superado. Aunque llegaron otras institutrices externas para enseñarle alemán y francés, Beatrix Potter pasaba la mayor parte de su tiempo sin compañía humana. Pero se las arregló para tener mascotas: un conejo, un par de ratones, algunos murciélagos y una familia de caracoles. Margaret Lañe escribe:

Trabó amistad con los conejos, los erizos, los ratones y los pececillos del mismo modo que un recluso solitario la habría trabado con un ratón^[5].

Es curioso que, cuando su diario en clave fue finalmente descifrado, no fuera revelado ningún secreto que pareciera exigir disimulo. Margaret Lañe escribe con mucha perspicacia:

Ninguna declaración escondida, ninguna fantasía secreta, ni siquiera, es curioso, muchas quejas. Parece haberse embarcado en esta labor de muchos años casi a pesar de sí misma, impulsada por una incansable urgencia por emplear sus facultades, por ensanchar su mente, por no dejar escapar nada relevante, por crear algo^[6].

Beatrix Potter escribió el diario hasta los treinta años. Aunque su contenido no tenía mucho interés, el hecho de que lo escribiera con asiduidad durante tantos años revela que para ella era una afirmación importante de su identidad como individuo. En una casa en la que se prodigaba poco reconocimiento a la individualidad aislada de un niño, una afirmación de la identidad de esta naturaleza puede hacer parecer al niño que está enfrentado a sus padres y, por tanto, obrando mal. Esta puede ser la razón por la que el diario hubiera de escribirse en clave.

Su otra actividad creadora era el dibujo, para el que, según muestran sus libros, estaba deliciosamente dotada.

Cuando tenía diecisiete años, Beatrix Potter aprendió alemán con Annie Cáster, de la que se hizo muy amiga. Cuando la señorita Cáster se casó, Beatrix siguió manteniendo correspondencia con ella e interesándose por sus hijos. El mayor de éstos, un niño llamado Noel, sufrió una larga enfermedad cuando tenía cinco años. Con el fin de entretenerlo, Beatrix le envió una larga carta ilustrada en la que le relataba las aventuras de Peter Rabbit. Esto fue editado como libro a título particular en 1901, y luego lanzado al mercado públicamente por Wame & Company en 1902.

Durante los diez años siguientes, a *El cuento de Perico el conejo tavieso* le siguieron *El cuento de la ardilla Nogalina*, *El cuento de la oca Carlota* y los de las demás encantadoras criaturas que se volvieron famosas e hicieron las delicias de sucesivas generaciones de niños. Los dibujos de animales de Beatrix Potter son tan cuidadosos que, hace algunos años, hubo una exposición en Londres dedicada a ellos. Es interesante observar cómo sus dibujos de personas no alcanzaron jamás semejante grado de calidad. ¿Por qué iban a tenerlo? Las personas, a esas alturas de su vida, nunca habían significado tanto para ella como las diminutas mascotas a las que había entregado su corazón y a las que, por tanto, observaba más de cerca.

También es curioso que el periodo creativo en el que escribió sus mejores libros durara sólo una década. En 1913, a pesar de la rígida oposición de sus padres, Beatrix Potter se casó con un abogado y se estableció en una granja en Lake District. También en 1913, Beatrix Potter cumplió los cuarenta y siete años. Se podría argumentar que, a medida que la edad va convirtiendo la infancia en algo cada vez más remoto, la creatividad basada en la fantasía infantil va necesariamente declinando. También se puede conjeturar que, cuando por primera vez otro ser humano se convirtió en el centro emocional de la vida de Beatrix Potter, la intensidad del sentimiento con el que había investido las vidas de los animales disminuyó, y sus motivos para inventar historias sobre ellos desaparecieron. Pero esto no demuestra que el interés por la imaginación y la inventiva de una escritora decrezca por esta razón; otras mujeres escritoras, como la madre de Trollope, siguieron escribiendo a pesar del matrimonio y la maternidad.

Al principio de su capítulo sobre Beatrix Potter al que me he referido, Humphrey Carpenter postula la existencia de

un estereotipo de la mente de muchas personas acerca del típico escritor infantil de finales de la época victoriana y eduardiana. A estos escritores se les supone haber sido individuos solitarios, huidizos e introvertidos, difícilmente capaces de mantener relaciones humanas normales y capaces sólo de comunicar sus sentimientos más hondos hablando a los niños o escribiendo para ellos^[7].

Comparto el rechazo de Carpenter por los estereotipos; pero, no obstante, se da con bastante frecuencia el caso de que los adultos para los que es difícil establecer relaciones con la gente de su edad se sienten más cómodos con los niños o con los animales, aunque no terminen siendo escritores. Echemos un vistazo a algunos ejemplos de escritores que mostraron estos rasgos y cuyos desarrollo emocional y elección de profesión estuvieron determinados en parte por una separación prematura de sus padres.

Edward Lear, cuyas caricaturas y versos absurdos han divertido a niños y grandes durante más de cien años, fue el vigésimo hijo de sus padres. Cuando su padre se arruinó, la familia se dispersó. A los cuatro años, Lear fue confiado al cuidado de su hermana mayor, Ana, con el fin de aliviar la carga de su madre. Desde ese momento, su madre no tuvo nada más que ver con su educación. Vivien Noakes escribe:

Era un niño bastante huraño, imprudente y amanerado, y quedó aturdido y dolido por el inexpresable rechazo que sufrió^[8].

Aunque su hermana se reveló como una tutora cariñosa y la familia se reagrupó posteriormente, parece que Lear no estableció lazos cercanos con ninguno de sus padres y, desde los siete años en adelante, fue objeto de ataques de depresión recurrentes que él llamaba «las melancolías». Su trastorno psicológico se complicó más con la epilepsia y el asma. Creció hasta convertirse en un adulto solitario y predominantemente homosexual, pero que seguramente no consumó nunca su deseo.

Él no buscaba amor físico, sino alguien que le quisiera como persona del modo en que sus padres no le habían querido de niño. Se le requería como amigo por su calidez y sensibilidad, y le encantaba estar con los niños porque a ellos les gustaba y se lo hacían notar. Pero lo que estaba buscando, y no encontró jamás, era el verdadero entendimiento espiritual con otra persona^[9].

Vivien Noakes subtitula su biografía «La vida de un nómada», ya que Lear se ganaba la vida como pintor y pasó gran parte de ella viajando. Los viajes constantes o las mudanzas frecuentes son emprendidos normalmente por las personas privadas de cariño maternal o por aquellos que, por otras razones, encuentran difícil crear un espacio que puedan considerar su «hogar». A pesar de su calidez y de las muestras de cariño que le ofrecieron muchos amigos, Lear nunca superó su soledad esencial.

Rudyard Kipling es un ejemplo particularmente sorprendente de escritor cuya pérdida prematura e infelicidad tuvieron un profundo efecto sobre su futuro. Kipling nació en Bombay el 30 de diciembre de 1865. Su padre, John Lockwood Kipling, era director de una escuela de arte en aquella ciudad. El 15 de abril de 1871, el padre y la madre de Kipling, junto con su hermana pequeña, que había nacido el 11 de junio de 1868, volvieron a Inglaterra y se ausentaron durante seis meses. En aquella época, los hijos de padres ingleses que vivían en India normalmente eran enviados a casa para que empezaran a criarse allí. Esto era en parte para evitar los riesgos de la enfermedad y de la mortalidad infantil, y en parte por razones de esnobismo. Era menos probable que los niños criados por «ayas» indias adquirieran los hábitos y los modales de la clase media inglesa.

Justo antes de su sexto cumpleaños, Kipling y su hermana quedaron al cuidado de un capitán de la marina retirado y de su esposa, el capitán y la señora Holloway. Los padres no informaron a sus hijos de que éstos volvían a India sin ellos. Kipling no volvería a ver a su madre de nuevo hasta abril de 1877. Los cinco años que pasó en la que posteriormente llamó «la casa de la desolación» le marcaron para siempre. Recibía amenazas del hijo de los Holloway, un chico seis años mayor, y la odiosa señora Holloway le castigaba sin piedad con azotes y con encierros. También le castigaban en la escuela local a la que le enviaban y en la que se portaba muy mal. Todas las noches le interrogaban sobre cómo le había ido el día. Cada contradicción que profería el niño, asustado y somnoliento, se consideraba una mentira deliberada y una prueba más de una maldad merecedora de castigo. Uno de los biógrafos de Kipling, Charles Carrington, señala que sus largos años de sufrimiento en manos de la señora Holloway le enseñaron

la lección estoica de que la mente debe fabricar su propia felicidad, de que todos los problemas pueden soportarse si el que sufre tiene recursos propios para sustentarse^[10].

En su cuento *La oveja negra*, Kipling ofrece un relato autobiográfico de este periodo horriblemente infeliz de su vida. Angus Wilson escribe:

Escribir esto fue terriblemente doloroso para él, según sabemos por su amiga, la señora Hill, en cuya casa de Allahabad vivía cuando lo escribió^[11].

Kipling se refería al trato que recibió de la señora Holloway como «tortura calculada»; pero también decía que su efecto fue hacerle prestar muchísima atención a las mentiras que tenía que contar, y concluía en que ésta era la base de su quehacer literario.

El arte de la ficción puede nacer en parte de la capacidad de mentir de un modo convincente, pero ésta no es la única fuente, y Kipling ha sido injustamente despreciado por sugerirlo. Lo que también expone es su satisfacción al descubrir que, si los adultos le dejaran solo, podría huir a un mundo propio mediante la lectura.

De adulto, Kipling siguió siendo elusivo y rehuía la publicidad. Se tomaba a mal las indagaciones sobre su vida privada y deseaba que sólo le juzgaran por sus escritos. Su matrimonio era característico de esas personas creativas cuyo deseo fundamental no es la cercanía íntima, sino la libertad para desarrollar su imaginación sin interrupción. Carrie Balestier, con quien Kipling se casó en 1892, era una mujer muy competente que le protegía de las visitas, se hacía cargo de la casa y llevaba los asuntos profesionales y la correspondencia de su marido. Aunque disfrutó de fama y tenía contactos en muchos sitios, Kipling siguió siendo reservado y era capaz de abstraerse en los acontecimientos sociales. Carrington cree que el matrimonio fue más satisfactorio para él que para su mujer.

La tensión interior de Kipling se manifestó en el insomnio y en la úlcera duodenal. Al igual que Edward Lear, como mejor y más relajado estaba era con los niños. También hacía gala de una extraordinaria capacidad para inspirar confianza en los demás, que de repente se encontraban contándole sus problemas con la seguridad de que no los revelaría^[12].

Este trato en concreto parece depender de una inusual capacidad para ponerse en la piel de otros, para *identificarse* con los demás. Esto desemboca con frecuencia en el tipo de preocupación prematura por los sentimientos de los demás que Kipling describe que tuvo que desarrollar de pequeño; una preocupación que también observamos en Trollope. Kipling se volvió observador y cauteloso; atento a que el ánimo cambiante de los adultos pudiera presagiar su enfado. Esta atención anticipada a lo que los demás sintieran y a cómo mostraran sus emociones posiblemente le fue de mucha utilidad para escribir.

El miedo al castigo no es la única razón de ser de este tipo de ansiedad observadora. Los niños con madres depresivas, o con madres cuya salud física es objeto de preocupación, desarrollan el mismo tipo de exceso de preocupación ansiosa. Estos niños se guardan para sí sus sentimientos, mientras tratan al mismo tiempo de tomar buena nota de los sentimientos de la otra persona. Son menos capaces que la mayoría de los niños de utilizar el recurso de volverse hacia la madre o hacia cualquier otro responsable. De mayor, el niño observador y excesivamente ansioso se convierte en un oyente hacia el que los demás se vuelven, pero que no establece relaciones recíprocas en los mismos términos de mutuo desnudamiento.

Este carácter se encuentra con frecuencia en los doctores y psicoanalistas, que invitan a hacer confidencias pero a los que no se les reclama que las manifiesten.

Kipling conocía a sus confidentes mejor de lo que a éstos se les permitía que le conocieran a él. Como a menudo sucede con los escritores, las revelaciones de Kipling sobre sí mismo fueron principalmente indirectas y estuvieron limitadas a sus obras de ficción. *La oveja negra* es un caso excepcional que parece ser una autobiografía en estado puro.

H. H. Munro, el autor conocido como «Saki», es un sorprendente ejemplo de escritor cuya imaginación debía mucho al abandono, la pérdida del amor paterno y el aislamiento emocional. Saki nació casi justamente cinco años después de Kipling, el 18 de diciembre de 1870. Al igual que Kipling, nació en el extranjero; no en India, sino en Birmania, donde su padre era oficial de la policía militar británica. Mientras éste estaba de permiso en Inglaterra, en invierno de 1872, su madre embarazada fue arrollada por una vaca desbocada. Como consecuencia de este fatal accidente, abortó y murió. Saki, su hermano mayor y su hermana mayor se quedaron solos cuando su padre regresó a Birmania, y fueron criados por su abuela paterna viuda y sus dos temibles hijas, la tía Carlote, conocida como «Tom», y la tía Augusta.

Estas dos formidables mujeres competían y reñían constantemente una con otra. Ambas eran severas y autoritarias. Augusta, concretamente, los castigaba de un modo desproporcionado, añadiendo la amenaza de la cólera divina a la suya propia. Ethel, la mayor de los tres hijos, la describía como

una mujer de un temperamento ingobernable, de fieras simpatías y antipatías, arrogante, moralmente cobarde, sin ningún cerebro del que merezca la pena hablar y con una actitud cavernícola. Lógicamente, la última persona que debiera haberse hecho cargo de unos niños^[13].

Saki se vengó repetidamente de sus tías en sus relatos, de los cuales el más rencoroso es *Sredni Vashtar*, en el que el guardián Conradin, de diez años, que está concebido claramente como la tía Augusta, es asesinado por su propia mascota, un hurón-mofeta.

Saki se convirtió en un dandy homosexual. Como Noel Coward, ocultó sus sentimientos bajo una máscara protectora de cinismo; y aunque fue muy querido, intimó con muy pocas personas. En su perspicaz introducción a *The Bodley Head Saki*, J. W. Lambert escribe:

Incluso los elogios de sus amigos (excepto, quizá, los del ejército) parecen indicar la amable cortesía que nace de la indiferencia. La sociedad, para él, era el campo de cultivo de la necesidad. Cuando repele la agresión se convierte en un entusiasta de la soledad. No hay ninguna relación cercana en ninguna de sus obras, excepto la madeja enmarañada que ata y atenaza a Francesca Bassington y a su hijo [véase *Bassington el insoportable*]^[14].

Saki compartió con Kipling y Lear el gusto por la compañía de los niños antes que la de los adultos. Los tres eran amantes de los animales e introdujeron animales en sus relatos.

Saki y Kipling también compartieron cierto interés por la crueldad física, que en ocasiones se manifiesta desagradablemente, como en el relato *Stalky*, de Kipling, y en la descripción de Saki de Comus cuando éste golpea a un niño en la escuela en *Bassington el insoportable*. Ambos hombres llevaron consigo a la edad adulta una veta sádica que, como a menudo sucede con estas cosas, derivaba seguramente de un deseo de venganza sobre aquellos que les habían castigado en la infancia. La ficción ofrece una salida socialmente admisible para descargar los sentimientos violentos. Uno desearía que aquellos que liberan estas emociones agrediendo a los inocentes y a los desamparados tuvieran el talento suficiente para expresar sus sentimientos en forma de ficción.

Un tercer ejemplo es el de un escritor de muy diferente tipo: P. G. Wodehouse. Nació el 5 de octubre de 1881. Aunque nació en Inglaterra, pasó la mayor parte de sus dos primeros años en Hong Kong, donde su padre era juez. Cuando tenía dos años, su madre llevó a Wodehouse y a sus dos hermanos, de cuatro y seis años, a Inglaterra, y los dejó a cargo de una extraña, una tal señorita Roger, que se ocupó de cuidar de ellos. Después de tres años en estas condiciones, los niños fueron trasladados a una escuela en Croydon, regentada por dos hermanas, y luego a otra escuela en Guemesey. El propio Wodehouse escribió que había pasado de mano en mano y que aquello fue una vida singular sin ninguna casa a la que ir.

No fue terriblemente infeliz. En una entrevista que le hicieron al final de su vida afirmaba que en realidad había tenido una infancia feliz, y valoraba su destino favorablemente comparado con el de Kipling. Pero, inevitablemente, la falta de lazos afectivos permanentes y cercanos en los primeros años de su vida tuvo sus consecuencias. Su biógrafo, Francés Donaldson, señala:

Simplemente, se despegó del infructuoso y frío mundo para refugiarse en la fantasía. Desde la más tierna edad era más feliz en solitario, acompañado de sí mismo y en ausencia de toda vida familiar o de estímulo para las emociones, y cultivaba su imaginación en soledad. Decía que no podía recordar ningún momento en que no pretendiera ser escritor, y que empezó a inventar historias incluso antes de saber escribir^[15].

En una entrevista que concedió a *París Review* cuando tenía noventa y un años se atribuía a Wodehouse: «Sé que cuando tenía cinco años estaba escribiendo historias. No sé que hacía antes de eso. Supongo que sólo gandulear»^[16].

Después de otro cambio de escuela más, P. G. Wodehouse fue enviado al Dulwich College. Según nos cuenta Francés Donaldson, allí «adquirió por primera vez cierto grado de constancia y estabilidad»^[17].

Para Wodehouse, el Dulwich College se convirtió en el foco de emociones que, en los niños que han tenido un desarrollo normal, habitualmente queda vinculado a su «hogar». Cuarenta años después de abandonar la institución, Wodehouse todavía seguía los partidos de fútbol de la escuela con una intensidad emocional sin merma. Él mismo describió sus años en Dulwich como si estuviera en el cielo. Se le daban bien los juegos, estaba por encima de la media intelectualmente y el entorno de un

colegio privado no le exigía establecer relaciones cercanas. Como señala Francés Donaldson, «podía participar de él sin ser absorbido»^[18].

La madre de Wodehouse volvió a su vida cuando éste tenía quince años, pero nunca tuvo ningún tipo de relación cercana con ella y parece haber quedado emocionalmente inhibido y haber sido dependiente en sus posteriores relaciones con las mujeres. Como a menudo sucede con aquellos que han sido privados de la madre, a Wodehouse le atraían las mujeres mayores que él. Cuando se casó, en 1914, su mujer, Ethel, se hizo cargo por completo de sus asuntos económicos y le entregaba una pequeña pensión. Le protegía del mundo y, aunque a veces le presionaba con compromisos sociales que él rehuía, vio que tenía la soledad que necesitaba. En este aspecto, el matrimonio Wodehouse se parecía mucho al de Kipling.

P. G. Wodehouse continuó temiendo el trato social individual, odiaba ser entrevistado, detestaba los clubes (aunque pertenecía a varios de ellos) y volcaba en los animales el afecto que no podía dar a las criaturas de su especie. Cuando su mujer estaba buscando un apartamento en Nueva York, le pidió que lo procurara en una planta baja. «¿Por qué?», le preguntó ella. «Nunca sé qué decir al chico del ascensor», contestó él^[19].

Cuando visitaba a su hijo en la escuela, tenía que esperar fuera hasta que él viniera porque temía encontrarse a solas con la directora del colegio. Era un personaje tierno, amable, casi infantil, que utilizaba su trabajo para refugiarse del mundo y, como consecuencia de ello, fue enormemente prolífico. Publicó noventa y seis libros, además de escribir letras para comedias musicales y muchas otras cosas más.

Uno normalmente admira a las personas que alivian sus problemas en la vida convirtiéndolos en chistes, pero P. G. Wodehouse utilizó el humor como defensa hasta tal punto que distorsionó su apreciación de la realidad. Su indiferencia hacia el dinero, por ejemplo, que no fuera el cambio que recibía al comprar tabaco o una cinta nueva para la máquina de escribir, le condujo a sucesivas citas con las autoridades fiscales. Recluido en Francia por los alemanes durante la segunda guerra mundial, infringió un enorme perjuicio sobre su fama cuando aceptó hacer algunos programas de radio ligeros desde Alemania acerca de su experiencia como internado. Cualquiera que hubiera podido apreciar la realidad con normalidad, por no decir con un mínimo sentido de la política, se habría dado cuenta de que un acto como éste sería considerado como apoyo a los nazis; pero Wodehouse alegremente se lo tomó como una oportunidad de estar en contacto con su público y de agradecer a sus amigos estadounidenses los paquetes que le habían enviado, sin sospechar que sería calificado de traidor.

Kipling, Saki y Wodehouse tenían en común la experiencia de haber sido «confiados a terceros» a una edad temprana y de carecer de los atractivos, el afecto y el apoyo de un hogar común. Como consecuencia de ello, los tres sufrieron

lógicamente dificultades para establecer relaciones y tendieron a mostrar más afecto hacia los animales o los niños del que eran capaces de mostrar hacia los adultos.

Los tres aprendieron a utilizar la imaginación, como refugio del mundo a la vez que como un modo indirecto de dejar su huella en él. Kipling y Saki expresaron en su obra de ficción algunos de los resentimientos que sentían hacia aquellos que les habían abandonado y habían dejado que les maltrataran las manos de unos extraños. Wodehouse, que no fue maltratado sino que simplemente pasó de mano en mano, desarrolló un mundo de imaginación en el que no hay ninguna violencia, ningún odio, nada de sexo y ningún sentimiento profundo. Aunque algunos versos de Lear muestran cierta clase de violencia festiva, su mundo imaginario también carece de sexo y de emociones profundas.

En estos ejemplos, es legítimo suponer que el desarrollo de mundos imaginarios tan complejos fue consecuencia de haber quedado imposibilitados para la satisfacción emocional que los niños con antecedentes más normales experimentan en sus relaciones con los padres u otros responsables. Estos escritores (y aquí incluyo a Beatrix Potter y a Edward Lear que, aunque no físicamente, sí quedaron emocionalmente apartados del cariño de sus padres) compensaron su aislamiento con su inventiva y, cuatro de ellos, sustituyendo parcialmente el cariño de las personas por el de los animales.

De todos modos, no todas las personas aisladas, aunque tengan talento, se inclinan por la ficción o por el reino animal. Ni tampoco las dificultades para establecer relaciones pueden atribuirse necesariamente a circunstancias adversas en la infancia. Como ya vimos en el capítulo anterior, las personas difieren no sólo en sus antecedentes familiares, sino también en el carácter heredado. Los hay que, por mucho afecto que reciban de niños, nunca consiguen establecer relaciones cercanas. Los hay que compensan la ausencia relativa de relaciones interpersonales buscando riqueza en lugar de creando ficción. Sería ingenuo pensar que las actividades creativas del hombre pueden subsumirse bajo un único epígrafe. No obstante, como muestran estos ejemplos, los dones que permiten que una persona se convierta en escritor pueden ponerse en funcionamiento por el abandono o el aislamiento. Podemos empezar a entender por qué Simenon dijo en una entrevista para *París Review*: «Escribir no es una profesión, sino una vocación de infelicidad»^[20].

En la misma entrevista, Simenon revela que de joven fue muy consciente de que la comunicación absoluta entre dos personas era algo imposible. Dice que esto le proporcionó tal sensación de aislamiento, de soledad, que casi se habría puesto a gritar. Sin duda, fue esta sensación de soledad lo que espoleó su llamativa capacidad para inventar historias. También se puede hacer responsable a esta sensación de su búsqueda compulsiva de mujeres.

Los escritores que hemos analizado en este capítulo, con la posible excepción de P. G. Wodehouse, tuvieron una infancia infeliz, y con razón. ¿En qué medida siguieron siendo infelices a lo largo de sus vidas? ¿Impidió esta experiencia

prematura que establecieran con los demás el tipo de relaciones que proporciona felicidad? Si fue así, ¿les proporcionó alguna felicidad de otro tipo el ejercicio de su talento creador?

Estas no son preguntas fáciles de responder. Edward Lear fue propenso a las depresiones agudas a lo largo de su vida y, a pesar de que tuvo el afecto de muchas personas, parece haber estado emocionalmente aislado.

Trollope también fue vulnerable a la depresión y se esforzó compulsivamente por mantener a raya a la melancolía. Por otra parte, formó un matrimonio que él calificaba de feliz y que parece haberlo sido. Su amor maduro por Kate Field no contradice esto en modo alguno. Era un hombre sensible que luchaba por ocultar sus sentimientos tras una *persona* distante, pero hizo muchos amigos y, de adulto, no se podía decir de él en modo alguno que estuviera aislado. La fama que le proporcionaron sus novelas compensó con creces su experiencia prematura de sentirse depreciado y rechazado.

Las relaciones de Kipling parecen haber sido algo menos íntimas que las de Trollope, aunque su pasión por la privacidad hace difícil asegurarlo a ciencia cierta. De lo que no cabe duda es de que tuvo bastante afecto y que esto le supuso muchas amistades duraderas que fueron importantes para él. Su matrimonio le proporcionó seguridad; y su fama sustentó su autoestima. Pero, al igual que Trollope, Kipling siguió siendo propenso a la depresión y sufrió el acoso, o al menos así lo cree Angus Wilson, de un miedo al colapso mental que le hizo alejarse de la introspección. Lo que trató de hacer con su escritura fue un arte basado en las observaciones externas que debiera lo menos posible a la introspección. Angus Wilson concluye en que es esta huida de la introspección lo que impide que Kipling se encuentre entre los escritores de primera fila, pero que también explica que abordara temas que ningún otro escritor ha abordado.

De los escritores analizados en este capítulo es probable que Saki fuera el que estuviera más aislado. Su infancia infeliz le había hecho difícil establecer relaciones íntimas, una dificultad que estaba mezclada con su homosexualidad, que entonces era un delito y no estaba reconocida ni considerada como algo aceptable por la sociedad. La escritura le proporcionó cierto reconocimiento a lo largo de su vida, pero sus limitaciones, su exclusión del amor, su ironía y su crueldad impidieron que Saki disfrutara de la fama que se prodigaba a los escritores con simpatías humanas más abiertas.

Según sus propias cartas, parece que el periodo más feliz de su vida fue durante la primera guerra mundial. Saki tenía cuarenta y tres años cuando empezó la guerra. Su salud no había sido buena pero, a pesar de ella, consiguió alistarse como soldado en la caballería del rey Edward. Sus cartas muestran que contemplaba la guerra como una aventura romántica, que disfrutaba de la compañía masculina que ésta le proporcionaba y, quizá porque no le importaba mucho si sobrevivía o no, que

saboreaba el peligro de las expediciones nocturnas para colocar minas. Saki murió por las balas de un francotirador el 14 de noviembre de 1916.

De la obra de estos escritores que tanto hemos analizado, la de Wodehouse es la que más parece ajustarse a la visión de Freud de la fantasía como algo básicamente evasivo. Las relaciones de Wodehouse con otros seres humanos parecen haberse mantenido en un nivel relativamente superficial. El eje alrededor del cual giraba su vida no era seguramente el de los vínculos íntimos, sino el de su obra. Sin embargo, su mundo imaginario, su ingenuidad, su habilidad verbal y su éxito mundano parecen haberle proporcionado una especie de felicidad que muchos podrían envidiar.

Beatrix Potter, incluso antes de casarse, consiguió encontrar la felicidad. Una vez que pudo escapar de su opresiva familia y vivir por cuenta propia en la granja que había comprado en Lake District, los quehaceres del campo y la escritura la hicieron feliz. Sin duda alguna, su matrimonio le proporcionó aún mayores satisfacciones, pero no hay ninguna razón para dudar de la opinión de su biógrafo de que los ocho años anteriores a su matrimonio también fueron una época feliz. Esta fue la época en que era capaz de disfrutar en solitario de la propiedad de Hill Top Farm, y, también, la época en que alcanzó su cénit como escritora.

La idea de que el desarrollo de la imaginación y la inventiva de estos escritores empezó como una compensación por la ausencia o la ruptura de vínculos íntimos lleva implícito que este desarrollo es una segunda opción; un triste sucedáneo de las relaciones cercanas y amorosas de que deberían haber gozado. Seguramente es así en la primera infancia. Nada puede compensar completamente la ausencia de vínculos íntimos en los más jóvenes.

No obstante, lo que empezó como una compensación por una pérdida se convirtió en un modo de vivir valioso por sí mismo. Todos estos escritores tuvieron éxito, a pesar de las cicatrices emocionales que padecieron. Con las posibles excepciones de Saki y de Lear, todos establecieron relaciones que, aunque diferían en intensidad y cercanía, fueron al menos tan satisfactorias como las que tuvieron las personas que no habían sufrido carencias infantiles similares. Lo que empezó como una compensación terminó en un modo de vida tan válido como cualquier otro, y más interesante que el de la mayoría. Aun cuando sus vínculos íntimos no fueran el eje alrededor del cual giraron sus vidas, no hay ninguna razón para suponer que estas vidas fueran incompletas.

Sufrimiento, depresión y restablecimiento

Escribir es una forma de terapia; a veces me pregunto cómo se las arreglan las personas que no escriben, no pintan o no componen para huir de la locura, la melancolía y el terrible pánico inherente a la condición humana.

GRAHAM GREENE

Me pregunto realmente si, para una persona como yo, cuyos momentos más intensos eran los de la depresión, una cura que acabe con la depresión no acabaría también con la intensidad... un remedio desesperado.

EDWARD THOMAS

En el capítulo anterior llegamos a la conclusión de que algunos escritores se ven impulsados a desarrollar sus dotes imaginativas para compensar la ausencia o las carencias de relaciones íntimas con sus padres. En este capítulo me propongo desarrollar la idea de que la imaginación es capaz de hacer algo más que construir castillos en el aire o refugios compensatorios contra la infelicidad. La imaginación creadora, como sugiere la cita de Graham Greene, puede ejercer una función sanadora. Creando una unidad nueva en un poema o en otra obra de arte, el artista trata de restablecer una unidad perdida o de encontrar una nueva unidad en el seno del mundo interior de la psique, así como de producir una obra que tenga existencia real en el mundo exterior. En el capítulo 5 se hizo referencia al hecho de que las personas conscientes de su potencial creativo están constantemente salvando el lapso que hay entre la realidad externa y el mundo interior de la psique. La «apercepción creativa», como la llamaría Winnicott, es lo que hace que los individuos sientan que la vida merece la pena vivirse; y aquellos que tienen más talento quizá son más capaces que la mayoría de reparar la pérdida de un modo simbólico. La mente humana parece estar tan entrelazada que un nuevo equilibrio o satisfacción en el seno del mundo subjetivo, e imaginario se percibe como si fuera un cambio favorable en el mundo externo, y viceversa. Al vincular así lo objetivo y lo subjetivo, nos adentramos en los dominios del entendimiento humano, pero creo que los secretos de la adaptación creativa humana han de encontrarse precisamente en este terreno. El hambre de imaginación que impulsa a los hombres a buscar una mayor comprensión y nuevas relaciones en el mundo exterior es, al mismo tiempo, un hambre de integración y de unidad en su seno.

De todos los escritores cuyas vidas analizamos en el capítulo anterior, Saki fue el menos capaz de superar los traumas de su primera infancia. También fue el único de estos escritores que cuando sólo tenía dos años fue privado de su madre para siempre a causa de la muerte de ésta. En este capítulo me propongo analizar la relación entre

creatividad y depresión. Dado que la pérdida, y más concretamente una pérdida prematura, no sólo es un desencadenante de la depresión en un momento concreto, sino que a menudo parece predisponer a la persona que sufre para que reaccione ante cualquier pérdida posterior con una gravedad singular, esbozaremos la compleja relación entre pérdida, depresión y logros creativos.

Aunque la separación de ambos progenitores es un suceso traumático para cualquier niño, podemos suponer que, mientras el niño sabe que éstos están vivos, seguirá albergando esperanzas de reunirse con ellos. A menos que impere la creencia en una vida más allá de la muerte, un niño que haya perdido a un progenitor por su muerte no puede albergar ninguna esperanza de este tipo. Es probable que el carácter arbitrario de una privación de esta naturaleza, su injusticia y la imposibilidad de explicarla hagan que el mundo parezca un lugar inseguro e impredecible sobre el que el niño no puede ejercer ninguna influencia. No es de extrañar que la pérdida de un progenitor en la primera infancia se haya relacionado con frecuencia con el desarrollo de trastornos emocionales en la vida adulta. Más concretamente, se considera que la muerte de un progenitor incrementa el riesgo de sufrir episodios de depresión aguda.

Tanto si una pérdida prematura por sí sola puede producir o no la predisposición a depresiones posteriores, ésta es una cuestión que está en discusión. Los efectos de una pérdida de estas características varían y, aunque no cabe duda de que una pérdida prematura es traumática, puede ser que sólo actúe como desencadenante de depresión en aquellos que ya están genéticamente predispuestos a ella.

Esta suposición se ve sustentada por un artículo en el que sus autores compararon a un grupo de pacientes psiquiátricos que habían experimentado la muerte de un progenitor en la infancia con un grupo mayor de pacientes que no habían sufrido ninguna pérdida de esta naturaleza. Lo que concluyeron fue que una pérdida temprana de un progenitor afectaba a la gravedad de posteriores enfermedades mentales, sin determinar su tipo. Es decir, una pérdida así no estaba específicamente asociada con el desarrollo de la depresión, la esquizofrenia u otras formas de enfermedad mental, pero sí estaba asociada a una mayor gravedad de los síntomas cuando los pacientes eran ingresados por primera vez.

Sin embargo, los pacientes que habían experimentado una pérdida en la infancia sí mostraban una dificultad mayor para establecer vínculos adultos maduros.

Éstos también establecían relaciones interpersonales intensas e inestables y se quejaban de sentimientos crónicos de vacío y de abatimiento^[1].

Este hallazgo posterior sugiere hasta cierto punto que algunos pacientes que han sufrido pérdidas prematuras estaban deprimidos de modo crónico, ya que, como hemos visto, un rasgo común de la depresión son las quejas por sentimientos de vacío.

En su estudio sobre la depresión en mujeres trabajadoras, George Brown y Tirril Harris concluían en que si una mujer había sufrido la muerte de su madre antes de los

once años, era más probable que respondiera a pérdidas posteriores desarrollando una depresión aguda. Ya hemos postulado que la autoestima depende del hecho de «interiorizar» o incorporar la sensación de ser querido inequívocamente por uno mismo. Como, en la infancia, una madre es la fuente más importante de cariño inequívoco, parece lógico que su desaparición pueda interferir o evitar la incorporación del amor y, por tanto, hacer de la autoestima algo más difícil de alcanzar o de mantener^[2].

Sin embargo, otros investigadores han cuestionado que sea la muerte real de la madre lo que aumente la vulnerabilidad a la depresión en la vida adulta. Un estudio reciente en una serie de pacientes deprimidos de varios tipos afirmaba que no había ninguna prueba concluyente de que la muerte de un progenitor antes de los quince años fuera un factor crucial^[3]. Por el contrario, los autores sí sugieren que la falta de una relación cálida con los padres en la infancia puede ser un factor añadido que predisponga al posterior desarrollo de la depresión en los adultos, y esto encaja con la suposición de que la ausencia de una autoestima interiorizada ocasione mayor vulnerabilidad ante la depresión. Un niño no puede incorporar la sensación de que un padre lo quiere si éste está muerto; pero tampoco puede incorporarlo con un padre que lo rechace, que esté ausente durante periodos de tiempo largos o que esté tan trastornado que sea incapaz de tener una relación cálida con él.

La autoestima no sólo está relacionada con el hecho de sentirse digno de cariño, sino también con el hecho de sentirse competente. Las personalidades depresivas, ante adversidades como un divorcio o la muerte de un cónyuge, no sólo sufren la pérdida de alguien que les proporcionaba autoestima ofreciéndoles cariño y atención, sino que con frecuencia también se sienten indefensos cuando tratan de enfrentarse a la vida en solitario, al menos inicialmente. Brown y Harris escriben:

Sin duda, no es improbable que la pérdida de la madre antes de los once años pueda tener una influencia persistente sobre los sentimientos de autoestima de una mujer, dándole una sensación continua de inseguridad y de incompetencia para ocuparse de las cosas buenas de este mundo.

Los autores prosiguen:

Hasta que un niño tiene aproximadamente once años, es probable que la fuente principal de control del mundo sea la madre. A partir de entonces, es más probable que el niño ejerza el control directa e independientemente. Cuanto más pronto se pierde a la madre, más probable es que el niño se retrase en su aprendizaje del control sobre el entorno; posiblemente, la sensación de control es un componente esencial del optimismo. Así, la pérdida de la madre antes de los once años puede perfectamente reducir el sentimiento de control y de autoestima de una mujer y, por tanto, actuar como factor de vulnerabilidad que interfiera con el modo en que se enfrenta a una pérdida en la edad adulta^[4].

Otro factor que vincula la pérdida prematura de un progenitor con la subsiguiente predisposición a la depresión está relacionado también con los sentimientos de pérdida de control. Algunos pacientes que han sufrido pérdidas tempranas continúan buscando a un padre perdido y son propensos a casarse con maridos o mujeres que

representan al padre o la madre, y hacia los cuales el paciente puede volverse. Birtchnell descubrió que las mujeres que habían perdido a sus madres antes de los diez años eran significativamente más dependientes o, para utilizar la terminología de Bowlby, tenían vínculos más ansiosos que las mujeres que no las habían perdido^[5].

La dependencia y la sensación de incompetencia, de ser incapaz de enfrentarse al mundo, están íntimamente ligadas. En muchos casos de depresión, el desamparo va de la mano de la desesperanza. En el capítulo 4 hicimos referencia a la observación de Bettelheim de que los prisioneros de los campos de concentración que primero morían eran aquellos que habían abandonado toda tentativa de tomar decisiones independientes y que, por tanto, sentían que estaban completamente indefensos en manos de sus captores.

Casarse con una figura paterna refuerza la sensación de ser incapaz de enfrentarse al mundo. Si siempre hay alguien a quien volverse, alguien que nos haga advertencias y tome decisiones, la persona dependiente no aprende a ser competente. Es más probable que la pérdida de un cónyuge agrave los sentimientos de indefensión en aquellas personas que han sido particularmente dependientes de sus cónyuges que en aquellos que no lo han sido. En algunos casos, la sensación de indefensión persiste. En otros, como ya no hay nadie a quien volverse, el marido o la mujer afectados descubren en sí mismos capacidades de enfrentarse al mundo que previamente no habían percibido. Todos hemos conocido personas que parecen haber recobrado su energía después de haber perdido al marido o a la mujer; y esto no siempre se debe a que el matrimonio fuera infeliz.

Las investigaciones muestran que los cambios no deseados en la vida de una persona, como la muerte de un cónyuge, el divorcio, la pérdida de un empleo, una ofensa personal o una sentencia de prisión, están relacionados hasta cierto punto con enfermedades posteriores *si el sujeto las percibe como incontrolables*. También se ha señalado que las personas que sienten que sus vidas están controladas básicamente por fuerzas externas sufren más enfermedades como consecuencia de acontecimientos estresantes que aquellos otros que tienen un poderoso sentido del control de sus vidas^[6].

Está generalmente admitido que la pérdida en el presente puede despertar sentimientos de pérdida del pasado. Esto sucede especialmente si las emociones que despierta la pérdida original no han sido completamente «elaboradas»; un fenómeno al que ya nos referimos en el capítulo 3. En los casos en que el proceso de duelo no se ha completado, es probable que pérdidas posteriores produzcan peores efectos. Se ha sugerido anteriormente que el niño que ha sido separado de sus padres podría albergar alguna esperanza de reunirse con ellos, pero que el niño cuyo padre ha muerto ha sido privado de todo posible consuelo. Esta idea implica que la muerte de un padre puede tener peor efecto sobre la salud mental posterior que la separación.

Brown y Harris han encontrado evidencias que en cierto modo apoyan esta hipótesis. Descubrieron que los estados de depresión en las mujeres cuyo padre había

fallecido eran más agudos y podían llegar a diagnosticarse como psicóticas; mientras que era más probable que los tipos de depresión que afectaban a las mujeres que habían sufrido pérdidas por la separación recibieran el diagnóstico de neuróticos.

Brown y Harris suponen que cuando alguien que ha sufrido una pérdida con la muerte se enfrenta a pérdidas posteriores de otro tipo es más probable que reaccione ante la pérdida actual como si ésta fuera inevitablemente irreversible. Esto puede explicar algunos casos en los que la pérdida o el fracaso que desencadenan la depresión aguda parecen triviales comparadas con la reacción que provocan^[7]. Por ejemplo, un adolescente que ha perdido a su padre con anterioridad puede llegar a deprimirse profunda y desproporcionadamente por suspender un examen.

Otro factor que determina la susceptibilidad puede ser la importancia otorgada a las relaciones personales como fuente de autoestima. Los niños pequeños, a menos que sean niños prodigio, no habrán tenido tiempo suficiente para desarrollar las aficiones y destrezas que puedan intensificar su sentido de la competencia. Como veremos más adelante, quienes puedan volverse hacia el trabajo creativo tienen ventaja sobre aquellos cuya autoestima dependa completamente de las relaciones personales cercanas.

La escritura y demás actividades creadoras pueden ser modos de enfrentarse activamente a las pérdidas, ya sea la pérdida por una muerte real o la sensación de derrota y vacío que acompaña a la depresión aguda originada por otras causas. En el capítulo 7 sugerimos que si una persona vulnerable a las depresiones recurrentes poseía talento, podía expresar en obras creativas facetas de su verdadero yo que encontrase difícil manifestar en la vida social. En el capítulo 8 vimos que algunos escritores creaban mundos de fantasía en los que podían refugiarse a causa de una separación temprana o de posterior aislamiento e infelicidad. Estas no son las únicas funciones que puede desempeñar el trabajo creativo.

Los que gozan de talento creativo y sufren esta pérdida, o experimentan una depresión aguda por otras razones, pueden llegar más lejos. Como sugerí al comienzo de este capítulo, a menudo son capaces de utilizar sus dotes en lo que puede calificarse como un proceso de reparación o regeneración. Este proceso es un esfuerzo por avenirse a la pérdida según el cual se acepta el dolor, en vez de tratar de negar la pérdida o huir de ella. Graham Greene, que reconocía tener un carácter manícodepresivo y una necesidad recurrente de huir de los periodos de depresión, tenía razón al suponer que escribir, componer o pintar puede ser una forma de terapia, aunque sin duda no es ésta su única función. Es más, es una forma de terapia que no requiere otro terapeuta que la propia persona que sufre.

Hemos visto que las personas creativas están acostumbradas a la soledad, y hemos analizado algunas de las razones que lo explican. En lugar de buscar amigos en los que confiar o consejeros a los que contar sus problemas, utilizan sus dotes para avenirse con su sufrimiento y hacer que tenga sentido. Una vez que la obra está

terminada, se la puede compartir con otros; pero la respuesta inicial ante la depresión es replegarse en lugar de desplegarse.

El acto creativo es un modo de superar el estado de indefensión que, como hemos visto, es un componente tan importante de la depresión. Es un mecanismo de defensa; un modo de ejercer el control, así como un modo de expresar las emociones. De hecho, el acto de expresar las emociones en sí mismo da a quien sufre cierta sensación de control, aun cuando él o ella no tenga especial talento. Los psicoterapeutas, sobre todo aquellos que se han formado en la escuela de Jung, sugieren a menudo a sus pacientes que, cuando se sientan agobiados por la ira o el desconsuelo, traten de pintar o de dibujar sus sentimientos, o, al menos, de escribir lo que sienten. Muchos pacientes atraviesan periodos de especial ansiedad en los que se sienten tan al páiro de sus emociones que temen ser incapaces de soportar la espera entre las sesiones de psicoterapia. Si se les puede persuadir de que expresen sus sentimientos de una u otra de estas formas cuando están solos, normalmente pierden la sensación de agobio y recuperan cierto grado de control.

Se puede citar a Tennyson como un ejemplo bien conocido de persona con talento que lo utilizó como modo de enfrentarse a la pérdida. Tennyson empezó a escribir *In memoriam*, su respuesta a la muerte de su amigo Arthur Hallam, a los pocos días de haberse enterado de ella. *In memoriam* iba a absorber a Tennyson de un modo intermitente durante un periodo de casi diecisiete años. Originalmente, no fue concebida para su publicación aunque, cuando finalmente apareció, tuvo un éxito enorme.

Hallam había estado prometido con Emily, la hermana del poeta. También había sido el mejor amigo de Tennyson en Cambridge, en donde ambos habían sido miembros de un club secreto: el de Los Apóstoles. Su amistad fue íntima y apasionada, pero no declarada ni solapadamente homosexual. Las generaciones anteriores a Freud fueron más afortunadas que las nuestras al poder admitir libremente el «amor» con un miembro del mismo sexo, o del sexo contrario, sin la suposición de que todo amor es necesariamente sexual en su origen. Hallam murió en Viena de un modo completamente inesperado el 15 de septiembre de 1833. La causa de la muerte fue probablemente una hemorragia subaracnoide; es decir, una forma de ataque cerebral debido a una malformación circulatoria o a un aneurisma en las arterias que riegan el cerebro. Tenía veintitrés años.

A diferencia de Emily, Alfred no se hundió aparentemente bajo la losa de la muerte de Hallam, aunque probablemente la sintió muy profundamente y sin duda le afectó hasta mucho después de que ella se hubiera recuperado. Mantuvo las actividades de la vida cotidiana, pero había perdido su anclaje más importante con la realidad. El único recurso que le quedaba era la poesía, utilizada como un narcótico de una existencia que temporalmente carecía de sentido^[8].

El uso de Robert Bemard Martin del término «narcótico» posiblemente nace de la propia referencia de Tennyson en *In memoriam* a los «pesados narcóticos».

Pero, para el corazón y la mente intranquilos
El uso de la métrica miente;
Es ejercicio triste y mecánico
Como el de los pesados narcóticos que adormecen el dolor^[9].

Posiblemente es cierto que cualquier tipo de trabajo puede servir para aliviar el dolor inmediato de una pérdida. Robert Burton, en su dedicatoria al lector que abre *La anatomía de la melancolía*, escribe:

Escribo sobre la melancolía para estar ocupado en la manera de evitar la melancolía. No hay mayor causa de melancolía que la ociosidad, y «no hay mejor cura que la actividad», como sostiene Al Razi^[10].

Pero la práctica de escribir poesía hace algo más que anestesiar al que sufre. También puede hacer que recupere el sentido de la vida y cierta sensación de tener capacidad de enfrentarse a ella. Según el profesor Martin, como consecuencia directa de su pérdida Tennyson no sólo escribió *In memoriam*, sino también cierta cantidad de poemas que se encuentran entre los mejores de los suyos. El profesor Martin dice que *Ulises*, *Tiresias*, *Morte d'Arthur*, *On a Mourner*, *St. Simeón Stylites* y *O that 'twere possible*, y *Maudy* otros poemas, nacieron también así, y se refiere específicamente al «efecto terapéutico» que tuvieron sobre su autor; lo cual, afortunadamente, significa que se ha dado cuenta de que en ellos hay algo más que una acción de adormecimiento.

Tennyson nos proporciona un ejemplo particularmente vistoso de cómo interacciona la dotación genética con las circunstancias para dar lugar a la depresión. El abuelo paterno de Tennyson era un hombre inestable, que sufría ataques intermitentes de ira y de autocompasión sensiblera. Su inestabilidad pudo haber estado relacionada en parte con el hecho de que perdiera a su madre cuando tenía cinco años. De sus cuatro hijos, los dos mayores eran chicas. La mayor, Elizabeth, normalmente era alegre, pero «su salud nunca pudo competir con su carácter y, cuando estaba enferma, a veces sufría depresión». Mary, la segunda hija, era pesimista y calvinista hasta un extremo casi rencoroso, ya que se alegraba de que ella fuera una de los elegidos y trataba de arrepentirse por la segura condenación de su familia^[11].

El siguiente hijo, George Clayton Tennyson, el padre del poeta, era un clérigo muy perturbado que no sólo sufría depresiones recurrentes, sino que también era epiléptico y adicto al alcohol y al láudano. El cuarto hijo, Charles, era más estable que los demás, pero estaba aquejado de epilepsia, enfermedad que también sufrió un hijo suyo.

George Clayton Tennyson tuvo doce hijos, de los cuales el poeta, Alfred, fue el cuarto. El primero murió de pequeño. De los diez hermanos y hermanas supervivientes de Alfred, uno pasó casi toda su vida en un sanatorio mental y se dijo

de él que murió de extenuación tras un ataque maniático. Otro hermano «sufrió algún tipo de enfermedad mental próxima a la incapacidad, un tercero fue adicto al opio, un cuarto era muy alcohólico, y del resto de la numerosa familia, cada uno tuvo al menos un trastorno mental severo a lo largo de su vida»^[12].

Septimus Tennyson, uno de los hermanos del poeta, fue ingresado periódicamente en el asilo del doctor Matthew Alien en High Beach, del que también fue paciente el poeta John Clare. El propio Alfred Tennyson estuvo también allí, pero no hay certeza de que estuviera ingresado. No cabe duda de que sufrió periodos recurrentes de depresión a lo largo de su vida. También era un gran fumador y bebedor. En un pasaje posterior, el profesor Martin hace otra referencia al papel que desempeñó la poesía para aliviar la depresión y la hipocondría de Tennyson.

Al crear las armonías y el orden simbólico de los poemas, fue capaz de percibir momentáneamente cierta clase de unidad y totalidad que eran de aplicación a su propia vida, y así todo ello permaneció junto a él hasta su muerte^[13].

Esta perspicaz e importante afirmación acerca del papel de la creatividad en las vidas de los perturbados va mucho más allá de la referencia anterior del profesor Martin a la poesía como narcótico. La búsqueda del orden, la unidad o la totalidad es, según creo, una fuerza motivadora de notable importancia en las vidas de hombres y mujeres, cualquiera que sea su temperamento. El hambre de imaginación está vivo hasta cierto punto en todo ser humano. Pero cuanto mayor es la falta de armonía de su interior, más agudo es el estímulo para buscar la armonía o, si uno tiene talento, para *crear* armonía. Por eso Edward Thomas, en el comentario citado como uno de los epígrafes de este capítulo, se pregunta si deshacerse de la depresión no llevará consigo deshacerse también de la intensidad que le impulsaba a escribir.

Otro ejemplo de respuesta creativa a la pérdida nos lo proporciona Félix Mendelssohn. Su hermana mayor, Fanny, tenía casi tanto talento para la música como él. Estaban tan dedicados el uno al otro que los amigos de la familia solían bromear diciendo que deberían casarse. Fanny murió repentinamente a los cuarenta y un años, el 14 de mayo de 1847. Aunque Mendelssohn se había casado diez años antes, quedó tan abatido por las noticias de la muerte de su hermana que se desmayó cuando leyó la carta que la anunciaba y parece que nunca se recuperó de la pérdida. Cuando estuvo suficientemente bien como para viajar, Mendelssohn y su familia fueron a Suiza de vacaciones. Fue aquí donde compuso su última obra acabada de música de cámara, el *Cuarteto en fa menor (opus 80)*, que pretendía ser un homenaje a Fanny. Al cuarteto se lo califica de muy diverso modo como apasionado, como la obra de música de cámara más profunda y sentida, y como un posible estandarte de una nueva etapa en el desarrollo de Mendelssohn como compositor. Sin embargo, el destino no le dio tiempo a Mendelssohn para completar su duelo. El compositor murió sólo unos pocos meses después, el 4 de noviembre de 1847. Posiblemente, ambos hermanos

murieron de una hemorragia subaracnoide, el mismo tipo de ataque que había matado a Arthur Hallam trece años antes.

Estos son dos ejemplos de respuestas creativas a la pérdida en la vida adulta. También hay muchos ejemplos de respuestas creativas a pérdidas producidas en la primera infancia.

Andrew Brink, profesor de inglés y profesor asociado del Departamento de Psiquiatría de la Universidad de McMaster, ha escrito dos libros en los que aplica la teoría de relaciones objétales a la composición de la poesía: el primero es *Loss and Symbolic Repair*^[14]; y el segundo, *Creativity as Repair*^[15]. El primer libro es un estudio de los poetas Cowper, Donne, Traheme, Keats y Plath. El segundo es una secuela del primero, en el que se tiene en cuenta una mayor cantidad de estudios relacionados con el mismo tema.

Otra aproximación literaria académica a la poesía desde este mismo punto de vista es obra de David Aberbach, autor de *Loss and Separation in Bialik and Wordsworth*^[16], de *At the Handles of íhe Lock*^[17] y de otros artículos y libros relacionados con el mismo tema. Ambos autores profesan opiniones que merecen una exposición detallada que no sería adecuada en este contexto, pero me he inspirado en sus obras y reconozco con gusto mi deuda con ellas.

Uno de los poetas que Brink estudia es William Cowper, que también es objeto de una biografía de David Cecil titulada *The Stricken Deer*^[18]. Cowper es un ejemplo particularmente bueno de poeta cuya obra está íntimamente relacionada con la pérdida de su madre en la primera infancia. Él también era maníacodepresivo. Como señalé anteriormente, no creo que una pérdida temprana sea la causa *per se* de una psicosis maníacodepresiva, pero sí me inclino a pensar que es probable que una pérdida tal ponga de manifiesto cualquier predisposición genética hacia esta perturbación y que incremente la agudeza de los ataques cuando se produzcan.

Cowper nació en 1731 y era hijo de un clérigo. La familia de su madre tenía relación con la del poeta John Donne. (Es interesante señalar que Donne sufrió depresiones, que perdió a su padre cuando tenía cuatro años, que tenía tentaciones de suicidarse cada vez que se sentía afligido y que escribió la primera apología del suicidio en inglés: *Biathanatos*. ¿Compartieron la familia de Donne y la de Cowper esta predisposición genética que hacía más presente la pérdida de un progenitor?)

La primera infancia de Cowper parece haber sido idílica, y su relación con su madre, particularmente cercana. Pero cuando tenía casi seis años, ésta murió y su mundo se hizo añicos. Él mismo escribió:

¡Qué serenas horas pasé una vez!
¡Cuán dulce aún su recuerdo!
Pero han dejado una quejumbrosa voz
Que el mundo jamás podrá llenar^[19].

Su madre siguió siendo para él una figura idealizada. Cuarenta y siete años después de su muerte, le escribió a un amigo:

En verdad puedo decir que no pasa una semana (quizá podría decir igualmente un día) sin que piense en ella^[20].

Todavía seis años después, en 1790, escribió un poema titulado *On the Receipt of My Mother's Picture Out of Norfolk*, que para Brink se encuentra entre los más emotivos. Colgó el retrato en su dormitorio para que fuera lo último que veía por la noche y lo primero que viera cuando se despertara por la mañana. En el poema, Cowper escribe acerca de cuánto le ha recordado la pérdida el retrato, pero también de cómo ha estimulado su imaginación para proporcionarle alivio momentáneo; un ejemplo revelador de cómo el acto creativo expresa pérdida y, a la vez, ayuda al que sufre a superarla.

Y mientras ese rostro renueva mi dolor filial
La imaginación urdirá un conjuro que me alivie
Me transportará a una ensoñación Elisia
Un sueño momentáneo en el que tú eres ella.

Cowper finaliza su poema con esta estrofa:

Y mientras las alas de la imaginación estén libres todavía
Y pueda ver su espectáculo gestual
El tiempo no habrá triunfado del todo en su delito
Se alejará y me aliviará de su poder^[21].

Después de la muerte de su madre, Cowper fue enviado lejos, a una escuela en régimen de internado en la que fue brutalmente intimidado. Tenía tanto miedo a su principal torturador que decía que sólo le reconocía por sus zapatos con hebillas, ya que no se atrevía a mirarle a la cara. Después fue enviado a Westminster School, la cual fue afortunadamente menos traumática. En 1752, a los veintiún años, fijó su residencia en Middle Temple. Al cabo de pocos meses sufrió su primer episodio de depresión aguda. En 1763 tuvo otro ataque. Un terrible poema ilustra vivamente un fenómeno al que nos referimos en el capítulo 7; el límite hasta el cual la hostilidad se vuelve hacia uno mismo durante los episodios de depresión.

VERSOS ESCRITOS DURANTE UN PERIODO DE LOCURA

Odio y venganza, mi dosis eterna,
Apenas pueden soportar retrasar su toma
Espero impaciente adueñarme
De mi alma en un instante.

Más maldito aún que Judas: más detestado,
Que por unas pocas monedas vendió a su sagrado Maestro.
Jesús me traicionó dos veces, el último delincuente
Maldice al nuevo.

El hombre me rechaza y Dios me es ajeno.
El infierno podría ofrecer un refugio a mis miserias;
Por eso el infierno mantiene sus bocas siempre hambrientas,
Desbocadas todas contra mí^[22].

Si se sentía así cuando se deprimía, no es muy extraño que primero tratara de envenenarse con láudano, y, después, de ahorcarse, aunque sin éxito. Tuvo una crisis maníaca cuando tenía treinta y dos años. Sus episodios maníacos iban acompañados de éxtasis religiosos y de momentos trascendentes de reconciliación, arrepentimiento y gozo. Trató de restablecerse por la pérdida de su madre volviéndose hacia Dios. En el *Olney Himn*, que empieza «¡Escucha mi alma! ¡Es el Señor!», Jesús dice:

¿Puede cesar el tierno amor de una mujer
hacia el niño que alumbró?
Sí, puede ser olvidadiza,
Aunque yo se lo recordaré^[23].

También halló consuelo en la contemplación de la naturaleza, pero esto tampoco servía de nada cuando se deprimía mucho.

Este arroyo espejado, ese pino que se extiende
Aquellos alisos que se estremecen con la brisa
Pueden aliviar un ánimo menos dolorido que el mío
deleitar, si algo pudiera deleitar.

Pero el cariño inamovible y duradero
No puede pasarse sin lo que siente
Muestra la misma tristeza en todas partes
E insulta a la primavera y a la escena^[24].

Esta experiencia de poder reconocer la belleza intelectualmente, al tiempo que se

es incapaz de apreciarla emocionalmente, es un rasgo característico de la depresión. Coleridge expresa exactamente esta carencia en *Dejection: An Ode*.

Y aquellas finas nubes en lo alto, en copos y en hileras,
Que obsequian con su movimiento a las estrellas;
Aquellas estrellas que brillan tras ellas o entre ellas,
Ora titilando, ora ensombrecidas, pero visibles siempre:
Aquella media luna, tan firme como si creciera
Con su propia nitidez, el lago azul sin estrellas;
Lo veo todo excelso y bueno,
Lo veo, ¡pero no siento su belleza!^[25].

En un momento anterior de este capítulo hicimos referencia a la tendencia que manifiestan aquellos que han sido abandonados pronto en su vida a buscar el padre perdido en aquellos con los que se vinculan. Cowper estableció vínculos de dependencia con una serie de mujeres, pero nunca se casó, probablemente porque temía que su pérdida original pudiera repetirse. Durante muchos años, Cowper fue atendido por la señora Unwin, una mujer mayor casada. Cuando ésta enviudó, acordaron casarse, pero durante 1772 y 1773 Cowper sufrió otro episodio de depresión en el que manifestó la fantasía de que todo el mundo le odiaba, incluida la señora Unwin. Esto consiguió evitar eficazmente que el matrimonio se produjera.

A la pérdida, por muerte o separación, de otros amigos de los que Cowper dependía, le siguieron posteriores ataques de depresión. En 1787, por ejemplo, se deprimió de enero a junio tras la muerte de un amigo varón con el que mantenía correspondencia continua, y por la marcha de una amiga muy querida. De todos modos, cuando estaba en su etapa más productiva como poeta parece haber atravesado periodos de optimismo bastante largos.

Cowper también proporciona un asombroso ejemplo de cómo los sentimientos de indefensión acompañan a los ataques recurrentes de depresión, quizá particularmente cuando la depresión está relacionada con la pérdida de la madre en la infancia, como señalaron Brown y Harris en el estudio al que nos hemos venido refiriendo. En su biografía de Cowper, David Cecil señala que

una de las fuerzas más poderosas que se oponían al restablecimiento de Cowper era su fatalista sumisión al mal, y esto estaba reforzado por sus hábitos. Durante años, toda su existencia había sido necesariamente la de alguien sumiso, inactivo y ocioso ante las circunstancias^[26].

Pero a veces, cuando Cowper descubría que podía escribir, superaba esa sensación de indefensión; esa creencia de que no podía hacer nada para combatir las fuerzas del mal que, cuando se deprimía, sentía como incontrolables. Una de sus amistades femeninas, lady Austen, le urgía constantemente a hacerse cargo de nuevos proyectos. Animar a alguien deprimido a que haga algo es una empresa peligrosa.

Requiere un equilibrio delicado entre ser simpático y ser firme. Demasiada simpatía puede reforzar la creencia de la persona deprimida en su desamparo y desesperanza, pero el ánimo demasiado marcado hace que la persona deprimida sienta que nadie comprende las honduras de su tristeza.

Lady Austen parece haber tocado justamente el palillo adecuado. Cuando ella le sugirió a Cowper que debía probar con el verso libre, él respondió diciendo que no tenía ningún tema. «Escribid sobre el sofá», le dijo lady Austen; y así hizo. El poema acabó siendo *The Task*, una obra de varios miles de versos en la que Cowper vertió todo lo que sentía acerca de la condición humana. Reconoció el efecto terapéutico que tuvo sobre él escribir este largo poema.

Aquel que atiende a suyo interior
Que tiene corazón y lo cuida; que tiene una mente
Que anhela y la abastece; y el que busca
Vida social no disipada;
Tiene trabajo; no siente que se ocupe de alcanzar
Una meta baladí, aun silente^[27].

Cowper no es el único poeta que ha sufrido pérdidas y episodios recurrentes de depresión aguda. Antes hablamos de que John Donne perdió a su padre cuando tenía cuatro años, y que también fue un suicida recurrente. William Collins, Samuel Coleridge, Edgar Allan Poe, John Berryman, Louis Mac Neice y Sylvia Plath perdieron a alguno de sus progenitores antes de cumplir doce años, y está muy documentado que todos ellos sufrieron depresiones. Coleridge era adicto al opio; Poe era un alcohólico recurrente, utilizaba láudano y pudo haber sido adicto a él; Mac Neice era alcohólico, y tanto Berryman como Plath se suicidaron.

A esta lista de poetas que sufrieron una pérdida prematura y que se deprimían con frecuencia puede añadirse a Miguel Ángel. A veces se olvida que, además de pintar y de crear algunas de las esculturas más soberbias de todos los tiempos, Miguel Ángel escribió unos trescientos poemas. La madre de Miguel Ángel murió cuando éste tenía seis años. Tal como demuestran sus sonetos, sufrió depresiones agudas a lo largo de su vida. La tendencia homosexual de Miguel Ángel está bien documentada. El ascetismo con el que se castigaba pudo haber contribuido a su depresión. Vale la pena señalar que de los cinco hijos que tuvo su madre, sólo uno se casó.

En algunos de estos ejemplos, la contribución de la genética a la depresión es obvia. El suicidio de los padres es una causa de pérdida prematura. El padre de John Berryman se pegó un tiro cuando su hijo tenía once años; el propio poeta se suicidó el 7 de enero de 1792 a la edad de cuarenta y siete años arrojándose al Misisipí desde un puente.

La madre de Louis Mac Neice desarrolló una forma de depresión aguda convulsiva cuando el futuro poeta tenía cinco años y medio. Fue ingresada en una

casa de acogida en agosto de 1913 y sus hijos no volvieron a verla jamás. Murió en el hospital en diciembre de 1914. La hermana de Louis Mac Neice creía que éste estuvo obsesionado durante toda su vida con el recuerdo de su madre llorando y paseando de un lado a otro por el sendero del jardín. Como muchas otras personas con talento propensas a la depresión, Louis Mac Neice se volvió alcohólico.

También hay ejemplos de poetas que experimentaron una pérdida prematura pero que no sufrieron, o no se sabe que hayan sufrido, ataques de depresión que fueran tan evidentemente agudos que pudieran calificarse de enfermedad mental. Entre estos poetas se encuentran John Keats, Thomas Traherne, William Wordsworth, Stephen Spender, Cecil Day-Lewis y lord Byron.

Stephen Spender recoge en su autobiografía que su madre era una mujer parcialmente inválida cuya mala salud ensombreció su infancia. También era muy nerviosa, inestable y muy dada a las escenas violentas y los gestos dramáticos. Quizá esto explique el hecho de que, aunque sólo tuviera doce años cuando murió su madre, Spender escribiera:

Si sentí la muerte de mi madre de algún modo, fue como alivio de una carga y como un estímulo excitante^[28].

Al relacionar el abandono y la depresión es importante recordar que ni siquiera la pérdida de una madre es siempre una tragedia.

Byron tuvo sin duda una personalidad inestable, en el sentido de que mostraba cambios de ánimo extremos. En el capítulo 3 señalamos que Keats estaba obsesionado con la muerte. Esto difícilmente puede sorprendernos. Keats perdió a su padre cuando tenía ocho años y a su madre cuando tenía catorce; y un hermano a los seis años y otro a los veintitrés. Su abuelo materno murió cuando él tenía nueve años y su abuela materna cuando tenía diecinueve; y un tío suyo murió cuando tenía trece años. En una carta escribió:

Nunca he conocido ninguna felicidad sin mácula que durara muchos días: la muerte o la enfermedad de alguien siempre ha malogrado mis horas^[29].

Quizá las familias de estos poetas carecieron de la propensión genética hacia la depresión que postulamos que se activa o se combina con la pérdida de un progenitor para producir ataques agudos. De todos modos, a menudo la pérdida dio lugar a temas concretos de su poesía.

Wordsworth perdió a su madre cuando tenía ocho años, y a su padre a los trece. El poeta sionista Chaim Bialik perdió a su padre a los siete años. Ambos padecieron la disolución de sus familias. En un artículo en el que se comparan sus obras, David Aberbach escribe:

Los efectos de la pérdida y la desorganización familiar se reflejan en muchos rasgos destacados de la poesía de Wordsworth y Bialik: las presencias y objetos obsesivos, a veces un padre o una figura obviamente

paterna, el anhelo de un paraíso perdido, el énfasis en las comidas, el motivo de la comunión con la naturaleza, el tono general de aislamiento, abandono, depresión y culpa y, finalmente, la hostilidad. La nota «romántica» dominante de su poesía —la exploración del yo— puede contemplarse como un intento de reforzar un yo debilitado por las pérdidas infantiles y la consiguiente inestabilidad emocional^[30].

La madre de Thomas Traheme murió cuando éste tenía aproximadamente cuatro años. No hay certeza acerca de si su padre murió también o no, pero Traheme y su hermano fueron acogidos por parientes y, en cualquier caso, perdieron efectivamente a ambos progenitores. Andrew Brink considera en términos similares la idealización de la naturaleza y de la infancia de Traheme; como un alargar la mano hacia una felicidad que nunca existió. Aunque normalmente se considera que Traheme es un poeta de la felicidad y el amor divino, Brink señala que también refleja momentos de espanto y horror. Concluye en que

el verso y la prosa de Traheme ofrecen una doctrina de regeneración, de transformación de un modo de vida insatisfactorio hacia otro mejor^[31].

Brink también muestra la dependencia de Traheme de los objetos externos para alcanzar el sentimiento gozoso de unidad que persigue.

En el arte de Traheme cabe destacar su incesante búsqueda de objetos deseados, objetos naturales en cantidad ilimitada presentados atractivamente a los sentidos. El deseo de fusión con los objetos, un deseo siempre renovado por adquirirlos para satisfacción de la mente, aparece en casi todo lo que escribió. [...] El cielo o el árbol más ordinario pueden conducir al éxtasis al espíritu de Traheme cuando se ha preparado para este transporte^[32].

Estoy tentado de relacionar esto, como hace Brink, con la falta de «buenos objetos» en el interior de la psique: por ejemplo, un fracaso en la primera infancia para incorporar el amor de la madre, el cual aseguraría una fuente continua de autoestima procedente del interior de uno mismo.

Boecio, a cuya obra me referí en el capítulo 4, representa a la filosofía como a una mujer que le trae sabiduría desde lo alto. Y que se esmera por señalar al filósofo que la dependencia de los objetos externos para alcanzar la felicidad está repleta de riesgos y engaños. Tras exponer la vacuidad de la riqueza y del gusto por las piedras preciosas, continúa diciendo:

¿Te deleita la belleza del campo? ¿Y por qué no, si es una parte hermosa de la obra bellísima de la creación? De la misma manera nos alegramos con la contemplación del mar, del cielo, de las estrellas, de la luna, del sol. ¿Acaso te pertenece algo de todas esas grandezas? ¿Te puedes ufanar con las galas de las flores de primavera? ¿O es obra tuya la explosión de vida que exhiben los frutos del otoño? ¿Por qué te extasías con alegrías tan vanas y te dejas abrazar por bienes que están fuera de ti y que no son tuyos? [...] De todo esto se deduce claramente que ninguna de las cosas que tú encuentras entre tus bienes es tuya. [...] ¿Tan carente estás de bienes propios internos que vas a buscarlos fuera y lejos de ti?^[33].

La noción psicoanalítica aparentemente moderna de incorporación de «buenos objetos» o de «frutos» era completamente común a la mentalidad del siglo vi. A la luz

de las observaciones de la filosofía, el culto extático a la naturaleza de Wordsworth y Traherne lleva implícito un aspecto bastante diferente del simple placer.

Como ya señalé, la predisposición a la depresión y la pérdida prematura son variables independientes, aunque cuando aquella está presente, esta última refuerza la tendencia a la depresión y su gravedad. La pérdida prematura es común sin duda entre los escritores, pero los episodios de depresión aguda definibles clínicamente, alternen o no con episodios maníacos, también se dan con frecuencia en escritores que no tienen como antecedente una pérdida temprana. Además de aquellos que ya he mencionado, entre los poetas que padecieron episodios recurrentes de depresión se encuentran Christopher Smart, John Clare, Gerard Manley Hopkins, Anne Sexton, Hart Crane, Theodore Roethke, Delmore Schwartz, Randall Jarrell y Robert Lowell. De estos poetas, Smart, Clare, Sexton, Crane, Roethke, Schwartz, Jarrell y Lowell recibieron tratamiento para la depresión. Smart y Clare fueron ingresados en «casas de locos»; Lowell ingresó con frecuencia en hospitales psiquiátricos, tanto durante sus episodios maníacos como en sus fases depresivas. Clare, Jarrell y Sexton se suicidaron.

Existen pocos estudios experimentales, y aquellos que existen están basados necesariamente en cifras reducidas. Pero en 1974, Andreasen y Canter investigaron con un grupo de escritores en el Taller de Escritura de la Universidad de Iowa. Entre los escritores entrevistados predominaban más las enfermedades del carácter (la depresión aguda recurrente o los trastornos maníacodepresivos) que en un grupo de control seleccionado: un 67 por 100 contra un 13 por 100. De quince escritores, nueve habían visitado a psiquiatras, ocho habían sido tratados con medicación o con psicoterapia, y cuatro habían estado ingresados en un hospital. Dos habían sufrido episodios maníacos y depresivos, mientras que ocho habían sufrido sólo depresiones recurrentes. Seis mostraban síntomas de alcoholismo. Uno de ellos se suicidó dos años después de que se acabara la investigación. La importancia del factor genético queda atestiguada por el hecho de que, entre los parientes de los escritores, el 21 por 100 tenía un trastorno psiquiátrico definible, normalmente depresión, mientras que sólo el 4 por 100 de los pacientes del grupo de control podían clasificarse de modo similar^[34].

En un estudio reciente sobre cuarenta y siete escritores y artistas, Jamison descubrió que el 38 por 100 había tenido brotes de trastornos de personalidad. Concretamente, los poetas eran objeto de cambios de ánimo extremos, y nada menos que la mitad de la muestra estudiada había sido tratada con medicamentos como pacientes externos, o ingresada en un hospital para recibir tratamiento con antidepresivos, con terapia de electroshock o con litio^[35].

Una persona amenazada por episodios maníacos o por depresión aguda es normalmente incapaz de hacer ningún trabajo valioso. La falta de descanso, la incapacidad para concentrarse y el rápido «vuelo de las ideas» de los maníacos hacen imposible el trabajo continuado. La ralentización de los procesos de pensamiento, los

sentimientos de desánimo y desamparo, la creencia de que no vale la pena emprender nada y la convicción de que nada de lo que se haga tendrá valor, todo ello sirve para impedir que la persona con depresión aguda sea creativa.

Aun así, la predisposición a estos desórdenes es particularmente común entre los escritores creativos. Esta aparente paradoja puede resolverse si aceptamos que esta predisposición actúa como un estímulo empujando a la víctima potencial a enfrentarse al trabajo solitario, difícil, doloroso, y a menudo sin recompensa, de explorar sus propias profundidades y registrar sus hallazgos. Mientras es capaz de hacer esto, quizá puede escapar de quedar abatido. La evidencia sugiere que, aunque muchos creadores pueden estar más perturbados que la media de las personas, también están dotados de más recursos que les ayudan a superar sus conflictos y problemas. Los psiquiatras con experiencia en el tratamiento de personas creativas saben que éstos sólo piden ayuda cuando sus potencialidades creativas están paralizadas.

Hemos visto que la persona extravertida, que tiende a descuidarse a causa del exceso de adaptación a los demás, puede ser capaz de compensar y expresar su verdadero yo en soledad. También hemos visto que el hombre o la mujer cuyo desarrollo se ha visto debilitado por una separación temprana, o por el aislamiento, puede encontrar solaz en el uso de la imaginación.

Ahora podemos dar un paso más y comprender que el proceso creativo puede ser un modo de proteger al individuo contra el abatimiento de la depresión; un medio de recuperar su sentido del control para aquellos que lo han perdido y, en diferente medida, un modo de restablecer el yo dañado por el abandono o por la pérdida de confianza en las relaciones humanas que acompaña a la depresión, sea lo que fuere lo que la causare.

Una vez más, es importante destacar que la depresión es parte de la experiencia de todo ser humano. No se puede trazar una línea clara y tajante entre la depresión que todos experimentamos como respuesta a una pérdida y el tipo de depresión que se califica de enfermedad mental y requiere tratamiento psiquiátrico. La depresión varía enormemente en gravedad y agudeza, pero no en su naturaleza esencial.

Los hombres y mujeres de genio tienen a su disposición talentos que la pérdida puede movilizar y que se manifiestan en el trabajo en aficiones duraderas. La música, los poemas, los cuadros u otras obras inspiradas por una pérdida pueden aportar comprensión y descanso creciente a otros que hayan sufrido dolores similares.

Pero esto no significa que los hombres y mujeres corrientes que no tienen tanto talento no posean ningún recurso en su interior ni ninguna dote imaginativa. Ni tampoco que la respuesta creativa, si realmente lo es, se ponga en marcha exclusivamente con una pérdida. Los poemas no sustituyen a las personas. Los que escriben como si así fuera, y entre ellos se encuentra alguno de los escritores citados en este capítulo, no hacen justicia a la capacidad para la imaginación de la especie humana. La respuesta creativa a la pérdida sólo es un ejemplo del uso de la

imaginación. Sólo aquellos que ensalzan las relaciones humanas en su jerarquía de valores hasta límites idealizados podrían pensar que la creatividad no es más que un sucedáneo de estas relaciones.

La búsqueda de la coherencia

Es bueno que no me deje influir.

LUDWIG WITTGENSTEIN

En los dos últimos capítulos nos ocupamos principalmente de las personas creativas cuya obra se debía en parte a la pérdida o a la separación. Espoleados por la depresión, se afanaron por crear mundos imaginarios, por compensar lo que estaba desapareciendo de sus vidas, por reparar el daño que habían sufrido y por recuperar para sí mismos cierta sensación de valía y competencia. A causa de su preocupación prioritaria por las relaciones interpersonales y de su batalla por recuperar a través de su obra algo que sentían que perdían, a muchas de estas personas podría calificárselas de predominantemente extravertidas, aunque con frecuencia estuvieran más replegadas sobre sí mismas de lo que a las personas extravertidas les gusta ser. Para utilizar los términos de Howard Gardner, suponíamos que estos individuos eran más bien *conceptuales* que *narrativos*. Cuando se refugiaban en la soledad para perseguir sus metas creativas, a menudo un componente de su obra era un deseo de recuperar cierta unión feliz con otra persona o con la naturaleza, entendida como persona sustitutiva.

Las excepciones totales o parciales a esta generalización son Saki, del que nos ocupamos en el capítulo 8, o Kafka, algunos de cuyos rasgos fueron esbozados al final del capítulo 7. Ambos eran narradores, pero sus historias difícilmente tienen algo que ver con las relaciones humanas íntimas, y ninguno de los dos estableció ninguna relación íntima duradera en la realidad.

Sin embargo, el diario de Saki sugiere que, por muy dolido que estuviera por su pérdida temprana y sus experiencias infantiles, se enzarzó en buen número de encuentros sexuales con los muchachos y jóvenes que le gustaron. Aunque seguramente no se puede considerar que Saki fuera principalmente extravertido, había una cara extravertida de su carácter que se manifestaba en su vida social en Londres, su gusto por la sociedad a la moda que ridiculizaba y su disfrute de la vida de mofa antes de partir hacia los horrores del frente occidental.

Aunque fue querido y respetado por sus amigos, Kafka era patológicamente introvertido: como muchos psiquiatras le calificarían, esquizoide. Tuvo unos cuantos encuentros sexuales, pero resolvió que sus compromisos emocionales más profundos estuvieran reducidos casi por completo a un intercambio de cartas. Sólo durante el último año de su vida fue cuando consiguió soportar vivir realmente con una mujer.

En este capítulo quiero analizar algunos ejemplos de personas creativas cuya percepción principal no estaba relacionada prioritariamente con las relaciones humanas, sino con la búsqueda de la coherencia y el sentido. Estos individuos se corresponden con las personas que Jung calificó de introvertidos, Hudson de convergentes, Gardner de *conceptuales*, y que, cuando están obviamente enfermos o son anormales, los psiquiatras califican de esquizoides.

Como hemos visto, casi todos los tipos de personas creativas, cuando son adultas, muestran cierto rechazo hacia los demás o cierta necesidad de soledad. Pero los individuos en los que estoy pensando van más allá de esto. Superficialmente, puede parecer que tienen mejores relaciones con las personas que lo que sabemos de los poetas mencionados en el capítulo 9. Pero con frecuencia esto se debe a que, a diferencia de los extravertidos, y también del tipo de personalidad esquizoide que representaba Kafka, han aprendido a renunciar a la necesidad de intimidad. No están tan trastornados cuando las relaciones van mal porque, para ellos, el sentido de la vida está menos ligado a las relaciones íntimas que para la mayoría de la gente.

Supongamos por un momento que los individuos a los que acabo de referirme mostraron «comportamiento de rechazo» de pequeños, y aceptemos que el comportamiento de rechazo es una respuesta encaminada a proteger al niño de la desorganización conductual. Si trasladamos este concepto a la vida adulta, podemos ver que un niño que rechaza puede muy bien convertirse en una persona cuya necesidad principal fuera encontrar cierto tipo de sentido y orden en la vida que *no* dependiera completamente, ni siquiera principalmente, de las relaciones interpersonales. Es más, una persona así es probable que sintiera la necesidad de proteger de las interferencias de los demás el mundo interior en el que se desarrolla esta búsqueda de sentido y orden, porque percibiría a los demás en actitud de amenaza. Las ideas serían como delicadas plantas que se marchitarían si se expusieran al escrutinio prematuro.

En un libro anterior hice hincapié en la necesidad de relaciones interpersonales para la maduración de la personalidad. Un capítulo titulado «The Relativity of Personality» subrayaba el hecho de que la personalidad es un concepto relativo.

Si por personalidad entendemos «el carácter personal distintivo» de un hombre, estamos obligados a reconocer que sólo podemos concebir una entidad de esta naturaleza en términos de contraste con otros caracteres personales^[1].

Luego continuaba:

Uno ni siquiera puede empezar a ser consciente de sí mismo como individuo aislado sin otra persona con la que compararse. Un hombre aislado es un hombre colectivo, un hombre sin individualidad. La gente a menudo manifiesta la idea de que son más ellos mismos cuando están solos; y los artistas creativos pueden creer especialmente que en la torre de marfil de la solitaria expresión de su arte es donde se realiza su ser más íntimo. Olvidan que el arte es comunicación y que, implícita o explícitamente, la obra que producen en soledad está dirigida a alguien^[2].

Todavía creo en esto; pero quiero añadir un corolario al efecto de que la maduración e integración puedan tener lugar en el seno del individuo aislado en un mayor grado de lo que antes había permitido. Los grandes creadores introvertidos son capaces de definir su identidad y alcanzar su *autorrealización* mediante la *autorreferencia*; es decir, en interacción con su obra pasada antes que con otras personas.

Esto es claramente imposible para un niño pequeño, que debe interaccionar tanto con las personas como con las cosas para ir definiendo paulatinamente su identidad. En la medida en que podemos comprenderlo, así va ganando terreno poco a poco la conciencia de que somos personas independientes. Podemos concebir al bebé teniendo que habérselas con los objetos del mundo exterior; por ejemplo, dando con el pie en el extremo de la cuna. A medida que aprende poco a poco a utilizar las piernas y a ejercer control sobre sus movimientos, el bebé obtendrá información propioceptiva sobre la posición de sus piernas en el espacio y, por tanto, de sus dimensiones. Se recordará que en el capítulo 4 señalamos que la pérdida de información propioceptiva procedente de los movimientos de las piernas, cuando es impuesta por la inmovilidad hospitalaria o por los procedimientos de interrogación que obligan a adoptar posturas fijas, era una poderosa fuerza para destruir las fronteras de la autodefinición.

El niño también debe de hacerse consciente de su independencia a causa de su necesidad de que alguien lo cuide; de que lo alimenten, lo mantengan caliente, lo laven, etc. A menos que sus necesidades sean satisfechas inmediatamente, debe de haber un intervalo de tiempo entre el descubrimiento de una necesidad y su satisfacción, significado por un grito de disgusto que a la vez solicita ayuda y le indica si hay algo o alguien «ahí fuera» que le proporcione lo que no puede obtener por sí solo. En el comienzo de la vida, la autodefinición, la conciencia de existir como persona independiente y el desarrollo de una identidad coherente deben de depender de la interacción entre el bebé y la madre o el sustituto de la madre. En el curso de acontecimientos ordinarios, la interacción con los demás seguirá proporcionando a la mayoría de las personas la autodefinición y la coherencia a lo largo de la vida.

Uno de los psicoanalistas más originales de los últimos años, Heinz Kohut, ha sustentado su idea de la neurosis y su curación en nociones similares. Sostiene que el desarrollo de una estructura de personalidad sana, sólida y coherente depende en primera instancia de la experiencia reiterada del niño de ser reconocido de modo continuo por lo que Kohut llama «autoobjetos empáticos resonantes». Es decir, el niño necesita interaccionar con sus padres o sus figuras paternas, quienes refuerzan su sentido del yo porque reconocen y reflejan la identidad en desarrollo del niño tal como es; empatizan con los sentimientos del niño, responden a sus necesidades con «firmeza no hostil y cariño no seductor», y no rechazan las demandas del niño con agresiones ni se pliegan a ellas con sentimentalismo indiscriminado^[3].

Kohut muestra que esta necesidad de refuerzo es algo persistente.

La psicología del yo [que es el nombre que da Kohut a la revisión de la teoría psicoanalítica] sostiene que las relaciones del yo con los autoobjetos constituye la esencia de la vida psicológica desde el nacimiento hasta la muerte, que el desplazamiento desde la dependencia (simbiosis) hasta la independencia (autonomía) en la esfera psicológica no es más posible ni deseable que el desplazamiento equivalente desde una vida dependiente del oxígeno a otra independiente de él en la esfera biológica. Desde nuestro punto de vista, las evoluciones que caracterizan la vida psicológica normal deben contemplarse en el marco de la naturaleza cambiante de la relación entre el yo y sus autoobjetos, pero no en la renuncia del yo a los autoobjetos. Concretamente, los avances en el desarrollo no pueden entenderse en términos de sustitución de los autoobjetos por objetos de amor o como progresos en el desplazamiento del narcisismo hacia el amor por los objetos^[4].

Kohut cree que la ansiedad más profunda que puede experimentar una persona es lo que llama «angustia de desintegración». Los individuos a los que considera susceptibles de ella son aquellos que, bien a causa de la inmadurez de las repuestas de sus padres hacia ellos en la infancia, bien a causa de la ausencia de comprensión paterna empática, no han construido una personalidad coherente fuerte.

Uno puede comparar la idea de Kohut con la de mirarse en un espejo. Un espejo limpio y lustroso reflejará repetidamente a la persona en desarrollo como en realidad es y así le proporcionará una sensación nítida y veraz de su identidad. Un espejo sucio, resquebrajado y mal azogado reflejará una imagen borrosa e incompleta, que proporcionará al niño una imagen de sí mismo inexacta y distorsionada.

En el capítulo 7 hicimos referencia a la amenaza de la desorganización conductual que hace que los niños rechacen a sus madres. La percepción de Kohut de que ciertos individuos desvalidos están amenazados por el temor a la desintegración seguramente es la misma idea con distintas palabras. La angustia de desintegración también puede compararse con el miedo a la destrucción del «yo interior» de los sujetos esquizoides que R. D. Laing describió tan bien en *El yo dividido*^[5]. Kafka, al que nos referimos anteriormente, es un ejemplo de individuo esquizoide que sentía que su capacidad de conservar su yo interior estaba amenazada por la intimidad.

Kohut también cree que la eficacia terapéutica del psicoanálisis depende de si el psicoanalista puede entender y empatizar con su paciente de tal modo que este último pueda desarrollar la coherencia interior que fue incapaz de desarrollar en la infancia.

Esta idea de curación se aparta en cierto modo de la original que proporcionó Freud. El modelo de Freud era esencialmente cognitivo. Estaba basado en la recuperación y comprensión de los traumas de la primera infancia y, más concretamente, en la anulación de la represión y en hacer consciente lo inconsciente.

El modelo de curación de Kohut es una variante de la teoría de relaciones objétales basada en la transferencia. Si el psicoanalista está haciendo su trabajo adecuadamente, está ofreciendo lo que Franz Alexander solía llamar «una experiencia emocional correctora». El psicoanalista está ofreciendo refuerzo reiterado y apoyo al yo deteriorado del paciente porque es capaz de comprender y empatizar con la experiencia y los sentimientos del paciente.

Kohut hace la importante matización de que curar depende menos de la posición teórica a que se adhiera el psicoanalista de lo que éste posiblemente se imagina. Es decir, que mientras el psicoanalista pueda comprender de hecho a su paciente suficientemente bien y trasladarle esta comprensión, la curación se seguirá produciendo, al margen de la preferencia del psicoanalista por, digamos, la teoría de Klein en contraposición a la de Freud o la de Jung.

La insistencia de Kohut en que las relaciones del yo con sus autoobjetos son necesarias para la salud psíquica a lo largo de toda la vida está en consonancia con las ideas de Bowlby y Flarris que analizamos en los capítulos 1 y 2; concretamente, que los vínculos íntimos o las relaciones afectivas específicas se suponía que daban sentido a la vida de una persona por sí solas. La postura de Kohut es parecida también a la de Fairbaim, quien, introduciendo el concepto de *dependencia madura* en la etapa final del desarrollo emocional, afirmaba su creencia de que la autonomía total era a la vez imposible e indeseable. Como Auden escribió, «debemos amarnos unos a otros o morir»^[6].

Tanto Fairbaim como Kohut han hecho valiosas contribuciones a la teoría psicoanalítica, pero dudo si tienen razón en este ejemplo concreto si por «objetos» se refieren siempre a personas, lo cual parece ser el caso. La teoría de las relaciones objétales es ahora un concepto demasiado inamovible como para abandonarlo, pero es un uso inapropiado de la palabra «objeto», tal como Rycroft deja claro en su definición en *Diccionario crítico de psicoanálisis*.

En los escritos psicoanalíticos, los objetos son casi siempre personas, partes de personas o símbolos de una cosa u otra. Esta terminología confunde a los lectores, que están más familiarizados con la palabra «objeto» en el sentido de «cosa»; es decir, cualquier cosa que no sea una persona^[7].

Parece suficientemente lógico que los psicoanalistas, que ven que mucho de lo que no marcha bien en sus pacientes nace de distorsiones que se produjeron en sus «relaciones objétales» más tempranas, y que tratan a sus pacientes básicamente con la mediación de otra forma de relación interpersonal en la que ellos mismos intervienen, supusieran que las relaciones objétales son la única fuente de salud psíquica. No me cabe la menor duda de que la interacción entre el niño y su madre u otros responsables es vital en los primeros años, y de que las futuras salud física y capacidad de establecer relaciones satisfactorias con los demás en la vida adulta dependen en parte de ello. Tampoco tengo duda alguna de que, como hemos visto, la interrupción de las relaciones tempranas y la hostilidad o el rechazo por parte de los padres pueden orientar a un niño más hacia lo impersonal o hacer que le sea muy difícil establecer relaciones humanas. Pero también he sugerido que las personas pueden vivir satisfactoriamente vidas plenas sin depender necesariamente de las relaciones íntimas o cercanas, siempre que tengan relaciones de algún tipo y trabajo que ocupen su atención y alimenten su autoestima.

En mi opinión, el trabajo, especialmente si es creativo y varía, evoluciona y avanza con el paso de los años, puede proporcionar el factor integrador necesario en el seno de la personalidad, lo cual Kohut supone que procede sólo, o fundamentalmente, de las respuestas positivas que reflejan otras personas.

Jerrold Northrop Moore escribe en su biografía de Elgar:

El artista, como el resto de nosotros, está desgarrado por deseos diferentes que compiten en su interior. Pero, a diferencia del resto de nosotros, él convierte cada uno de esos deseos en un elemento de uso en su arte. Así que él trata de sintetizar todos sus elementos en armonía para crear un estilo. La señal de una síntesis acertada es un estilo unificado y único fácil de reconocer por todos^[8].

Según este punto de vista, el estilo es el aglutinante que sostiene en equilibrio a las diferentes partes de la personalidad; un factor integrador que los psicoanalistas tratan de que alcancen sus pacientes mediante la empatía y la comprensión, según expone Kohut, pero que también hasta cierto punto pueden alcanzar las personas con talento trabajando por su cuenta.

Si la creación de obras de arte, de sistemas filosóficos o de teorías sobre el universo es, en algunos casos, un intento de restablecerse de pérdidas anteriores o posteriores dificultades en la integración fructífera con otras personas, podemos ver que hay un sentido en el cual una sucesión de obras puede representar o sustituir a los «objetos». Pero seguramente es absurdo creer que todos los intereses humanos nacen así. Morris N. Eagle, en un artículo importante, «Interests as Object Relations», argumenta que la teoría psicoanalítica no ha hecho justicia al papel crítico que desempeñan los intereses en el funcionamiento de la personalidad.

En la teoría psicoanalítica tradicional, donde no se tienen en cuenta en absoluto los intereses, éstos tienden a contemplarse como algo esencialmente derivado. Así, en la sublimación —el concepto de la teoría psicoanalítica más relacionado con una comprensión del desarrollo de los intereses—, los intereses son consecuencia de «la orientación propia del instinto hacia un objeto diferente de y lejano a la satisfacción sexual» (Freud, S. E. XIV, página 94 de la edición inglesa). Es decir, que los intereses son el producto de la diversión de objetos sexuales hacia metas «más altas». Según este punto de vista, la capacidad de desarrollar intereses culturales depende de la capacidad que uno tenga para sublimar o «neutralizar» la energía sexual^[9].

Este punto de vista todavía perdura en las mentes de los psicoanalistas radicales, pero está anticuado y ya no se ajusta a los hechos de lo que sabemos acerca del desarrollo humano. Incluso los niños muy pequeños muestran considerable interés por objetos que les proporcionan estímulos visuales y auditivos nuevos; y no se puede considerar que estos estímulos tengan nada que ver con satisfacer impulsos físicos básicos como el hambre, la sed o la necesidad de contacto y calor.

En el capítulo 5 me referí al concepto de «objetos transicionales» de Winnicott y sugerí que «estas manifestaciones muy tempranas por las que se invierte a objetos impersonales de significado son prueba de que el hombre no nació sólo para el amor». También es verdad, como hemos señalado, que el niño que siente la seguridad de sus vínculos es el más capaz de apartarse de su madre para explorar el entorno e

investigar los objetos que contiene. Así, la manifestación más temprana de «intereses» no puede considerarse como un sucedáneo de los lazos afectivos, sino que más bien es una conducta que testifica en favor de su idoneidad.

En el capítulo 4 vimos que en situaciones extremas, como la reclusión en solitario o en el entorno de un campo de concentración, los intereses como la música, los idiomas o las convicciones políticas o religiosas sostenidas fervorosamente podían servir para evitar el colapso mental y la consiguiente muerte. Eagle cita el caso de un compositor que,

según el criterio psiquiátrico habitual, estaba bastante perturbado. Tenía paranoias con frecuencia, era desconfiado en exceso, estaba demasiado alerta de modo crónico, mostraba cambios de ánimo extremos, sufría periodos de mucha angustia y tenía pseudoalucinaciones. Aun así, en los veintiséis años que le conocí, nunca llegó a estar seriamente desorganizado y nunca fue abiertamente psicótico. Siempre me pareció que sin su talento y pasión musicales, que ocupaban un papel protagonista en el sostenimiento de su vida, se habría desequilibrado^[10].

La música, evidentemente, desempeñaba el mismo papel en la vida de este hombre que la escritura en la de Kafka. Coincido con la conclusión de Eagle de que

el interés por los objetos, así como el desarrollo de lazos afectivos, no deriva simplemente o es un exceso de energías y objetivos de la libido, sino que es un aspecto independiente fundamental del desarrollo que expresa una propensión innata para establecer vínculos cognitivos y afectivos con los objetos del mundo^[11].

Por tanto, podemos suponer que la persona con un equilibrio ideal puede encontrar el sentido de su vida tanto en sus relaciones interpersonales como en sus intereses. Aunque los intereses no derivan del fracaso en las relaciones con las personas, defenderé que, en el caso de algunas personas con talento que, por una u otra razón, no establecen relaciones cercanas, los intereses pueden asumir algunas funciones que normalmente desempeñan las relaciones íntimas.

Uno de los rasgos más interesantes de la obra de cualquier persona creativa es cómo aquella cambia con el tiempo. Ninguna persona muy creativa está satisfecha para siempre con lo que ha hecho. Incluso con frecuencia, después de finalizar un proyecto, experimenta un periodo de depresión del que sólo se libera embarcándose en la obra siguiente. Creo que la capacidad de crear proporciona una oportunidad irremplazable para el *desarrollo personal en aislamiento*. La mayoría de nosotros nos desarrollamos y maduramos principalmente con la interacción con los demás. Nuestro paso por la vida está definido por nuestro papel en relación con los demás; niño, adolescente, cónyuge, padre y abuelo. El artista, o el filósofo, es capaz de madurar básicamente por sí solo. Su paso por la vida está definido por la naturaleza cambiante y cada vez más madura de su obra, antes que por sus relaciones con los demás.

En un momento anterior de este capítulo sugerí que hay algunos individuos que están particularmente preocupados por cierta necesidad de descubrir un sentido y un orden en la vida que no está relacionado principalmente con las relaciones

interpersonales. Si lo que hemos expuesto hasta este momento es acertado, podemos esperar encontrar ejemplos de personas creativas que, primero, son básicamente introvertidas y, segundo, evitan, o tienen dificultad para establecer, relaciones cercanas. Uno podría suponer que estas personas estarían particularmente preocupadas por desarrollar su propio punto de vista de un modo autónomo, protector de su mundo interior contra el escrutinio prematuro y la crítica de los demás, y quizá más impermeable de lo normal a las ideas de los demás. También podríamos esperar que estas personas utilizaran su trabajo más que sus relaciones personales como su fuente principal de autoestima y satisfacción personal.

Además, deberíamos esperar encontrar que algunos de estos individuos fueran obviamente «neuróticos», en el sentido de infelices, ansiosos, fóbicos o depresivos: en otras palabras, que mostraran signos de sufrir esa falta de satisfacción en las relaciones interpersonales que los teóricos de las relaciones objétales suponen que es la causa matriz de la neurosis. Por otra parte, si acierto al suponer que los teóricos de las relaciones objétales han ido demasiado lejos en esta dirección, y que las relaciones interpersonales no son la única fuente de estabilidad y felicidad humanas, sería posible señalar a otros individuos que no buscan la satisfacción en esta dirección, sino que consiguen a través de su trabajo la estabilidad y felicidad que normalmente les corresponden a todos los seres humanos.

Y resulta que uno de los filósofos más originales e importantes cumple con todas las expectativas que hemos enumerado más arriba. Para el boceto de la personalidad de Kant que aparece a continuación, he seguido el relato de De Quincey de sus últimos días^[12], y las referencias a Kant en la obra *Los filósofos y sus vidas*, de Ben-Ami Scharfstein^[13]. Los filósofos, aunque están comprometidos profesionalmente con la exposición, refutación y discusión de las ideas de sus colegas y predecesores, pocas veces muestran mucho interés por sus personalidades o biografías, y pueden despreciar el interés por ello por irrelevante, impertinente o trivial. Se puede afirmar que los sistemas filosóficos se sostienen o se derrumban por su valor, al margen de quién los haya creado. Ciertamente es así: no obstante, como sugerimos en la introducción, muchos de los filósofos más originales del mundo occidental fueron personas que no sólo eran inusualmente inteligentes, sino que también eran inusuales en otras cosas.

Immanuel Kant nació el 22 de abril de 1774 en Königsberg, al este de Prusia, y pasó allí toda su vida. Era el cuarto de nueve hijos, de los cuales tres murieron de pequeños. Su padre, un talabartero, murió cuando Kant tenía veintidós años. Su madre, con cuyo amor y enseñanzas reconocía tener una deuda eterna, murió cuando tenía trece.

Aunque Kant no tenía más que elogios para sus padres, parece que su insistencia en la autonomía total se manifestó pronto, ya que no mostraba ninguna tendencia a idealizar la infancia y la representaba como una época en la que la disciplina impuesta por los demás debe necesaria y lamentablemente restringir la libertad del

niño. Además, creía que los niños lloraban al nacer porque se tomaban a mal lo que percibían como una orden: su incapacidad para hacer el uso adecuado de sus pulmones.

La disciplina, por muy desagradable que sea, era, sin embargo, necesaria para los niños. Kant, un tanto severamente, creía que las novelas debían mantenerse apartadas de los niños, ya que sospechaba que esas lecturas estimularían la fantasía romántica a expensas de los pensamientos rigurosos. También creía que había que enseñar a los niños a soportar la privación y las contrariedades con el fin de favorecer el desarrollo de la independencia.

La insistencia de Kant en la independencia era total. Según Bertrand Russell, Kant afirmaba que

no hay nada más espantoso que el hecho de que las acciones de un hombre estén sujetas a la voluntad de otro^[14].

Kant creía que todo ser racional era un fin en sí mismo, y que así era como deberíamos tratarnos unos a otros.

La correspondencia de Kant se ocupa principalmente de adelantar sus propias concepciones filosóficas. Mostraba escaso respeto por otros filósofos, con la excepción de Hume, con el que reconocía tener una deuda considerable. Uno de sus secretarios se refiere a la dificultad que tenía Kant para identificarse con el pensamiento de otro, y atribuía esto a su incapacidad para liberarse de su propio esquema de pensamiento.

Kant tuvo cierto número de amigos fieles, disfrutó invitándolos a cenar y, durante sus últimos años, se le admiraba como un anfitrión generoso y un conversador fascinante. Sin embargo, no estableció ninguna relación íntima con ninguno de los dos sexos, a pesar del hecho de que siguió admirando a las mujeres hasta bien entrado en los setenta años. Pensó en casarse varias veces, pero nunca acabó de decidirse. Aunque era generoso con sus parientes, se cuidó de mantenerse a distancia de ellos. Tenía hermanas que vivían en Königsberg, pero no las vio en veinticinco años. El hermano suyo que sobrevivió escribió una carta conmovedora en la que deploraba su aislamiento y deseaba reunirse con él. Kant tardó dos años en contestar a una carta posterior de su hermano diciendo que no había podido contestar porque estaba muy ocupado, pero que seguiría alimentando pensamientos fraternales hacia él.

Kant exhibía muchos rasgos obsesivos del carácter. Su vida estaba ordenada con la máxima regularidad. Todos los días, su criado le despertaba a las 4.55 de la mañana. A las 5.00 desayunaba, y luego pasaba la mañana escribiendo o dictando. A las 12.15 comía. Durante la mayor parte de su vida, el solitario paseo que seguía a la comida estaba calculado con tanta precisión que los habitantes de Königsberg podían poner su reloj en hora con él. En años posteriores, cuando Kant invitaba a amigos todos los días, el horario debió de variar, ya que se nos dice que la conversación

podía prolongarse hasta las cuatro o las cinco de la tarde. Después de esto leería hasta las diez de la noche, momento en que se iba a la cama.

Kant mostraba la impaciencia e intolerancia típicas de una persona obsesiva en los asuntos que no podía dominar de inmediato. Este es otro aspecto del deseo de verse libre de las constricciones impuestas por los demás. En sus últimos años no podía soportar el menor retraso cuando, después de cenar, quería café. En la mesa no podía soportar ni una interrupción del flujo de la conversación y seleccionaba a una amplia variedad de invitados con el fin de que no hubiera limitaciones en los temas de conversación. Su propio discurso era muy variado. Kant estaba bien informado, no sólo en matemáticas y ciencias, sino también en el terreno de la política, el cual constituía un tema de conversación dominante en su mesa. Pocas veces hablaba de su propio trabajo, en parte sin duda por modestia, pero seguramente también por reticencia a exponer sus ideas al tumulto escrutador de la conversación de sobremesa.

Y lo que puede parecer aún más singular: nunca, o raras veces, dirigía la conversación hacia alguna rama de la filosofía que él hubiera fundado. De hecho, estaba completamente libre del pecado que sufren tantos *savans* y *literati*: la intolerancia hacia aquellos cuyas metas podrían haber descalificado por alguna antipatía especial contra él^[15].

Kant estaba fanáticamente preocupado por la salud física, tanto por la suya como por la de los demás. Tenía mucho cuidado de no sudar, y desarrolló la técnica de respirar sólo por la nariz, noche y día, porque sólo así podía evitar los catarros y combatir la tos. Tanto era así que rechazaba que le acompañaran en su paseo diario para que la conversación no le obligara a respirar por la boca mientras estaba al aire libre. Su dormitorio no se calentaba nunca, ni aun en el invierno más frío; pero su estudio se mantenía siempre a 24 grados centígrados.

Como era de esperar, Kant era un asceta, y nunca se excedía ni siquiera en las cosas a las que era particularmente aficionado, como el café y el tabaco. Se jactaba de su salud, se tomaba gran interés por la medicina y, cuando sus amigos estaban enfermos, se preocupaba mucho por ellos y hacía muchas preguntas. No obstante, cuando murieron, los apartó de su mente y recuperó la compostura inmediatamente. Kant escribió que el miedo obsesivo a la idea de la muerte alimentó sus fantasías hipocondríacas; pero, cuando era anciano, afirmó su disposición a morir con resignación y coraje.

Kant atribuía esta tendencia hipocondríaca a la lisura y pequeñez de su pecho. Admitía que, a veces, había estado invadido por miedos irracionales a la enfermedad hasta el punto de llegar a estar deprimido y cansado de la vida. Sin embargo, sus rituales obsesivos parecen haber actuado como eficientes defensas contra su tendencia a la depresión, y queda la impresión de que, hacia la mitad de su vida, era predominantemente alegre de un modo sereno y racional. Aunque Kant mostró sin duda obsesiones neuróticas casi hasta que murió, a la edad de setenta y nueve años, hasta entonces no se volvió de nuevo abiertamente infeliz.

Está claro que desarrolló arterioesclerosis cerebral. Su memoria de los acontecimientos recientes empezó a fallar, aunque continuó recordando con exactitud sucesos remotos y podía recitar largos fragmentos de poesía. Su preocupación obsesiva se acrecentaba, y se incomodaba mucho si un mueble o cualquier otro objeto no estaba en el sitio adecuado. Desarrolló extrañas fantasías sobre la electricidad, a las cuales atribuía los dolores de cabeza que padecía. Se volvió reticente a ver a extraños porque, al igual que muchos pacientes con demencia senil, Kant percibía sus propias limitaciones y era remiso a mostrar a otros el declive de su capacidad mental. Hacia el final de su vida, Kant estuvo aquejado de pesadillas; una vez más, un síntoma frecuente que acompaña al endurecimiento de las arterias cerebrales.

Kant murió el 12 de febrero de 1804, justo dos meses antes de su ochenta cumpleaños. Su fama consiguió que Königsberg no hubiera visto nunca antes un funeral público tan magnífico.

Kant era un profesor universitario normal en las academias más antiguas del mundo occidental. Aunque sus dotes y sus logros son difíciles de igualar, hay muchos ejemplos de profesores con personalidades e intereses similares. Los eruditos meticulosos y obsesivos cuyas vidas están consagradas a su obra, y para los cuales las relaciones interpersonales ocupan un segundo lugar, encuentran la vida académica de Oxford y Cambridge particularmente atractiva. Se les cuida como residentes, y su necesidad de soledad y de estudio privado está asegurada, mientras que la compañía es posible cuando se necesita sin las demandas emocionales de la vida familiar. El calor de la pasión humana estuvo ausente de la vida de Kant, pero fue universalmente respetado, y considerado con afecto evidente por sus amigos. Su personalidad era típicamente obsesiva, pero sus defensas contra la ansiedad y la depresión funcionaron bien durante la mayor parte de su vida. Aunque algunos psicoanalistas podrían no estar de acuerdo, sería un error considerar una vida como ésta infeliz y neurótica.

Para los no filósofos, y quizá también para algunos filósofos, la filosofía aparece como una disciplina extraña. No es un estudio experimental: es decir, no se ocupa, como las ciencias puras, de construir un edificio de conocimiento al que cada generación pueda añadir, por así decirlo, un piso más. Los problemas de los que normalmente se ocupan los filósofos no son susceptibles de una conclusión o una solución definitiva. Todo lo que la mayoría de los filósofos afirman como un avance en su disciplina es que, dado que ciertas cuestiones se han resuelto, algunos modos antiguos de aproximarse a muchas cuestiones pueden ahora descartarse.

Aunque los filósofos son como los científicos cuando tratan de ser tan objetivos como fuere posible, la filosofía no se parece en mucho a las ciencias empíricas. Por otra parte, la filosofía se diferencia de las artes en que no se ocupa de hacer afirmaciones evidentemente personales o de expresar emociones humanas. Aunque, en ciertos aspectos, se parece tanto a las artes como a las ciencias. A medida que la ciencia progresa, el nuevo conocimiento añadido por cada generación se incorpora a la estructura general. Esto significa que ningún físico moderno, por ejemplo, tiene

que estudiar los textos originales de Newton, ni siquiera de Einstein. Lo que ellos aportaron a la física o a la cosmología ha sido asimilado, y el modo en que alcanzaron sus conclusiones, aunque tiene repercusión histórica, sólo tiene interés histórico y no es relevante para los progresos futuros. Incluso las ideas de los científicos más importantes y originales son inevitablemente reemplazadas.

En las artes, normalmente no hay posibilidad de que el presente reemplace o sustituya al pasado. Beethoven utiliza una orquesta más grande que Mozart; y Wagner emplea una aún mayor. Aunque el rango de posibilidades expresivas de la orquesta se ha ampliado, esto no significa que la música de Beethoven sea mejor que la de Mozart, ni que la de Wagner sea mejor que la de Beethoven, aunque puedan haberlo supuesto algunos críticos del siglo XIX. La música de Beethoven, por mucho que pueda depender de los logros anteriores de Mozart, no supera ni reemplaza esos logros. La música de Mozart, la de Beethoven y la de Wagner son ejemplos supremos de composición y resultan irremplazables.

Eso mismo sucede con la pintura. Aunque los descubrimientos técnicos de la perspectiva y cosas similares se hayan utilizado a veces para mostrar la superioridad de los pintores renacentistas con respecto a sus homólogos «primitivos», reconocemos que las pinturas de Cimabue y de Giotto se ocupaban de los valores de su tiempo y son obras maestras irremplazables sin las cuales saldríamos perdiendo.

En este sentido, la filosofía se parece a las artes más que a las ciencias. Los escritos de Platón y Aristóteles todavía se estudian, y cualquiera que esté tratando de comprender la filosofía debe estudiarlos. Se continúa escribiendo libros sobre ellos, al igual que sobre Descartes, Hume, Kant o Wittgenstein. Aunque se pueden realizar progresos análogos a los de las ciencias señalando fisuras en determinadas argumentaciones filosóficas, los sistemas filosóficos continúan a menudo siendo como afirmaciones independientes; puntos de vista que pueden estar en conflicto con otros, que no son reducibles a otros, sino que coexisten como una pluralidad, tal como lo describió Isaiah Berlín. Me parece que esta incompatibilidad está relacionada con el hecho de que tantos filósofos insistan en la autonomía a toda costa, en que sean reticentes a reconocer sus deudas con otros y en que a veces afirmen que son casi incapaces de leer la obra de otros filósofos. Aunque la ciencia progresa mediante la crítica de lo que se ha hecho antes, y la adopción de hipótesis que expliquen un rango de fenómenos más amplio, los científicos siempre están construyendo sobre el pasado. La posición mental adoptada por los filósofos es bastante diferente de la que emplean la mayoría de los científicos, por muy originales que sean.

Kant, Leibniz, Hume y Berkeley insistieron en que sus contribuciones a la filosofía radicaban en que se habían liberado de sus predecesores y habían seguido sus propios senderos independientes sin tener en cuenta el pasado. También lo hizo Wittgenstein, que es otro ejemplo de filósofo introvertido que valoraba particularmente la soledad, que afirmaba que era enormemente insensible a las

influencias y que sin duda encontró su principal fuente de autoestima en su obra. De él se dice normalmente que es el filósofo más original e influyente del siglo xx.

Wittgenstein nació en Viena el 26 de abril de 1889. Era el más pequeño de cinco hermanos y tres hermanas. Uno de sus hermanos era Paul Wittgenstein, el pianista que perdió su brazo derecho en la primera guerra mundial y para quien Ravel compuso su *Concierto de piano para mano izquierda*. A Ludwig Wittgenstein le gustaba la música apasionadamente y en su vida adulta aprendió a tocar el clarinete. Después de recibir educación particular hasta los catorce años, asistió a la escuela de Linz y luego fue a estudiar ingeniería a Berlín.

Según el esbozo biográfico de Wittgenstein realizado por G. H. von Wright, los años que pasaron desde 1906, cuando Wittgenstein dejó la escuela, hasta 1912, cuando estaba en Cambridge estudiando con Bertrand Russell, fueron un periodo de búsqueda obsesiva y de considerable infelicidad^[16]. Su interés abarcaba desde la ingeniería aeronáutica hasta las matemáticas; y esto le hizo entrar en contacto con Frege, que le aconsejó que fuera a Cambridge a trabajar con Russell. En el segundo volumen de su autobiografía, Russell dibuja una vivida imagen de Wittgenstein:

Quizá era el mejor ejemplo que he conocido jamás del genio que tradicionalmente nos imaginamos; apasionado, profundo, intenso y dominante. Tenía una especie de pureza que no he visto igualada jamás, salvo por G. E. Moore. [...] Su vida fue turbulenta y compleja, y tenía un atractivo personal extraordinario^[17].

Russell le describe diciendo que, cuando iba a su habitación a medianoche, se paseaba de un lado a otro durante horas y advertía que cuando se marchara se iba a suicidar. A lo largo de la vida de Wittgenstein persistieron el aire predominantemente lóbrego y cierta tendencia a la depresión.

Wittgenstein debió de haber sido uno de los hombres de genio más profundamente introvertidos que hayan existido jamás. Lo que estaba sucediendo en su mente era para él mucho más importante que cualquier otra cosa que sucediera en el mundo exterior. Su primera obra relevante, el *Tractatus Logico-Philosophicus*, fue escrita durante la primera guerra mundial, cuando Wittgenstein servía como oficial en el ejército austríaco. Bertrand Russell escribe:

Era el tipo de hombre que, cuando estaba pensando en la lógica, no hubiera reparado jamás en menudencias sin importancia como eran los obuses explotando^[18].

Wittgenstein era indiferente a las convenciones sociales, le disgustaban los chismorreos de la vida académica y odiaba las pretensiones sociales. Desde 1920 hasta 1926 fue maestro de una escuela primaria en varias aldeas remotas austríacas. Aunque fue un maestro estimulante, era irritable e impaciente. Fue acusado de crueldad hacia los niños y, a pesar de ser absuelto, dejó la carrera de la enseñanza. Posteriormente confesó que una vez había pegado a una niña pequeña en una de sus

clases y se arrepentía de haber negado que lo hubiera hecho cuando compareció ante el director.

Su padre había muerto en 1912 dejándole un buen montón de dinero. Cuando Wittgenstein volvió a Viena después de la guerra repartió su riqueza entre sus hermanos y hermanas. Cuando acordó que se encontraría con Russell en La Haya para discutir el *Tractatus*, Russell tuvo que vender algunas de las pertenencias que Wittgenstein había dejado en Cambridge con el fin de conseguir el suficiente dinero para pagarle el billete desde Viena hasta Holanda.

Desde 1926 hasta 1928, Wittgenstein se dedicó a diseñar y construir una casa en Viena para su hermana Gretl. Otra hermana suya, Hermine Wittgenstein, describe la forma obsesiva en la que él iba a trabajar en ella, supervisando cada detalle e insistiendo en que todo se realizara exactamente al milímetro.

La prueba más evidente de la incombustibilidad de Ludwig en relación con las medidas exactas quizá fuera el hecho de que decidió encargar que levantaran tres centímetros el techo de una especie de recibidor justo cuando iban a empezar los trabajos de limpieza de la casa ya acabada. Él tenía la razón y había que obedecerle^[19].

Como hemos visto, Kant también mostró rasgos obsesivos, una característica que uno esperaría más bien de aquellas personas que son más *conceptuales*, que están más preocupadas por extraer orden y sentido de su experiencia. Wittgenstein también compartió con Kant cierta impermeabilidad a las ideas de los demás. Norman Malcolm escribe:

Wittgenstein no había hecho ninguna lectura sistemática de los clásicos de la filosofía. Sólo podía leer lo que podía asimilar de todo corazón. Hemos visto que de joven leyó a Schopenhauer. De Spinoza, Hume y Kant decía que sólo podía obtener destellos ocasionales de comprensión^[20].

Wittgenstein tenía mucho menos gusto por los actos sociales que Kant, nunca cenaba en su colegio y exhibía una indiferencia ascética hacia la comida. Cuando estuvo en Irlanda, le pareció que la primera comida que le ofrecía su anfitrión era demasiado elaborada. Lo que quería era cereales para desayunar, verdura para comer y un huevo duro por la noche. Durante el tiempo que duró su estancia allí, esto fue lo que obedientemente se le dio^[21].

Era extremadamente reservado con su vida privada. Sus primeros cuadernos están escritos parcialmente en clave. Su pasión por la privacidad pudo haber tenido algo que ver con su homosexualidad, que se manifestó en sus relaciones con hombres como David Pinsent, a quien dedicó el *Tractatus*, o con el mucho más joven que él Francis Skinner. Al menos dos de sus amistades masculinas fueron cojos; un rasgo que constituye una particular forma de atracción compulsiva para algunas personas. Pero algunos de los que mejor conocieron a Wittgenstein parecían estar seguros de que fue casto.

Tanto si fue así como si no, no cabe duda de que fue básicamente solitario. Además, pasó meses seguidos completamente solo en una cabaña que había comprado en Noruega, y otro periodo de tiempo en una cabaña junto al mar, en Galway, en 1948.

Wittgenstein era un personaje mucho más atormentado que Kant: más propenso a la depresión, constantemente amenazado por los temores sobre su propia cordura, intolerancia, dogmatismo y desconfianza en los demás, y convencido de que estaba en lo cierto. Tenía un carácter muy cercano a la paranoia. A pesar de su orgullosa indiferencia hacia los asuntos mundanos, su dedicación al descubrimiento de la verdad por encima de todo, su desdén por comprometerse y su pasión intelectual impresionaron profundamente a todos aquellos que lo conocieron.

A pesar de sus diferencias, Wittgenstein y Kant comparten ciertas actitudes y rasgos del carácter que, en un momento anterior de este capítulo, se postuló que podían encontrarse de un modo predominante en las personas creativas introvertidas que se han apartado de las relaciones humanas. Ninguno de los dos formó una familia ni estableció ningún lazo personal íntimo duradero. Ambos eran ascetas y ahuyentaron todo tipo de autocompasión. Ambos fueron muy impenetrables por las ideas de otros filósofos. Ambos estaban preocupados apasionadamente por preservar su autonomía. Ambos basaron su autoestima en su obra, antes que en el cariño de otros seres humanos.

Estos dos hombres de genio mostraron un instinto compulsivo por descubrir el orden, la coherencia y el sentido mediante el pensamiento abstracto, y fue esta búsqueda de la verdad lo que dio sentido a sus vidas. Es probable que la fuerza motriz que espolea una pasión intensa como ésta derive de una conciencia del caos potencial que hay en su seno: la «angustia de desintegración» o el miedo a la «desorganización conductual» a las que nos referimos anteriormente. Wittgenstein, concretamente, fue perseguido por los miedos a las crisis nerviosas. La obsesiva necesidad de orden de Kant revela una ansiedad que, aunque no era tan intensa como la que mostraba Wittgenstein, sin embargo sí es comparable.

Hay muchos ejemplos de hombres de genio cuya intensa preocupación por la búsqueda de orden externo estuvo motivada probablemente por angustias similares, aunque se debe recordar que, aun cuando una búsqueda de esta naturaleza esté provocada originariamente por el miedo a la desintegración, puede convertirse posteriormente en algo impulsado por el sujeto por el interés intrínseco del tema o por la recompensa que obtiene el individuo de ser reconocido como alguien competente u original.

Newton es un ejemplo de hombre de genio que empezó su vida con desventajas considerables, que creció hasta convertirse en un excéntrico, que sufrió una enfermedad mental bien entrada ya su madurez, y que luego se volvió más estable, aunque permaneciendo en solitario. He escrito sobre Newton con cierta amplitud en otra parte, pero los vínculos entre su personalidad anormal y sus excepcionales

descubrimientos son tan evidentes y tan interesantes que, en el contexto de este capítulo, merecen especial atención^[22].

Newton nació prematuramente el día de Navidad de 1642. Su padre, un agricultor analfabeto, había muerto tres meses antes. Hasta donde sabemos, ni la familia de su madre ni la de su padre habían dado lugar anteriormente a nadie de particular distinción. Durante sus tres primeros años, Newton disfrutó de la atención no compartida de su madre sin padecer ninguna competencia; además, era un bebé tan diminuto que puede suponerse que recibió aún más cuidados de lo normal. Este idilio finalizó bruscamente cuando el 27 de enero de 1646, justo después del tercer cumpleaños de Newton, su madre se volvió a casar. Ella no sólo le regaló un padrastro no deseado, sino que también se cambió de casa y le dejó al cuidado de su abuela materna. Sabemos que Newton sintió esto intensamente como una traición. A los veinte años escribió una confesión. Entre los veintiocho pecados de los que se declaraba culpable se encontraba «amenazar a mi padre y a mi madre Smith con quemar la casa con ellos dentro»^[23].

El psicoanalista Erik Erikson ha postulado que el primer conflicto central con el que se enfrenta el ser humano es el de la confianza básica frente a la desconfianza básica. Aunque probablemente todos llevemos en nuestro interior hasta la vida adulta cierta sensación de paraíso perdido, la mayoría de nosotros experimenta la suficiente continuidad de atención materna durante el tiempo suficiente como para asentar el sentimiento de confianza básica en otros seres humanos como norma, y la desconfianza sólo como excepción. Pero si un niño goza de una relación particularmente cercana con la madre y ésta termina súbitamente antes de que sea bastante mayor como para comprender cualquier posible explicación a una traición así, es probable que desconfíe de todos los demás seres humanos que encuentre *a posteriori*, y que sólo paulatinamente se convenza de que todo el mundo es digno de confianza. Esto sin duda fue así en el caso de Newton. Whiston, el sucesor de Newton en la Cátedra Lucasiana de Matemáticas de la Universidad de Cambridge, decía que Newton tenía «el carácter más temeroso, precavido y desconfiado que he visto jamás»^[24].

Desde 1661, cuando llegó por primera vez al Trinity College de Cambridge, hasta que abandonó Londres en 1696, Newton fue esencialmente un recluso, preocupado por su obra de un modo que excluía casi todo lo demás, con pocos contactos con otros seres humanos y ninguna relación íntima con ninguno de los dos sexos. La desconfianza en los demás de Newton está atestiguada por su reticencia a publicar su obra. Temía que los críticos pudieran herirlo, y que otros reclamaran sus descubrimientos. Brodetsky, uno de sus biógrafos, escribe:

Siempre estaba poco dispuesto a encarar la publicidad y la crítica, y en más de una ocasión declinó que se relacionara su nombre con referencias públicas a algunas de sus obras. No valoraba el reconocimiento público como algo deseable en sí mismo, y temía que la publicidad le llevara a ser acosado por las relaciones personales, cuando lo que deseaba era verse libre de tales enredos. [...] Aparentemente, Newton apenas

publicó jamás un descubrimiento sin que le urgieran a ello otras personas: incluso cuando había llegado a la solución del problema más grande al que se ha tenido que enfrentar jamás la astronomía, no dijo nada de ello a nadie^[25].

Newton era susceptible en cuestiones de importancia y anticipación, como lo demuestran sus amargas polémicas con Leibniz, Flamsteed y Hooke. Era extremadamente remiso a reconocer que estaba en deuda con la obra de otros hombres. Newton fue otro ejemplo claro de creador introvertido que cumple con todos los criterios postulados anteriormente en este capítulo. Es decir, evitaba las relaciones personales, protegía su obra del escrutinio, estaba muy preocupado por la independencia y utilizaba su obra como fuente principal de autoestima y realización personal. Además, sufrió una enfermedad mental declarada.

Cuando sólo tenía unos cincuenta años, Newton se volvió transitoriamente psicótico. Algunos han afirmado que su enfermedad era consecuencia de una intoxicación de mercurio, el cual utilizaba en sus experimentos. Pero tanto si su psicosis tenía un origen tóxico como si no, desembocó en una exageración de su desconfianza hasta el punto de que rompió su amistad con Pepys y creyó que el filósofo Locke estaba esforzándose por «enredarle» con las mujeres. Este episodio paranoico fue sucedido por un periodo de depresión en el que escribió a Locke rogándole que le perdonara por haber alimentado malos pensamientos de él. Newton pareció recuperarse bien. Se mudó de Cambridge a Londres, se convirtió en inspector y luego en director de la Royal Mint, la Casa de la Moneda Británica, y también fue elegido presidente de la Royal Society. Permaneció célibe, pero su fama le proporcionó satisfacción considerable y un amplio reconocimiento. Se decía que Jorge II y la reina Carolina le habían recibido a menudo. Siguió revisando sus publicaciones científicas y trabajando en sus estudios teológicos y en su *Chronology of Ancient Kingdoms Amended*. Murió a los ochenta y cinco años.

Kant, Wittgenstein y Newton fueron hombres de genio que, aunque hayan podido ser muy diferentes en otros aspectos, compartieron una vasta capacidad para el pensamiento abstracto original junto a una falta de implicación cercana con otros seres humanos. Sin duda, puede argumentarse razonablemente que, si hubieran tenido esposa y familia, sus descubrimientos habrían sido imposibles. Porque las más altas cimas de la abstracción requieren largos periodos de soledad y de intensa concentración que son difíciles de encontrar si un hombre está sujeto a las demandas emocionales de un cónyuge o de niños.

El psicoanálisis señalará como evidente el hecho de que estos tres hombres eran técnicamente «anormales», y admito que los tres mostraron algo más de la cuota media de lo que generalmente se considera «psicopatología». No obstante, los tres sobrevivieron e hicieron importantes contribuciones al conocimiento humano y a la comprensión que, en mi opinión, no pudieron haber hecho si no hubieran sido predominantemente solitarios. ¿Habrían sido más felices si hubieran sido capaces de, o hubieran tenido mayor tendencia hacia, la búsqueda de la satisfacción personal en

el amor más que en su obra? Es imposible decirlo. Lo que debe destacarse es que la humanidad sería infinitamente más pobre si no fuera posible que surgieran hombres de genio como éstos, y, por tanto, debemos considerar que sus rasgos de personalidad, así como su grandísima inteligencia, son biológicamente adaptativos. La psicopatología de estos hombres no es más que una exageración de los rasgos que pueden encontrarse en todos nosotros. Todos necesitamos encontrar cierto orden en el mundo y dar algún sentido a nuestra existencia. Aquellos que están particularmente involucrados en una búsqueda de esta naturaleza ofrecen testimonio del hecho de que las relaciones interpersonales no son el único camino para hallar satisfacción emocional.

La tercera etapa

En nuestras novelas, de entre todas las artes, es la música la que aísla al individuo de la sociedad de su época, le hace consciente de su independencia y, finalmente, le proporciona una relevancia personal a su vida al margen de sus lealtades sociales e incluso personales. Es la única medida para la supervivencia que nunca falla...

ALEX ARONSON

Al principio de la vida, la supervivencia depende de «relaciones objétales». El bebé humano no puede cuidar de sí mismo y depende del cuidado de otros durante muchos años de larga infancia. Hacia el final de su vida, obtiene la condición opuesta. Aunque la enfermedad o las lesiones pueden hacer que los más mayores sean físicamente dependientes, la dependencia emocional tiende a reducirse. Los ancianos a menudo muestran menos interés en las relaciones personales, están más a gusto solos y tienden a preocuparse más por sus propios asuntos. Mi intención no es sugerir que los ancianos no sigan estando interesados en sus cónyuges, hijos y nietos, sino más bien señalar que la intensidad de este interés decae un tanto. Con frecuencia hay un incremento de la objetividad hacia los demás, unido a un descenso en la identificación con ellos. Esta puede ser la razón por la que las relaciones entre abuelos y nietos con frecuencia sean más fáciles que entre padres e hijos. El nieto no siente que los abuelos esperen tanto de él como los padres, y así pueden establecer una relación más fácil y en la que se exige menos reciprocidad.

Este cambio en la intensidad del compromiso está parcialmente determinado por un declive en la intensidad del impulso sexual que, hasta la mediana edad o más tarde, impulsa a la mayoría de hombres y mujeres a buscar la intimidad. También puede ser un dispositivo compasivo de la naturaleza, destinado a suavizar el dolor por la inevitable marcha de los seres queridos que la muerte lleva consigo. El hombre es la única criatura que puede ver aproximarse su propia muerte, y, cuando lo hace, ésta ocupa su mente de un modo asombroso. Se prepara para la muerte liberándose de los objetos y vínculos mundanos, y en su lugar se vuelve para cultivar su propio jardín interior. Tanto Jung como Freud fueron buenos ejemplos de este cambio. Ambos sobrepasaron los ochenta años y ambos abandonaron casi el interés por la psicoterapia en favor de las ideas y teorías sobre la naturaleza humana. En la ancianidad, hay una tendencia a abandonar la empatía por la abstracción; a involucrarse menos en los dramas de la vida y a preocuparse más por los patrones de la vida.

Este cambio, como otros aspectos de la naturaleza humana, puede apreciarse claramente en las predicciones de aquellos que han dejado atrás una serie de obras de interés perdurable. Cuando los hombres y mujeres de genio viven lo suficiente, los cambios en su estilo se vuelven tan visibles que se acostumbra a dividir su obra en etapas, a las que normalmente se designa como «primera», «segunda» y «tercera», o «inicial», «media» y «final». La tercera o última etapa es relevante para el tema principal de este libro, ya que es un periodo en el que la comunicación con los demás tiende a ser reemplazada por obras que dependen más de la reflexión solitaria.

No es difícil determinar el significado de las dos primeras etapas en la vida de un artista. Incluso los hombres y mujeres con más talento han tenido que aprender su disciplina, y seguro que han recibido influencias de sus maestros y predecesores. Por tanto, la primera etapa, aunque puede caracterizarse por obras de indudable genio, es aquella en la que el artista normalmente no ha descubierto del todo su propia voz. Bernard Berenson definió el genio como «la capacidad de reaccionar productivamente contra la formación recibida»^[1], y a medida que un artista va ganando confianza, obtiene valor para deshacerse de los aspectos del pasado que para él son irrelevantes e ingresa en una segunda etapa, en la que tanto su maestría como su individualidad son claramente manifiestas. En esta etapa, normalmente es evidente la necesidad de comunicar lo que tenga que decir a un público lo más amplio posible.

La segunda etapa puede ocupar la mayor parte de la vida de un artista, y muchos de los genios más grandes no han vivido lo suficiente como para ingresar en una tercera etapa de su producción creativa. Entre los compositores, por ejemplo Mozart, Schubert, Purcell, Chopin y Mendelssohn vivieron tan poco que, a pesar de su asombrosa precocidad, no tuvieron tiempo de mostrar el tipo de cambio que se manifiesta en las obras de Beethoven y Liszt.

Beethoven vivió hasta los cincuenta y cinco años: no es una edad muy avanzada para la media de nuestra época, pero sí lo suficiente para que sus obras proporcionen un buen ejemplo de las tres etapas a que nos referimos. (Por supuesto, esta es una simplificación a la que los estudiosos de la música pueden encontrar excepciones; pero, en términos generales, el amante de la música ordinario puede comprender fácilmente lo que significa.) Los cuartetos de cuerda de Beethoven se dividen de forma natural en tres grupos. Los seis del primer grupo, *opus 18*, fueron acometidos cuando Beethoven tenía veintiocho años y lo tuvieron preocupado en 1798 y 1799. Los tres primeros de este grupo de seis se publicaron en junio de 1801, y los tres siguientes, cuatro meses después. Aunque no pudo haberlos compuesto nadie más, Kerman escribe que «revelan algunos rasgos claros de Haydn, y otros aún más llamativos de Mozart»^[2]. Sin duda son agradables, pero no *reflejan* a Beethoven en el sentido en que lo hacen los cuartetos posteriores.

A los tres cuartetos dedicados al conde Razumovsky, números 1, 2 y 3, *opus 59*, más al llamado cuarteto «Arpa» *opus 74* y al *Cuarteto en fa menor opus 95* generalmente se los denomina en conjunto como cuartetos «intermedios». Los

cuartetos de Razumovsky fueron escritos durante los años 1804-1806; el *opus 74* en 1809, y el *opus 95*, en 1810. Los primeros años del siglo XIX fueron años de inmensa actividad para Beethoven. La sinfonía *Heroica*, de 1803-1804, representa una dimensión completamente nueva en la música sinfónica. Las sonatas *Waldstein* y *Appassionata*, compuestas principalmente en 1804 y 1805, son bastante diferentes de cualquier sonata para piano que se haya hecho antes. Merece la pena recordar que estas obras «heroicas» fueron compuestas con posterioridad al Testamento de Heiligenstadt que, como señalamos antes, se redactó en 1802. La sordera de Beethoven era ya aguda, y los cambios posteriores en su estilo no pueden atribuirse a un creciente repliegue en sí mismo que estuviera determinado sólo por ella.

Los cuartetos de Razumovsky también ilustran este nuevo cambio. Revelan el poderío de la energía y la confianza de Beethoven, así como su capacidad para representar las emociones más profundas. (Compárense, por ejemplo, los conmovedores adagios núm. 1 y 2 *opus 59* con la euforia del final del núm. 3.) Estos maravillosos cuartetos son a un tiempo absolutamente propios de él, y también pertenecen a una categoría distinta del grupo *opus 18*, aunque sin duda aquellos primeros cuartetos son muy alegres.

Entre 1806 y 1809, Beethoven acabó la *Cuarta*, la *Quinta* y la *Sexta* sinfonías, el *Concierto para violín* y los conciertos para piano núm. 4 y núm. 5, así como cierto número de obras menores. En 1809 llegó el cuarteto «Arpa», así llamado porque el *pizzicato* se entremezcla con los instrumentos en el primer movimiento. Es una obra muy hermosa, pero quizá debería considerársela como una obra de transición que no pretende hacer ninguna innovación llamativa. Esto mismo no es cierto de la subsiguiente, el *Cuarteto en fa menor opus 95*. Se trata de una obra concentrada, poderosa, casi violenta. El propio Beethoven la llamó *quartetto serio*. Al surgir como lo hace, al final de la serie de cuartetos «intermedios», algunos comentaristas han creído que se acerca más al espíritu de los cinco «últimos» cuartetos. Kerman escribe:

En opinión de quien escribe, y no sólo en la suya, sin duda el *Cuarteto en fa menor* se encuentra en la cima de los logros artísticos de Beethoven del final del segundo periodo^[3].

El siguiente grupo de cuartetos, los cinco «últimos» cuartetos, no fueron acometidos hasta la década de 1820. Es probable que el primero de este grupo, *en mi bemol, opus 127*, se iniciara en 1822, pero fue dejado de lado hasta 1824 para que Beethoven pudiera terminar la *Novena sinfonía*. El último de los cinco, *en fa mayor, opus 135*, fue compuesto en agosto y septiembre de 1826. El último movimiento sustitutivo del *opus 130*, escrito ante la insistencia de su editor como alternativa a la Gran Fuga, fue acabado posteriormente ese otoño, y fue la última música que compuso Beethoven. Murió el 24 de marzo de 1827.

Martin Cooper escribe del último estilo de Beethoven:

No hay concesiones para el oyente, no se trata de captar su atención o mantener vivo su interés. En lugar de ello, el compositor está en comunión consigo mismo, o contempla su visión de la realidad, pensando en voz alta y [como si estuviera] preocupado sólo por la esencia pura de sus pensamientos y por los procesos musicales de los que con frecuencia ese mismo pensamiento es indiscernible^[4].

Los tres cuartetos intermedios de estos últimos, *en la menor opus 132*, *en si bemol mayor opus 130*, y *en do sostenido menor opus 131*, fueron considerados ininteligibles durante mucho tiempo. Sin duda, muestran una considerable distancia de la forma convencional de la sonata. El *Cuarteto en la menor* tiene cinco movimientos; el *Cuarteto en si bemol mayor* tiene seis, y el *Cuarteto en do sostenido menor* tiene siete movimientos. Hay frecuentes y súbitos cambios de tempo, inesperadas yuxtaposiciones de temas e impredecibles interrupciones del flujo musical. Kerman da a su capítulo sobre los cuartetos *opus 130 y 131* el iluminador título de «Disociación e integración». Después de analizar esa extraordinaria y violenta obra musical, la Gran Fuga, que inicialmente era el final del *Cuarteto opus 130*, Kerman escribe:

En todo esto, creo ver que Beethoven estaba trabajando con alguna nueva idea de orden o de coherencia en el ciclo, un orden marcadamente distinto de la secuencia psicológica tradicional que había desarrollado en su música anterior. Este nuevo orden no es fácil de comprender porque, con la evidencia del *Cuarteto en si bemol*, la idea no estaba completamente ejecutada^[5].

Puede encontrarse un interesante paralelismo en el libro de J. W. N. Sullivan, *Beethoven*, publicado por primera vez en 1927. Después de analizar el significado y la utilidad de la forma convencional de la sonata para expresar los procesos psicológicos, continúa diciendo:

Pero en los cuartetos que estamos analizando, la experiencia de Beethoven no podía presentarse con esta forma. La relación entre los diferentes momentos es al mismo tiempo más orgánica que la de la forma de la sonata en ciertos momentos. En estos cuartetos es como si los movimientos irradiaran desde una experiencia central. No representan etapas de un viaje, en la que cada etapa es independiente y tiene existencia propia. Representan experiencias autónomas, pero el sentido que tienen en el cuarteto deriva de su relación con una experiencia central dominante. Esto es característico de la visión mística, para la que todo el mundo aparece unificado bajo la luz de una experiencia fundamental^[6].

Wilfrid Mellers escribe en términos similares acerca de las variaciones sobre un vals de Diabelli, la obra para piano más larga de Beethoven, que se publicó en 1823. El la llama

una obra circular, más que lineal. [...] Como las variaciones Goldberg de Bach, y a pesar de las diferencias entre la aproximación de los dos compositores, ven más bien «un mundo en un grano de arena», haciéndonos conscientes de que la experiencia es una totalidad en la que coexisten lo sublime y lo trivial^[7].

En el último capítulo de este libro veremos que el esbozo de Sullivan y Mellers de una experiencia central que aúna los opuestos tiene paralelismos en la obra de Jung.

Sullivan está más convencido que Kerman de que Beethoven expresó totalmente la nueva concepción en la que estaba trabajando. Como aficionado, mi intuición es

que no lo consiguió del todo. Si hubiera vivido más, podríamos haber tenido obras que ejemplificaran perfectamente la síntesis de elementos y la unidad que estaba buscando. La mayoría de la gente estaría de acuerdo en que se acercó más a ello en el *Cuarteto en do sostenido menor*, al que el propio Beethoven consideraba su mejor obra. Como señala Maynard Solomon,

Una continuidad de diseño rítmico se añade a la sensación de que es una de las obras más absolutamente integradas de Beethoven. Pero hay muchas fuerzas trabajando por la discontinuidad en este cuarteto: seis claves principales distintas, treinta y un cambios de tempo (diez más que en *opus 130*), variedad de texturas y diversidad de formas en los movimientos —formas de fuga, de *suite*, recitativas, de variación, *scherzo*, aria y sonata—, lo cual hace que la sensación de unidad sea aún más milagrosa^[8].

El último cuarteto de todos, *en fa mayor opus 135*, parece ser una vuelta a un género anterior, quizá una relajación después de un esfuerzo espiritual intenso, o una manifestación de haber alcanzado la paz. La pregunta y la respuesta «Muss es sein? Es muss sein»^[*], el epígrafe del final, posiblemente tenía un origen trivial. Schindler lo relaciona con la desgana de Beethoven de desembolsar el dinero para las faenas domésticas. Pero el hecho de que Beethoven lo situara donde lo situó puede interpretarse también como un signo de que este rebelde incondicional había alcanzado alguna clase de reconciliación con el destino.

Los últimos cuartetos de Beethoven ejemplifican asombrosamente los rasgos principales de la tercera etapa de la vida de una persona creativa. En primer lugar, están menos preocupados por la comunicación que antes. En segundo lugar, con frecuencia no son convencionales en la forma y parecen estar esforzándose por obtener un nuevo tipo de unidad entre elementos que a primera vista son extremadamente dispares. En tercer lugar, se caracterizan por una ausencia de retórica y de cualquier necesidad de convencer. En cuarto lugar, parecen estar explorando zonas remotas de la experiencia que son intrapersonales o suprapersonales, más que interpersonales. Es decir, el artista está asomándose a las profundidades de su propia psique y no se ocupa mucho de si alguien más lo sigue o lo comprende. Estos rasgos pueden distinguirse claramente en los últimos cuartetos de Beethoven; pero también pueden encontrarse en la obra de otros compositores cuando vivieron el tiempo suficiente.

Liszt, por ejemplo, murió a los setenta y cinco años. Durante unos quince años antes de morir, su música muestra un cambio significativo. No hay nada de la antigua rimbombancia y ya no hay más virtuosismo trascendental —o, al menos, ningún virtuosismo por sí mismo—. En lugar de ello, hay una preocupación por el folclore húngaro; por su forma genuina y aldeana, no por esa otra *imitación* que puede encontrarse en sus primeras rapsodias. También hay un abandono parcial de la tonalidad convencional que anuncia a Schoenberg y Bartók. En vez de utilizar el sistema habitual de presentar un tema, desarrollarlo en varias claves, recapitularlo y finalmente llegar a una conclusión, Liszt experimenta con contrastes y rupturas

violentos y con efectos impresionistas conseguidos con el pedal pulsado. Humphrey Searle escribe:

El estilo se ha vuelto extraordinariamente escueto y austero, hay largos fragmentos con notas sencillas, un uso considerable de la coral monocorde, y se evita cualquier cosa que se parezca a una cadencia; de hecho, si una obra termina con un acorde ordinario, se encuentra con más frecuencia en inversión que en una posición central. El resultado es un sentimiento extrañamente indefinido, como si Liszt estuviera lanzándose hacia un mundo nuevo de cuyas posibilidades no estuviera del todo seguro. Para la mayoría de estas obras volvió a su primer amor, el piano; pero en general, el antiguo destello pianístico está ausente. Ahora, Liszt estaba escribiendo para sí mismo, y ya no más para su público^[9].

Los comentarios de Searle sobre el último estilo de Liszt son asombrosamente parecidos a las explicaciones de Martin Cooper que hemos citado más arriba sobre el último estilo de Beethoven. Beethoven y Liszt tienen relativamente poco en común como compositores, pero ambos, en sus etapas primera e intermedia, utilizaron la retórica para convencer a sus oyentes, y ambos la abandonaron en sus últimas composiciones.

Por supuesto, hay otros ejemplos de artistas que se vuelven cada vez más hacia cierto tipo de desarrollo interior a medida que se hacen mayores. *El arte de la fuga* de Bach, su última composición importante, puede no haber estado dirigida originalmente a ninguna audiencia. Ni siquiera hay certeza sobre para qué instrumento o combinación de instrumentos estaba escrito *El arte de la fuga*, o si puede haber sido una obra puramente teórica, no concebida en absoluto para su interpretación pública. Malcolm Boyd está seguro de que

la interpretación en solitario no puede desembocar nunca en una total aprehensión de las obras de la última etapa de Bach. Incluso con la interpretación más concienzuda y la escucha más atenta de los cánones de aumento de la *Ofrenda musical* y de *El arte de la fuga* sonarán áridos, académicos e incluso desgarbados si se perciben del mismo modo que uno podría percibir el *Orgelbüchlein (Pequeño libro para órgano)* o el «48». Pero para el lector de la partitura, capaz de seguir y ponderar su fría lógica, ofrecen una imagen de los misterios de la infinitud en cada nota, divirtiéndose en su belleza matemática, como la paradoja de Aquiles y la tortuga de Zenón. [...] Uno no renunciaría voluntariamente, por supuesto, al grado de totalidad y disfrute que la interpretación de esta música puede ofrecer, pero sólo podemos esperar alcanzar una percepción completa de ella mediante el estudio; y, tras él, con su contemplación, ya que existe en un mundo muy apartado de la *música humana* que nos es propia, en donde la música, las matemáticas y la filosofía son una sola cosa^[10].

Una vez más, vemos que hacia el final de su vida, el interés se convierte cada vez más en algo dirigido hacia lo impersonal y la creación de patrones.

Incluso en un compositor romántico tan exuberante como Richard Strauss puede detectarse algo de este tipo. Entre los setenta y ocho años y su muerte, a los ochenta y cuatro, Strauss compuso el *Segundo concierto para trompa*, la primera y segunda sonatinas para viento, la *Metamorfosis*, para veintitrés cuerdas, el *Concierto para oboe*, el *Dúo concertino para clarinete y fagot*, y los cuatro últimos *lieder*. Mosco Camer señala que, con excepción de la *Metamorfosis*, éstas son obras de poca importancia, pero que

una tendencia clásica, manifiesta en el joven Strauss, se mostraba de nuevo en el octogenario, aunque enormemente enriquecida por las experiencias artísticas y humanas de toda una vida. La tendencia neoclásica aparece en una serie de rasgos: en el giro hacia la música puramente instrumental, en la evitación de una expresividad cegada de emociones y en el énfasis de una hechura exquisitamente refinada y pulida, en el corte simétrico de las ideas temáticas (en su mayoría en compases de cuatro y de ocho regulares) y en las cadencias «pasadas de moda», en la marcada preferencia por la escritura diatónica sencilla y en el pentagrama transparente, cuya economía y austeridad —que ya puede encontrarse en *Dafne* y en *Capriccio*— están en marcado contraste con la suntuosidad y abundancia de los poemas sinfónicos de Strauss y de la mayoría de sus óperas. La *Metamorfosis*, la composición más importante de las últimas de Strauss, presenta todos estos rasgos en su máximo exponente, por no hablar de la formidable destreza exhibida en el entrelazamiento polifónico de sus partes^[11].

Brahms, como Mozart, estuvo inspirado por un brillante clarinetista hacia el final de su carrera como compositor. La primera vez que escuchó a Richard Mühlfeld fue en Monningen en 1891, y la habilidad de este último como intérprete le inspiró para escribir el *Trío para clarinete*, el *Quinteto para clarinete* y dos sonatas para clarinete (o viola) y piano. Aunque Brahms prefería el trío, la mayoría de los críticos coinciden en que el quinteto es la más importante de estas obras, pero difieren en los sentimientos que evoca. Para unos, está presidido por la nostalgia atemperada por la resignación: su adjetivo favorito es «otoñal». Robert Simpson la encuentra salpicada de melancolía subyacente. Para William Murdoch es «delirante»;

una obra íntima, aunque llena de cálido colorido, a la que el clarinete añade tal sacudida que uno difícilmente puede creer que el compositor no sea un joven lleno de alegría de vivir, con toda la exuberancia de la juventud y el encanto de un amor apasionado^[12].

En 1893, Brahms publicó su último conjunto de obras para piano solo, *opus 119*. Los compositores escriben con frecuencia música en una clave menor para terminar en una mayor. Es un modo de «llegar a casa» triunfante o feliz. Vale la pena señalar que la *Rapsodia en mi bemol* que cierra el *opus 119*, y que es la última obra que Brahms compuso para piano solo, invierte el orden habitual. Está escrita en la clave mayor y termina en la menor.

Brahms, como iba a hacer Richard Strauss unos cincuenta años más tarde, escribió cuatro últimas canciones: las cuatro *Canciones serias* que compuso en 1896, un año antes de morir. Los arreglos son para textos de la Biblia luterana, pero cuidadosamente escogidos para que ninguno entrara en conflicto con el agnosticismo de Brahms. La primera canción, de la que los textos están tomados de Eclesiastés 3:19-22, es tan importante para un tema de este libro que no puedo evitar citarlos. Tras declarar que los hombres no tienen ninguna supremacía sobre las bestias, ya que todos ellos deben morir, el autor del Eclesiastés continúa:

¿Quién sabe si el aliento de vida de los humanos asciende hacia arriba y si el aliento de vida de la bestia desciende hacia abajo, a la tierra? Veo que no hay para el hombre nada mejor que gozarse en sus obras, pues esa es su paga. Pero ¿quién le guiará a contemplar lo que ha de suceder después de él?^[*]

La última composición de Brahms fue un conjunto de once preludios corales para órgano, que tanto a Denis Arnold como a Fuller Maitland les recordaba a Bach. El primero se refiere a ellos diciendo que son «serenamente introspectivos de un modo que recuerda a Bach»^[13]. El segundo, refiriéndose al último del conjunto, escribe:

Se debe admitir que ninguno de los grandes compositores ha dado al mundo una frase final de una belleza más exquisita y conmovedora. Los últimos compases tienen la cadencia de una belleza tan fresca y expresiva que ni siquiera el propio Brahms la superó nunca, y una vez más nos recuerda a Bach^[14].

Tanto Richard Strauss como Bach mostraron algunas características de las obras de tercera etapa en sus últimas composiciones: ausencia de retórica, falta de toda necesidad de persuadir o convencer y cierta inclinación hacia lo impersonal en lugar de lo personal. Pero su última música también hace gala de una tendencia nostálgica que está ausente en las composiciones de Beethoven y Liszt. Me inclino a relacionar esto con el hecho de que ambos, en sus vidas privadas, fueron individuos cautos e indecisos, no resueltos a vivir la vida por completo. La nostalgia, que está cerca del sentimentalismo, parece normalmente una expresión de arrepentimiento por las oportunidades perdidas, en lugar de un arrepentimiento por los placeres o los logros reales del pasado. Brahms fue un hombre prudente del que Nietzsche escribió: «Él es la melancolía de la impotencia»^[15]. Aunque estuvo seriamente enamorado de Clara Schumann (que era catorce años mayor que él), y tuvo una serie de vínculos afectivos con otras mujeres, nunca se comprometió de lleno y permaneció soltero. Destruyó sus composiciones de aprendizaje y muchas otras obras posteriores que le parecía que no alcanzaban el nivel mínimo adecuado. Peter Latham escribe: «Es como si temiera que de algún modo pudieran convertirse posteriormente en pruebas en su contra»^[16].

Tras sufrir la decepción de sus ilusiones de vida junto a Clara Schumann, Brahms inició relaciones con Agathe von Siebold, pero rompió su compromiso con ella cuando la cuestión del matrimonio se hizo algo imperioso. Todo el mundo que le conocía se daba cuenta de que a medida que se hacía mayor, Brahms se volvía cada vez más reservado e introvertido, escondiendo sus verdaderos sentimientos tras un muro de brusquedad y sarcasmo. Por naturaleza, Brahms tenía un temperamento más calido y emotivo que los filósofos que analizamos en el capítulo anterior; pero la desilusión y el rechazo impidieron que sus emociones encontraran satisfacción. No es de extrañar que su música posterior esté teñida de nostalgia y arrepentimiento.

La vida de Richard Strauss también fue incompleta. Estaba casado con una cantante que, cuando se hizo mayor, se volvió cada vez más dominante, codiciosa, esnob e irascible. Basta con mirar su retrato de boda para imaginarse su relación. Paulina Strauss parece haber disgustado profundamente a todos los que la conocieron. Tenía un carácter abierta y profundamente obsesivo. Exigía a su marido que se limpiara los zapatos en tres felpudos distintos antes de entrar en casa, y perdía los nervios con los criados si los armarios de ropa blanca no estaban ordenados con una precisión milimétrica. Strauss pudo haber obtenido un placer masoquista de estar

dominado tan severamente, pero cinco de sus obras giraron alrededor del tema de la fidelidad y se dice de él que tuvo una aventura amorosa con una de las *prima dornas* que cantó *Salomé*. Era un hombre débil que aplaudió el ascenso de Hitler, apoyó el ataque de Goebbels contra Hindemith y Furtwängler, sustituyó a Bruno Walter como director de orquesta cuando éste fue amenazado por los nazis y sustituyó también a Toscanini cuando éste renunció a dirigir en Alemania. Escribió a Hitler para disculparse por su relación con el escritor judío Stefan Zweig, que había escrito un libreto para él. Durante los veinticinco años antes del verano que pasó en India y que dio lugar a su último grupo de obras, Strauss compuso pocas cosas de importancia. Strauss era un hombre egocéntrico, cuyo principal interés residía en el dinero y en la promoción de sus propias obras. Toscanini dijo de él en una ocasión: «Ante Strauss, el compositor, me quito el sombrero. Ante Strauss, el hombre, me lo vuelvo a poner»^[17]. El compositor cuyas *Electra* y *Salomé* están llenas de horror, violencia y sexualidad pervertida, era una persona enfermiza e inhibida. No es de extrañar que sus últimas obras, en su hermosura, evoquen más sentimientos de nostalgia que de reconciliación o integración.

Henry James es un autor cuya «tercera etapa» presenta rasgos de particular interés. Sus tres últimas novelas, *Los embajadores*, *Las alas de la paloma* y *La copa dorada*, tienen una complejidad aún mayor y un estilo más denso que sus obras tempranas o intermedias. La revisión podía realizarse con más facilidad en parte porque fueron dictadas en lugar de manuscritas; y la revisión constante se convirtió en algo habitual. Quizá deberíamos agradecer que en la época de Henry James no se hubiera inventado todavía el procesador de textos. La ansiedad de James por evitar lo esperado desemboca a veces en una prosa opaca y difícil de comprender. El lector encuentra que necesita concentrarse más de lo que desean la mayoría de los lectores de novelas si quieren seguir los giros y vaivenes de la tortuosa prosa de James.

Lo más interesante es que James, en *Los embajadores*, manifiesta la preocupación por los patrones y el orden que hemos señalado como propio de la tercera etapa, unida a una determinación para predicar el evangelio de vivir la vida por completo que, en otros artistas, estaría típicamente asociado con etapas anteriores de su obra. Henry James tenía cincuenta y siete años cuando escribió *Los embajadores*, la edad a la que murió Beethoven. El propio James escoge como núcleo del libro el discurso atribuido a Lambert Strether en el capítulo 2 del libro quinto.

Vive todo lo que puedas; es un error no hacerlo. No importa mucho lo que hagas en particular, mientras sigas teniendo tu vida. Si no has tenido eso, ¿qué es lo que *has* tenido?^[18].

Era un mandato que el propio James curiosamente no había conseguido cumplir. Pero en 1899, mientras estaba en Roma, James había conocido a un joven escultor estadounidense de origen noruego llamado Hendrik Andersen. James compró uno de sus bustos y exigió que le prometiera que se iría a vivir con él, tras lo cual, tres días después, murió. León Edel señala que James tomó conciencia de que tenía

sentimientos más profundos por Andersen de los que nunca antes había sentido por nadie que no fuera de su familia. Es más, las cartas de James a Andersen contienen muchas más referencias al cariño físico de lo que había habido antes en la correspondencia de James. Henry James estaba inhibido sexualmente. Había

exaltado lo intelectual y lo emocional más que lo físico en las relaciones humanas. [...] Debemos recordar también, para sopesar esta tenue y ambigua prueba, que James hasta entonces había tendido a contemplar el mundo como a través de una lámina de cristal. Andersen parece haber ayudado a James a salir de detrás de ese muro protector. Si dejamos volar la imaginación, podríamos pensar que él abrió a James hacia un mayor grado de sentimiento sensual de lo que había tenido antes; quizá el tacto de aquellos gruesos dedos de la mano del escultor pudieron haber dado a James una sensación de cercanía física y calidez que nunca se había permitido sentir en años anteriores; y esto es lo que leemos en sus cartas^[19].

De modo que la tercera etapa de James está desfasada. En lugar de que lo físico fuera menos evidente a medida que se hacía mayor, esto súbitamente le afecta como una parte vigente, aunque irracional, del amor; algo que él mismo no había conseguido atrapar en épocas anteriores y que le hacía sentir, con razón, que se había perdido algo de la vida de fundamental importancia.

Aunque el tema principal de *Los embajadores* es el mandato de Strether de «vive todo lo que puedas», la novela también presenta un esquema simétrico. El inhibido Lambert Strether, de cincuenta y cinco años, es enviado fuera de su país para rescatar a un joven estadounidense, Chad Newsome, de la supuesta mala influencia de la vida parisina y, más concretamente, de las garras de madame de Vionnet. Sin embargo, después de conocer a madame de Vionnet y sucumbir él mismo a la liberadora influencia de Europa, Strether abandona su misión de rescate y urge al joven a que se quede. Entretanto, la actitud de Chad ha cambiado. Después de su primera negativa a abandonar Francia, abraza con impaciencia la idea de volver a Estados Unidos y dedicarse a los negocios. Así, los dos protagonistas principales de la novela intercambian sus posiciones.

Ralf Norman, que ha estudiado estos patrones en la obra de ficción de Henry James, se refiere a este cambio como un ejemplo de «inversión quiásmica»: «A cambia y se convierte en lo que ha sido B; mientras que B cambia y se convierte en lo que ha sido A»^[20]. Quiasma hace referencia a un cambio de lado, como en el caso del quiasma óptico de la base del cerebro, según el cual algunas fibras de la región óptica se cruzan para unirse a las del otro lado. La novela que precede a las tres últimas, *La fuente sagrada*, deriva de este dispositivo de un modo tan artificial que parece inverosímil. En el *Diario III*, el 17 de febrero de 1894, James anota dos ideas que le sugirió Stopford Brooke. La segunda dice lo siguiente:

Idea de un hombre joven que se casa con una mujer mayor y que tiene sobre ella el efecto de rejuvenecerla cada vez más, mientras que él adopta su edad. Cuando él llega a la edad que tenía *ella* (cuando se casaron), ella ha retrocedido hasta la edad que tenía *él*. ¿No podría aplicarse esto (quizá) a la inteligencia y la estupidez? Una mujer inteligente se casa con un hombre terriblemente estúpido, y pierde cada vez más su juicio a medida que él muestra cada vez más...^[21].

No obstante, este tipo de creación de patrones no necesariamente se traduce en artificialidad. La última novela de James, *La copa dorada*, que es una de sus mejores obras, está basada en una inversión quiásmica múltiple, como señala Ralf Norrman. Los cuatro personajes principales son un estadounidense viudo, Adam Verver, su hija Maggie, el príncipe Amerigo y Charlotte Stant. Maggie se casa con el príncipe y convence a su padre para que se case con Charlotte con el fin de compensar su pérdida. Sin embargo, el lazo entre padre e hija es tan duradero que siguen pasando mucho tiempo juntos, lo cual hace revivir un antiguo afecto entre Charlotte y el príncipe. Maggie finalmente lleva la situación hasta su fin enviando a su padre y a Charlotte a Estados Unidos, mientras ella se queda en Europa con el príncipe. Los cuatro personajes se encuentran, forman nuevas parejas, vuelven al antiguo modelo (con el añadido de que ahora es adulterio) y finalmente aceptan las parejas hechas tras su encuentro inicial.

Lo que resulta extraordinario es que este modelo aparentemente artificial no elimine las emociones humanas implicadas, como creo que sucede en *La fuente sagrada*. El logro estético de la simetría está suavizado por una apreciación real de la pasión humana y, como Edel deja claro, por primera vez James concibe como posible y lleva a cabo realmente un matrimonio entre el viejo mundo europeo y el nuevo mundo estadounidense.

Henry James parece el arquetipo de un personaje ambiguo; simpático y hondamente preocupado por los sentimientos humanos, aunque de algún modo apartado siempre de ellos. Para volver a la con frecuencia utilizada clasificación de Howard Gardner, James es a la vez conceptual y narrativo. A medida que se hizo mayor, su conciencia del aspecto físico del amor creció en lugar de decrecer, a causa de sus sentimientos hacia Andersen. Esta conciencia le enriqueció y le entristeció al mismo tiempo. Creo que hizo posible la síntesis de opuestos que es palpable en *La copa dorada* y evitó que esa rica y atrevida novela fuera aplastada por los patrones estéticos que la originaron.

La bestia en la jungla, escrito hacia finales de 1902, es el relato más poderoso y trágico de James, y también claramente autobiográfico en la medida en que expresa su amargo arrepentimiento por lo que había descuidado en la vida y su culpa por haber estado tan encerrado en la prisión de su propio egocentrismo que no se había atrevido a amar completamente.

Recordemos que se trata de la historia de John Marcher, que, durante toda su vida, ha estado seguro de que una experiencia inusual concreta estaba esperándole al acecho, y a la cual representa como una bestia persiguiéndole en la jungla y esperando su oportunidad para saltar. Ha confiado su secreto a una mujer, May Bartram. Cuando, tras un intervalo de diez años, vuelven a encontrarse, ella le recuerda su confidencia y le pregunta si ha sucedido algo. No; y cuando él pasa a describir lo que todavía augura, algo que puede irrumpir súbitamente en su vida, algo que, según cree él, puede aniquilarle o alterar todo su mundo, May Bartram aventura

la suposición de que lo que está esperando pero no puede describir es lo que mucha gente normal conoce como miedo a enamorarse. John Marcher descarta la idea.

Durante los muchos años que siguen, continúan pasando mucho tiempo juntos. Finalmente, May Bartram muere. Marcher no ha conseguido responder, ni siquiera reconocer, la oferta amorosa que, en determinado momento, ella le hace claramente. Sólo cuando está muerta se da cuenta de que la bestia de la jungla saltó en ese momento.

Huir habría sido amarla; así, y sólo así, ella habría vivido. *Ella* habría vivido —¿quién podía saber ahora con cuánta pasión?—, y le habría amado por sí mismo; mientras que él no había pensado nunca en ella (¡y cómo le cegaba esto ahora!) sino en el frío de su egoísmo y a la luz de su utilidad^[22].

Arrodillándose sobre la tumba de Bartram, Marcher

vio verdaderamente en la crueldad de su imagen lo que se había establecido y llevado a cabo. Vio la selva de su vida y vio a la bestia indefinible; luego, cuando miraba, la veía ascender, suspendida en el aire, enorme y sombría. Estaba cerca, y volviéndose instintivamente para escapar de la alucinación, se arrojó al suelo boca abajo sobre la tumba^[23].

En una carta a Hugh Walpole, James escribió:

Creo que no me arrepiento de ni un solo «exceso» de mi responsable juventud; sólo me arrepiento en mi fría edad de ciertas ocasiones y posibilidades que *no* aproveché^[24].

Las últimas novelas de Henry James muestran al menos algunas de las características de las obras de tercera etapa a las que hicimos referencia antes. Su elaborado estilo no hace ninguna concesión, de modo que podemos decir que está menos preocupado directamente por la comunicación o por tratar de seducir o convencer al lector. El patrón y el orden, aunque evidentes a lo largo y lo ancho de su obra, están presentes con más insistencia aún en *Los embajadores* y *La copa dorada*. Sin embargo, James no está tan preocupado como algunos de los artistas mencionados en este capítulo por la exploración de zonas de experiencia remotas que trascienden lo personal. Su aceptación tardía del aspecto físico del amor enriquece en realidad su obra en una época de la vida en la que aquellos artistas que, como Bach, habían experimentado plenamente esta faceta de la vida, pareciendo estar extendiendo sus brazos más allá de ella. En este sentido, él también está alcanzando una unidad nueva entre elementos dispares. León Edel escribe:

«Vive todo lo que puedas» había sido central en *Los embajadores*: el hombre tenía que aprender a vivir con la ilusión de su libertad. La vida sin amor no era vida —ésta era la conclusión de *Las alas de la paloma*— y, habiendo encontrado el amor, James había acabado por ver al fin que el arte no podía ser arte, y tampoco vida, sin amor. Se había convertido en su propia Esfinge; estaba respondiendo a sus propios enigmas^[25].

El deseo y la búsqueda de la totalidad

Siendo polvo, el alma inmortal madura Como la armonía de la música; hay una oscura E inescrutable labor que reconcilia Los elementos discordantes y los hace sonar juntos En conjunción.

WILLIAM WORDSWORTH

En *El banquete* de Platón, Aristófanes asume la responsabilidad de iniciar a sus amigos en el secreto del poder del amor. Empieza recordando el mito de que originalmente existían tres sexos: el hermafrodita, el masculino y el femenino. El masculino tenía su origen en el sol, el femenino en la tierra, y el hermafrodita en la luna, que participa de la naturaleza del sol y de la tierra. Cada ser humano era una totalidad esférica, con cuatro piernas y cuatro brazos, capaz de caminar erguido en cualquier dirección o de correr girando sobre sí.

Estos seres humanos originales eran tan arrogantes, tan insolentes y tan poderosos que constituían una amenaza para los dioses, que debatieron cuál era el mejor modo de limitarlos. Zeus decidió que debían ser biseccionados y posteriormente dispuso que la reproducción tuviera lugar mediante el acto sexual, en lugar de mediante fecundación de la tierra, que era como había sido hasta entonces.

La consecuencia de esta bisección de la especie humana fue que cada mitad se sentía impulsada a buscar un compañero que restableciera su totalidad anterior. Los seres masculinos buscaban otro hombre, los femeninos otra mujer, y los hermafroditas un compañero de sexo opuesto. «El amor», dice Aristófanes, «es simplemente el nombre del deseo y la búsqueda de la totalidad»^[1].

El mito de Platón es muy poderoso. Con el paso de los siglos, la idea de que alcanzamos la totalidad y nos realizamos fundiéndonos sexualmente con otra persona ha sido la inspiración principal de la literatura romántica y el cénit de miles de novelas. Hay la suficiente verdad en el mito como para que la mayoría de nosotros nos sintamos todavía poderosamente impresionados por él. Especialmente en la juventud, la unión sexual con una persona amada lleva consigo efectivamente, aunque sólo sea de un modo efímero, una sensación de plenitud que pocas experiencias diferentes pueden igualar. Pero el sexo es sólo uno de los muchos modos de alcanzar la unidad.

Aunque Freud seguía considerando la satisfacción sexual como la fuente principal de satisfacción de la vida de hombres y mujeres, y creyendo que los trastornos neuróticos eran consecuencia de bloqueos psicológicos que impedían alcanzar la madurez sexual, sí mantuvo ciertas dudas acerca de si era realmente posible la satisfacción emocional plena. En un artículo relativamente reciente, Freud escribió:

Creo que, por extraño que suene, habría que ocuparse de la posibilidad de que haya algo en la naturaleza de la pulsión sexual misma desfavorable al logro de la satisfacción plena^[2].

A pesar de esto, y a pesar del hecho de que, en ese momento, Freud pensaba que los logros culturales eran consecuencia de la sublimación de aspectos del impulso sexual que no hallaban expresión directa por estar constreñidos por las restricciones de la civilización, la satisfacción sexual continuaba representando un ideal tanto para Freud como para sus discípulos.

Sin embargo, hay algo más en la experiencia de enamorarse que el deseo o la consecución de la unión sexual. Enamorarse es, para la mayoría, una de las experiencias emocionales más cautivadoras que se pueden encontrar. Mientras el enamoramiento persiste, la persona que lo experimenta tiene normalmente una sensación de unidad extática tanto con el mundo exterior como con su propio yo: una sensación de unidad que se inició encontrando a la persona amada y que puede continuar en función de la existencia de la persona amada, pero que no necesariamente requiere su presencia física real. Estar enamorado se considera normalmente como la forma más íntima y cercana de relación interpersonal; pero es un estado mental que, una vez desencadenado, puede persistir durante algún tiempo independientemente de cualquier encuentro real con la persona amada. La tierra adopta un rostro sonriente; y aunque esto puede no ser más que una proyección de la dicha interior del sujeto, hay una sensación según la cual percibir que todo está bien en el mundo puede promover realmente una mejor adaptación a él. Todo el mundo ama al amante y el amante ama a todo el mundo.

En el capítulo 5 supuse de un modo antropocéntrico que las criaturas que pudieran llamarse «felices» eran las que estaban más o menos perfectamente adaptadas a su entorno. Creo que aquellos que están enamorados experimentan la felicidad porque, durante un breve periodo, tienen la sensación de estar perfectamente adaptados al mundo que les rodea, así como una sensación de paz extática y de unidad interior. Mientras el estado de enamoramiento se mantiene, parece no haber ninguna discrepancia entre la realidad y el mundo de la imaginación. El «hambre de imaginación» está provisionalmente saciado. Esto es algo distinto del encaprichamiento sexual. Aunque la relación sexual puede ser a veces una experiencia inmensamente satisfactoria, que lleva consigo una sensación de relajamiento sereno, la condición de «enamorado» es diferente. El éxtasis no es lo mismo que el orgasmo; y estar enamorado es un estado mental más próximo al éxtasis que al orgasmo. Como Marghanita Laski señala en su libro *Ecstasy*, sólo aquellos que no tienen ninguna experiencia de vida sexual normal utilizan la imaginación sexual para describir el éxtasis^[3].

Freud, sin duda, conocía la diferencia entre la satisfacción sexual y la sensación de unidad que acompaña al estado de enamoramiento, pero exaltaba la primera experiencia y denigraba en la segunda. En el capítulo 3 hicimos una breve referencia a la discusión de Freud con Romain Rolland sobre el «sentimiento oceánico». Se

recordará que Freud describía el sentimiento oceánico como «un sentimiento de vínculo indisoluble, de ser uno con el mundo exterior como un todo»^[4]. Freud continúa comparando este sentimiento con el de estar enamorado.

En la cumbre del enamoramiento, el lazo entre el ego y el objeto amenaza con deshacerse. Contra toda evidencia de sus sentidos, un hombre enamorado declara que «tú» y «yo» somos uno y está dispuesto a comportarse como si esto fuera así de hecho^[5].

En el capítulo 3 sugerí que Freud tenía razón al considerar cierto parecido entre el sentimiento de unidad con el universo y el sentimiento de unidad con una persona amada, pero que se equivocaba al despreciar estas experiencias como ilusiones meramente regresivas.

La sensación de completa armonía con el universo, de completa armonía con otra persona y de completa armonía con uno mismo están íntimamente relacionadas; es más, creo que son esencialmente el mismo fenómeno. Los desencadenantes de estas experiencias son de muchos tipos diferentes. Marghanita Laski enumera como las más comunes «la naturaleza, el arte, la religión, el amor sexual, el alumbramiento, el conocimiento, el trabajo creativo y ciertas formas de ejercicio»^[6]. La descripción del almirante Byrd de sentirse uno con el universo, que ofrecimos en el capítulo 3, es un ejemplo característico en el que los desencadenantes fueron la soledad, el silencio y la majestuosidad de la Antártida. Experiencias de este tipo también pueden producirse espontáneamente, en soledad, sin la ayuda de ningún estímulo externo. Tales experiencias trascendentales están íntimamente ligadas a aspectos del proceso creativo; a ser capaz de comprender súbitamente lo que anteriormente parecía impenetrable o a obtener una nueva unidad relacionando conceptos que anteriormente parecían ser bastante independientes.

El mito de Platón es un relato preciso de la condición humana en el que se representa al hombre como una criatura incompleta, constantemente en busca de unidad o totalidad; pero se limita a describir la unidad en términos de relación sexual. De hecho, las experiencias trascendentales de ver súbitamente que algo cuaja o que la vida tiene sentido pueden ser desencadenadas incluso por algo tan impersonal como las matemáticas. Bertrand Russell describe uno de esos momentos.

A los once años empecé a leer a Euclides con mi hermano como tutor. Fue uno de los grandes acontecimientos de mi vida, tan deslumbrante como el primer amor. No me había imaginado que pudiera haber nada tan delicioso en el mundo^[7].

Einstein fue transportado de un modo similar por Euclides a los doce años, cuando, al principio del curso escolar, recibió un libro en el que se exponía la geometría plana de Euclides.

Hay un buen ejemplo de sentimiento oceánico desencadenado por un descubrimiento científico en una de las primeras novelas de C. P. Snow. Marghanita Laski utiliza el mismo ejemplo en *Ecstasy* y subraya su opinión de que, aunque la

experiencia del orgasmo puede compartir algunos rasgos con las experiencias extáticas, estas últimas son de orden diferente. En la novela de Snow, claramente autobiográfica, el joven científico acaba de recibir confirmación de que cierto difícil trabajo que ha estado haciendo sobre la estructura atómica de los cristales ha resultado ser correcto.

Luego fui transportado más allá del placer. He tratado de mostrar alguno de los buenos momentos que la ciencia me dio; la noche en que mi padre habló de las estrellas, la lección de Luard, la conferencia inaugural de Austin o el fin de mi primera investigación. Pero esto era diferente de cualquiera de ellos, completamente diferente de otro tipo. Iba más allá de mí mismo. Mi triunfo, mi alegría y mi éxito estaban allí, pero parecían insignificantes al lado de este éxtasis sereno. Era como si hubiera buscado una verdad fuera de mí mismo y encontrarla se hubiera convertido durante un instante en parte de la verdad que buscaba; como si todo el mundo, los átomos y las estrellas, estuvieran maravillosamente nítidos y cerca de mí, y yo de ellos, de modo que fuéramos parte de una luminosidad más tremenda que cualquier misterio.

Nunca había imaginado que pudiera existir un momento así. Quizá había atrapado algo de esa categoría en la alegría que obtuve cuando le di felicidad a Audrey por estar yo contento; o estando entre amigos, cuando en alguna extraña ocasión, quizá dos veces en mi vida, me había difuminado en un objetivo común; pero era como si esos momentos tuvieran el tono de la experiencia sin la experiencia misma.

Desde entonces, nunca volví a obtenerlo del todo. Pero algo quedará conmigo mientras viva; una vez, cuando era joven, solía desdeñar a los místicos que han descrito la experiencia de ser Uno con Dios y formar parte de la Unidad de las cosas. Después de aquella tarde, no quise reírme nunca más; porque aunque yo lo interpretara de otro modo, creo que sé a lo que se referían^[8].

Freud despreció el sentimiento oceánico como una ilusión basada en la regresión a un estado emocional infantil. La idea de que hubiera un tipo de unión o «totalidad» que no estuviera enraizada en el cuerpo podía ser una experiencia vital válida, un ideal hacia el que los hombres podían encaminarse, pero a Freud le parecía una evasión de los hechos discordantes de la materialidad del hombre. Freud siempre estaba inclinado a despreciar como irreales las experiencias psicológicas que no pudieran rastrearse fácilmente hasta el cuerpo o relacionarse con él. Es una limitación de su pensamiento con la que ya nos hemos encontrado cuando analizábamos su actitud hacia la fantasía.

Cuando el psicoanálisis se desarrolló por primera vez como método terapéutico, Freud desaconsejó tratar a pacientes de cincuenta o más años sobre la base de que, en la mayoría de los casos, sus procesos mentales carecían de la elasticidad necesaria para el cambio. Como la técnica psicoanalítica requería una escrupulosa reconstrucción del pasado, Freud también sentía que la ingente cantidad de material que se había acumulado durante una vida tan extensa alargaría el tratamiento interminablemente. Aunque los freudianos modernos tratan con frecuencia a pacientes de mediana edad y aún mayores, la fuerza principal del psicoanálisis siempre ha estado dirigida hacia la comprensión de la infancia, la juventud y la emancipación del individuo de los vínculos emocionales con sus padres. Éste también es el periodo de la vida en el que el impulso sexual es más imperioso y en el que la solución de los conflictos sexuales se revela como más gratificante.

Pero, por muy sinceramente que uno suscriba el punto de vista evolutivo de que la principal tarea biológica del hombre es reproducirse, el hecho de que la vida se

prolongue tanto, más allá del periodo en el que puede reproducirse, al menos para las mujeres, siembra dudas acerca de si el acto que sirve a la reproducción merece realmente esta posición privilegiada. Lo que Jung llama «la segunda mitad de la vida» seguramente debe de tener algún otro sentido y finalidad.

A Jung y a sus seguidores sólo les quedaba prestar atención a los problemas de la mediana edad. La principal contribución de Jung a la psicología y la psicoterapia se encuentra en el campo del desarrollo adulto. Prestó relativamente poca atención a la infancia creyendo que, cuando los niños mostraban trastornos neuróticos, la respuesta a sus problemas debía buscarse normalmente en el estudio de la psicología de sus padres antes que en la suya.

El interés de Jung por los problemas del desarrollo adulto tuvo su origen en la crisis que él mismo experimentó entre 1913 y el final de la primera guerra mundial. Hicimos referencia a este periodo de trastornos al comienzo del capítulo 7. En julio de 1913, Jung alcanzó la edad de treinta y ocho años. Para entonces se había casado, había formado una familia y se había establecido como psiquiatra mundialmente reconocido. Su esperanza había sido que, junto con Freud, pudiera desarrollar una nueva ciencia de la mente. Pero alguna fuerza en su interior, contra su voluntad, le impulsó a desarrollar su propio punto de vista. El primer fruto de ello fue el libro originalmente conocido, en su traducción inglesa, como *La psicología del inconsciente*, que fue publicado en 1912^[*]. En su autobiografía, Jung describe cómo durante dos meses fue incapaz de escribir los últimos capítulos porque sabía que Freud contemplaría su discrepancia con él como una traición. La triste historia del distanciamiento entre los dos pioneros que se produjo a continuación puede reconstruirse en la correspondencia entre Freud y Jung^[*].

Jung fue el primer psiquiatra que prestó atención a lo que ahora se conoce familiarmente como «la crisis de la mediana edad». Sus trastornos le sumieron en un largo periodo de autoanálisis en el que registró las visiones y los sueños que tuvo, muchos de los cuales eran alarmantemente amenazadores. Pero, aparte de este periodo peligroso, Jung forjó su propio punto de vista individual. Escribió:

Los años en los que estuve persiguiendo mis visiones interiores fueron los más importantes de mi vida; en ellos se decidió todo lo esencial^[9].

El autoanálisis de Jung le convenció de que, mientras que la tarea de un sujeto joven era principalmente emanciparse de su familia de origen, establecerse en el mundo y fundar una nueva familia independiente, la tarea del sujeto de mediana edad era descubrir y expresar su propia unicidad como individuo. Jung definió la personalidad como «la suprema realización de la idiosincrasia innata de un ser vivo»^[10].

Esta exigencia no era principalmente egoísta ya que, según el punto de vista de Jung, la esencia de la individualidad sólo podía expresarse cuando la persona implicada reconocía la dirección de una fuerza que no había originado él mismo en el

interior de la psique. Los hombres se vuelven neuróticos hacia la mitad de la vida porque, en cierto sentido, han sido falsos consigo mismos y se han apartado demasiado del sendero que la naturaleza tenía previsto que siguieran. Prestando escrupulosa atención a la voz interior de la psique, que se manifestaba en los sueños, las fantasías y otros derivados del inconsciente, el alma desorientada podía redescubrir su camino, como el propio Jung consiguió hacer. La actitud o «disposición» necesaria en el paciente es realmente religiosa, aunque la creencia en un dios personal o la adhesión a un credo religioso determinado no forme parte de la tarea.

El propio Jung descubrió en la infancia que ya no podía seguir suscribiendo la fe protestante ortodoxa en la que su padre, un pastor protestante de la Iglesia suiza reformada, le había criado. Podría aducirse que la totalidad de la obra posterior de Jung representa su intento de encontrar un sustituto a la fe que había perdido. Puede ser interesante una especulación de esta naturaleza, pero finalmente carece de importancia. Tanto si las ideas de Jung nacieron o no del conflicto personal es algo que ni las confirma ni las invalida. Como señala en una de sus frases más conocidas:

Entre todos mis pacientes de la segunda mitad de la vida —es decir, de más de treinta y cinco años— no ha habido uno solo cuyo problema en su último recurso no fuera el de encontrar una perspectiva religiosa en la vida. [...] Por supuesto, esto no tiene absolutamente nada que ver con un credo particular ni con la pertenencia a una iglesia^[11].

Como Freud despreciaba la religión como ilusión, los analistas freudianos han tendido a considerar estas afirmaciones una prueba del oscurantismo impenitente de Jung. Sin embargo, como el analista freudiano Charles Rycroft ha señalado,

no parecería haber necesariamente incompatibilidad entre el psicoanálisis y aquellas formulaciones religiosas que sitúan a Dios en el interior del yo. Es más, uno podría argumentar que el ello de Freud (y mucho más el de Groddeck), la fuerza impersonal en la que residen tanto el núcleo del yo e incluso del no yo, y de la que cuando uno está enfermo resulta enajenado, es una formulación secular de la intuición que hace que las personas religiosas creen en un dios inmanente^[12].

Jung acabó especializándose en el tratamiento de los individuos de mediana edad.

El material clínico disponible tiene un perfil peculiar: los casos nuevos son claramente la minoría. La mayoría de ellos ya tienen tras de sí alguna forma de tratamiento psicoterapéutico, con resultados parciales o negativos. Aproximadamente, una tercera parte de mis casos no padecen ninguna neurosis definible clínicamente, sino de la falta de sentido y de objetivos de sus vidas. No pondría objeciones si esto se llamara neurosis general de nuestra edad. Dos tercios completos de mis pacientes se encuentran en la segunda mitad de la vida. Este peculiar material ofrece particular resistencia a los métodos de tratamiento racionales, probablemente porque la mayoría de mis pacientes son individuos socialmente bien adaptados, con frecuencia con una capacidad excepcional, para los que la normalización no significa nada^[13].

Jung llamó «proceso de individuación» al camino de desarrollo personal en el que se embarcaron estos individuos bajo su orientación. Este proceso se dirige a un objetivo llamado «totalidad» o «integración»: una condición en la que diferentes

elementos de la psique, tanto conscientes como inconscientes, se sueldan en una nueva unidad. Wordsworth describe exactamente Un proceso así en los versos del *Preludio* que constituyen el encabezamiento de este capítulo. La persona que se aproxima a este objetivo, que no puede alcanzarse nunca por completo ni para siempre, posee lo que Jung llamaba

una actitud que está más allá de la influencia de los enredos emocionales y las sacudidas violentas; una conciencia separada del mundo^[14].

Esta nueva integración es esencialmente un asunto interno; un cambio de actitud promovido por el analista que tiene lugar en el interior de la psique del individuo, pero que no se produce principalmente a causa de la relación cambiante del paciente con el analista del modo que describimos anteriormente, cuando analizamos la psicoterapia basada en la teoría de las «relaciones objétales». Además, cuando los pacientes más adelantados de Jung se embarcaran en el proceso de individuación, él les animaría a continuar su búsqueda en solitario, como él mismo había hecho, llevándole el material de sus sueños y fantasías cuando fuera necesario un comentario especial por su parte, o cuando el material pareciera particularmente oscuro.

Jung animó a sus pacientes a reservar parte del día para lo que acabó por conocerse como «imaginación activa». Este es un estado de ensueño en el que se suspende el juicio pero se mantiene la conciencia. Se le pide al sujeto que anote las fantasías que se le ocurren y luego que deje que estas fantasías sigan su propio camino sin intervención consciente. De este modo, el sujeto podía ser capaz de redescubrir zonas ocultas de sí mismo, así como de retratar el viaje psicológico en el que se estaba involucrando.

Cuando ejercía como psicoterapeuta, a veces adoptaba una aproximación derivada de esta técnica con los pacientes de mediana edad que padecían de depresión. Estos pacientes con frecuencia son personas que, a causa de las exigencias de sus carreras profesionales o de sus familias, habían descuidado o abandonado las metas e intereses que, en un momento anterior, proporcionaban sabor o sentido a su vida. Si se anima al paciente a recordar lo que hacía que la vida tuviera sentido para él en la adolescencia empezará a redescubrir facetas descuidadas de sí mismo, y quizá vuelva de nuevo a la música, a la pintura o a algún otro quehacer cultural o intelectual que alguna vez le cautivó, pero que la presión de los negocios de la vida le ha hecho abandonar.

La perseverancia con la imaginación activa no sólo conduce al redescubrimiento de aspectos de la personalidad que habían sido descuidados, sino a un cambio de actitud en el que el sujeto acaba por darse cuenta de que su propio ego o su voluntad dejan de ser primordiales y debe reconocer la dependencia de un factor integrador que no es estrictamente suyo. Jung escribió:

Si puede reconocerse al inconsciente como un factor codeterminante junto con la conciencia, y si podemos vivir de un modo tal que se tengan en cuenta tanto como sea posible las demandas conscientes y las inconscientes, entonces el centro de gravedad de la personalidad global cambia de posición. Entonces deja de estar en el ego, que es simplemente el centro de la conciencia, sino en el hipotético punto entre lo consciente y lo inconsciente. A este nuevo centro podríamos llamarlo el Yo^[15].

Jung describe la llegada a este punto como la consecución de una paz de espíritu tras lo que pueden haber sido largos e infructuosos intentos. Escribió:

Si uno resume lo que la gente le cuenta de sus experiencias, puede formularlo de este modo: consiguieron llegar a sí mismos, pudieron aceptarse, fueron capaces de reconciliarse consigo mismos y, por tanto, se reconciliaron con las circunstancias y acontecimientos adversos. Esto es casi como lo que solía expresarse diciendo: ha encontrado la paz con Dios, ha sacrificado su voluntad, se ha sometido a la voluntad de Dios^[16].

Esto no es curarse por intuición, ni estableciendo una relación nueva y mejor con otra persona, ni siquiera resolviendo problemas concretos, sino curarse mediante un cambio de actitud interior.

Jung cita una carta de un antiguo paciente que ilustra el cambio al que se está refiriendo.

Aparte del mal, me ha sucedido mucho bueno. Estando tranquilo, no reprimiendo nada, permaneciendo atento y aceptando la realidad —tomándome las cosas como son y no como querría que fueran—, haciendo todo esto, he adquirido una sabiduría inusual, así como poderes inusuales que no podía haberme imaginado antes. Siempre pensé que cuando aceptábamos las cosas, éstas nos dominaban de uno u otro modo. Resulta que esto no es cierto en absoluto y que es sólo aceptándolas como uno puede adoptar una actitud hacia ellas. De modo que ahora me propongo jugar al juego de la vida, siendo receptivo a lo que se me presente, bueno y malo, luces y sombras alternando siempre y, de este modo, aceptar también mi propia naturaleza con sus caras positiva y negativa. Así, todo se vuelve más vivo para mí. ¡Qué estúpido era! ¡Cómo traté de forzar todas las cosas para que sucedieran del modo que yo creía que debían suceder!^[17].

William James describe algo muy similar:

La transición desde el nerviosismo, la responsabilidad y la preocupación hacia la ecuanimidad, la receptividad y la serenidad es el cambio más maravilloso de todos aquellos relativos al equilibrio interior y a la fuente de energía personal, que tan a menudo he analizado; y la maravilla principal de ello es que esto suceda tan a menudo no haciendo nada, sino simplemente relajándose y desprendiéndose de la carga^[18].

El estado mental que estos tres escritores están describiendo es claramente algo más que una resignación constructiva, aunque no es idéntico en intensidad a los estados extáticos que se desencadenan súbita y normalmente con brevedad. William James escribió:

Los estados mentales no pueden mantenerse durante mucho tiempo. Salvo en raras ocasiones, media hora, o como mucho una hora o dos, parece ser el límite más allá del cual se desvanecen bajo la luz del día normal. Con frecuencia, cuando se han apagado, su calidad sólo puede reproducirse de memoria imperfectamente; pero sólo cuando se repiten se los reconoce; y de una recurrencia a otra es susceptible un desarrollo continuo en lo que se siente como una riqueza e importancia interior^[19].

El punto final de la individuación comparte con los estados extáticos la experiencia de una nueva unidad en su seno, que Jung describió como una nueva reciprocidad entre lo consciente y lo inconsciente. Esta sensación de paz, de reconciliación con la vida, de formar parte de una totalidad mayor, es muy parecida. La idea de Jung del sujeto que acepta la dependencia de un factor integrador que se encuentra dentro de sí, pero que no es el ego, es análogo a la actitud más pasiva de «esperar en Dios» que tan a menudo encontramos en los relatos ofrecidos por los místicos religiosos.

William James se ocupa del proceso de unificación en su capítulo «El yo dividido y sus procesos de unificación».

Puede llegar gradualmente o suceder repentinamente; puede llegar a través de sentimientos o poderes de acción alterados; o puede llegar mediante nuevas intuiciones intelectuales o experiencias que más adelante designaremos como «místicas». Comoquiera que llegue, proporciona una especie de liberación característica; y nunca una liberación tan extrema como cuando se vierte sobre un molde religioso. [...] Pero dar con la religión es sólo uno de los muchos modos de alcanzar la unidad; y el proceso de reparar la sensación de que falta algo y reducir la discordia interior es un proceso psicológico general que puede tener lugar con cualquier tipo de material mental, y que no necesariamente necesita adoptar la forma religiosa^[20].

Tanto si estas experiencias de unificación ocurren súbita o gradualmente, son tan impresionantes que generalmente parecen dejar efectos permanentes en la mente. Sin embargo, sería ingenuo suponer que las personas que alcanzan este estado de paz lo mantienen ininterrumpidamente o para siempre. En el capítulo 3 señalamos la asociación de estados mentales extáticos con la muerte. Si la vida debe continuar, uno no puede quedarse para siempre en este estado de tranquilidad oceánica. Uno de los temas principales de este libro ha sido que la adaptación al mundo es resultado, paradójicamente, de *no* estar perfectamente adaptado al entorno, de *no* encontrarse en un estado de equilibrio psicológico. El sentido extático de totalidad está destinado a ser transitorio porque no cumple ninguna función en el patrón global de «adaptación mediante desadaptación», característico de nuestra especie. La dicha de Boecio no conduce a la invención: el hambre de imaginación, el deseo y la búsqueda de la totalidad nacen del descubrimiento de que algo ha desaparecido, de la conciencia de incompletud.

El concepto de integración de Jung no es realmente el de una condición mental extática, aunque a veces se haya mal interpretado como tal. Según el punto de vista de Jung, el desarrollo de la personalidad hacia la integración y la salud mental es un ideal que no se alcanza nunca en su totalidad o que, si se alcanza temporalmente, está destinado a ser reemplazado posteriormente por otro. Jung pensó que la consecución del desarrollo óptimo de la personalidad era una tarea de toda la vida que nunca se acababa; un viaje en el cual uno parte con esperanza hacia un destino al que nunca llega.

La nueva actitud obtenida en el curso del análisis tiende a volverse inadecuada de uno u otro modo, más pronto o más tarde, y necesariamente es así porque el transcurrir de la vida demanda una y otra vez una

nueva adaptación. La adaptación nunca se alcanza de una vez para siempre. [...] En último extremo, es altamente improbable que pudiera haber una terapia que nos apartara de todas las dificultades. El hombre necesita dificultades; son necesarias para la salud. Lo que nos preocupa aquí es sólo una cantidad excesiva de ellas^[21].

El proceso de individuación y los cambios de actitud que se producen pueden ir íntimamente emparejados con los relatos del proceso creativo que ofrecen los hombres y mujeres de genio. En primer lugar, el estado mental durante el cual aflora la inspiración o las ideas nuevas es exactamente lo que Jung recomendaba a sus pacientes y que llamó «imaginación activa». Aunque, de vez en cuando, el germen de una nueva composición o una nueva hipótesis puede producirse en un sueño, el gran número de ideas nuevas se produce con diferencia en un estado de ensueño, intermedio entre el sueño y la vigilia. Los poetas como Yeats y Wordsworth describen a veces este estado como estar a la vez dormido y despierto. Es un estado mental en el que a las ideas y las imágenes se les permite aparecer y seguir su curso espontáneamente; pero en el que el sujeto está suficientemente despierto y consciente como para percibir las y registrar sus progresos. Tanto el paciente involucrado en la «imaginación activa» como el creador que busca inspiración han de ser capaces de ser pasivos, de dejar que las cosas sucedan en la mente.

Muchos escritores han descrito cómo los personajes que han inventado parecen adoptar vida propia, o cómo sus plumas parecen a veces guiadas por alguna fuerza rectora diferente de su propia voluntad. Thackeray, por ejemplo, anotó:

He quedado sorprendido por las observaciones hechas por alguno de mis personajes. Parece como si una Fuerza oculta estuviera moviendo la pluma. El personaje hace o dice algo y yo pregunto: ¿cómo diablos ha llegado a pensar en eso?^[22]

George Eliot le contó a J. W. Cross

que, en todo lo que consideraba sus mejores escritos, había un «no yo» que tomaba posesión de ella, y que sentía que su personalidad era simplemente el instrumento mediante el cual esta especie de espíritu estaba actuando^[23].

Nietzsche escribió de su obra *Así habló Zaratustra*:

¿Tiene alguien, a finales del siglo XIX, un concepto claro de lo que los poetas de épocas poderosas denominan *inspiración*? En caso contrario, voy a describirlo. Si se conserva un mínimo residuo de superstición, resultaría difícil rechazar de hecho la idea de ser mera encamación, mero instrumento sonoro, mero médium de fuerzas poderosísimas^[24].

En segundo lugar, la creatividad consiste normalmente en establecer nuevas relaciones entre entidades inicialmente dispares; la unidad de contrarios descrita por Jung. Este proceso de relación es evidente en la creatividad científica, en la que una nueva hipótesis reconcilia o reemplaza ideas que previamente se consideraban incompatibles. Kepler había sido capaz de describir los movimientos de los planetas

alrededor del Sol; Galileo había descrito los movimientos de los cuerpos en la Tierra. Hasta Newton se había considerado que el conjunto de leyes que gobernaban estos dos tipos de movimiento eran independientes. Pero la idea de Newton de que la gravedad podía operar a distancias enormes le permitió combinar los descubrimientos de Kepler y Galileo, de modo tal que pudiera considerarse que los movimientos de los cuerpos celestes en el Universo y de los cuerpos en la Tierra obedecían a las mismas leyes universales.

La combinación de opuestos también puede manifestarse en las artes plásticas y en la música. El impacto estético de un cuadro depende normalmente de la habilidad con la que el pintor haya equilibrado y combinado formas y colores opuestos. La forma sonata en música consiste normalmente en una exposición que presenta dos temas diferentes, el principal y el secundario, que luego se yuxtaponen y se combinan de diversos modos en la sección del desarrollo. Nuestro agrado por este tipo de música está relacionado con la habilidad con la que el compositor crea una nueva unidad a partir de dos temas que en un principio parecían bastante independientes.

En tercer lugar, el proceso creativo continúa a lo largo de la vida. Ningún creador está nunca satisfecho con lo que ha hecho. Constantemente se producen nuevos problemas que le obligan a buscar nuevas soluciones. Las obras acabadas no son sino altos en el camino; mojones de señalización de un viaje que, como en la descripción de Jung del desarrollo de la personalidad, nunca se acaba. Además, las obras de un artista son los signos visibles y exteriores de su desarrollo interior como persona. Ya hemos analizado algunos de los cambios que tienden a producirse a medida que las personas creativas se hacen mayores.

En cuarto lugar, el proceso creativo y el proceso de individuación son fenómenos que se producen en gran medida en soledad. Aunque el relato de Jung del proceso de individuación derivara de lo que observó en los pacientes que estaban sometidos a análisis, y que, por tanto, estaban bajo su observación y tenían cierto tipo de relación con él, él contemplaba la individuación como un sendero natural del desarrollo psicológico que se producía con independencia de la influencia del analista. Además, como escribí más atrás, Jung se esforzaba por hacer que sus pacientes «más avanzados» fueran tan independientes de él como fuera posible, animándoles a seguir su propio camino de descubrimiento psicológico por sí mismos e interviniendo sólo cuando el material producido era particularmente oscuro.

La mente humana parece estar tan ensamblada que el descubrimiento o la percepción del orden o la unidad del mundo externo se refleja, se transfiere y se experimenta como si fuera un descubrimiento de un nuevo orden y equilibrio en el mundo interno de la psique. Esto puede parecer una hipótesis improbable, pero la apreciación estética, así como la creación de obras de arte, depende de ello. La cita de C. P. Snow que ofrecimos anteriormente ilustra maravillosamente cómo un nuevo descubrimiento científico, una nueva verdad «externa», se convierte en algo con lo que el científico se identifica y, por tanto, en algo que también se siente como

«interior». Los sucesos externos y la experiencia interior interaccionan mutuamente; lo cual es la razón por la que contemplar un equilibrio perfecto de formas y colores en una pintura, o escuchar la integración de temas opuestos en una obra musical, proporciona al observador o al oyente la maravillosa sensación de una nueva unidad, como si ésta se produjera en su propia psique. De un modo similar, el proceso de reducir la disonancia interior y alcanzar cierto grado de unidad en el interior de la psique tiene un efecto positivo sobre la percepción del sujeto del mundo exterior y sobre su relación con él.

Aparte de Jung, el único psicólogo que prestó muchísima atención a las experiencias de unidad o a sus efectos terapéuticos es Abraham Maslow, que ha escrito ampliamente sobre lo que él llama «experiencias cumbre». En su opinión, la capacidad de tener estas experiencias es un signo de salud psíquica; un atributo de la persona «que se renueva».

Mi sensación es que el concepto de creatividad y el concepto de ser humano sano, en renovación y pleno, parecen ir cada vez más unidos; y puede resultar que quizá sean la misma cosa^[25].

Maslow continúa su investigación sobre la actitud creativa señalando que

la persona creativa, en la fase de inspiración del furor creativo, pierde su pasado y su futuro y vive sólo el momento. Está todo allí, sumergido por completo, fascinado y absorbido por el presente, por la situación actual, en el aquí y ahora, con lo que se trae entre manos. [...] Esta capacidad de «perderse en el presente» parece ser una condición *sine qua non* para la creatividad de cualquier tipo. Pero ciertos *requisitos previos* de la creatividad —en cualquier campo— tienen a veces también algo que ver con esta capacidad para prescindir del tiempo, el interés, el espacio, la sociedad o la historia. Ha empezado a parecer vivamente que este fenómeno es una versión diluida, más secular y más frecuente, de la experiencia mística que tan a menudo se ha descrito y que da lugar a lo que Huxley llamó *La filosofía perenne*^[26].

Es más, Maslow se da cuenta de que la actitud creativa y la capacidad de tener experiencias cumbre depende de sentirse libre de otras personas; libre, especialmente, de preocupaciones neuróticas, de «vestigios de la infancia», pero también libre de obligaciones, deberes, miedos y expectativas.

Nos volvemos mucho más libres de los demás, lo que a su vez significa que nos volvemos mucho más nosotros mismos, somos más nuestros verdaderos yoes (Horney), nuestros auténticos yoes, nuestra verdadera identidad^[27].

Así, la actitud de Maslow es muy diferente de la de los teóricos de las relaciones objétales, que tienden a suponer que el sentido de la vida está invariablemente unido a las relaciones interpersonales.

Este libro empezó con la observación de que muchas personas muy creativas eran predominantemente solitarias, pero que no tenía sentido suponer que, a causa de ello, eran necesariamente infelices o neuróticas. Aunque el hombre es un ser social que sin duda necesita interaccionar con los demás, hay notables diferencias en la profundidad de las relaciones que establecen unos individuos con otros. Todos los seres humanos

necesitan tener aficiones tanto como relaciones; todos estamos orientados hacia lo impersonal tanto como hacia lo personal. Los sucesos de la primera infancia, los talentos y capacidades heredadas, las diferencias de temperamento y un conjunto de otros factores pueden influir en si los individuos, para descubrir el sentido de sus vidas, se vuelven sobre todo hacia los demás o hacia la soledad.

La capacidad de estar solo fue esbozada como un recurso valioso, que facilitaba el aprendizaje, el pensamiento, la innovación, la aceptación de los cambios y el mantenimiento del contacto con el mundo interior de la imaginación. Vimos que, incluso en aquellos cuya capacidad para establecer relaciones íntimas había quedado dañada, el desarrollo de la imaginación creadora podía cumplir una función sanadora. También se han ofrecido ejemplos de individuos creadores cuya preocupación principal era la de dar sentido y orden a la vida antes que la de establecer relaciones con los demás; una preocupación por lo impersonal que, sugerimos, tendía a acrecentarse con la edad. La adaptación del hombre al mundo está en gran medida gobernada por el desarrollo de la imaginación y, por tanto, de un mundo interior de la psique que se halla necesariamente en conflicto con el mundo exterior. La felicidad completa, el sentimiento oceánico de armonía absoluta entre el mundo interior y exterior, sólo es posible transitoriamente. El hombre está constantemente buscando la felicidad pero, por su propia naturaleza, no puede alcanzarla total ni permanentemente, ni con las relaciones interpersonales ni con los desafíos creativos. A lo largo de este libro señalamos que algunas de las experiencias más profundas y psicológicamente reparadoras que los individuos encuentran tienen lugar interiormente y, si acaso, sólo están remotamente relacionadas con la interacción con otros seres humanos.

Las vidas más felices son probablemente aquellas en las que ni las relaciones interpersonales ni los intereses impersonales están idealizados como el único camino de salvación. El deseo y la búsqueda de la totalidad debe abarcar ambos aspectos de la naturaleza humana.

El epígrafe que abre este capítulo está tomado de *El prelude*. Quizá también sea adecuado que Wordsworth nos proporcione el final.

Cuando, durante mucho tiempo, de nuestro mejor yo hemos sido
Apartados por el ajetreado mundo, y desfallecemos,
Enfermos de sus quehaceres y cansados de sus placeres,
Cuán misericordiosa y benigna es la Soledad^[28].

Epígrafes

Introducción

Edward Gibbon, *The History of the Decline and Fall of the Roman Empire*, edición de J. B. Bury, 7 volúmenes (Londres, 1898), V, pág. 337. [Existe traducción española: *Historia de la decadencia y ruina del Imperio Romano*, 8 vols., Madrid, Ediciones Tumer, 1984.]

Capítulos

1. John Milton, *Paradise Lost*, Libro 8, verso 364. [Existe edición española: *El paraíso perdido*, Alcobendas, Alba, 1997. Traducción de Julio Moreno.]
2. Michel de Montaigne, *Of Solitude*, en *The Essays of Montaigne*, traducción al inglés de E. J. Trechmann (Nueva York, 1946), pág. 205. [Existe edición española: *De la soledad*, en *Ensayos*, Barcelona, Ediciones Altaya, 1997. Traducción de María Dolores Picazo y Almudena Montojo, págs. 304-305.]
3. Charles de Gaulle, *Mémoires de guerre*, vol. III (París, 1959), pág. 288. [Existe edición española: *Memorias de guerra*. 4 vols., Barcelona, Luis de Caralt, 1970. Traducción de Julio Gómez de la Sema.]
4. Francis Bacon, *De Dignitate et Augmentis Scientiarum* (edición de 1640, traducida al inglés por Gilbert Watts), vii, pág. 37.
5. Samuel Johnson, *Boswells Life of Johnson*, edición de G. Birkbeck Hill, 6 vols. (Oxford, 1887), III, pág. 341.
6. Thomas De Quincey, *The Collected Writings of Thomas De Quincey*, edición de David Masson, 14 vols. (Edimburgo, 1889-1890), pág. 235.
7. Carl G. Jung, *The Psychology of the Unconscious*, en *The Collected Works of C. G. Jung*, 20 vols. (Londres, 1953-1979), VII, pág. 58. [Existe traducción española: *Símbolos de transformación*, Barcelona, Paidós Ibérica, 1998.]
8. Walt Whitman, *Song of Myself* stanza 32, versos 684-685, en *Leaves of Grass*, edición de Emory Holloway (Londres, 1947), pág. 52. [Existe edición española: *Hojas de hierba. Antología bilingüe*, Madrid, Alianza, 1996. Selección, introducción y traducción de Manuel Villar Raso.]
9. Graham Greene, *Ways of Escape* (Harmondsworth, 1981), pág. 211. Edward Thomas, citado en R. George Thomas, *Edward Thomas*, (Oxford, 1985), pág. 162. [Existe edición española: *Vías de escape*, Barcelona, Seix Barral, 1990. Traducción de E. Pezzoni y J. Zulaica.]
10. Citado en Ben-Ami Scharfstein, *The Philosophers* (Oxford, 1980), pág. 89. [Remite a L. Wittgenstein, *Vermischte Bemerkungen* (Oxford, 1978), pág. 11

(1929).] [Existe edición española: *Los filósofos y sus vidas. Para una historia psicológica de la filosofía*, Madrid, Cátedra, 1996. Traducción de Alfredo Brotons.]

11. Alex Aronson, *Music and the Novel* (Nueva Jersey, 1980), pág. xiii.
12. William Wordsworth, *The Prelude*, en *The Complete Poetical Works of William Wordsworth*, introducción de John Morley (Londres, 1950), pág. 239. [Existe edición española: *El preludio*, Madrid, Alberto Corazón, 1981. Traducción de Antonio Resines.]

Índice

- abandono, 30, 51-54, 153-154, 163-188
- Abbs, Peter, 110, 113
- Aberbach, David, 175-176, 183-184
- At the Handles of the Lock y Loss and Separation in Bialik and Wordsworth*, 176
- abstracción, 122-124, 142, 218-219
- Adler, Alfred, 120-122, 124
- agresión, 24, 27-28, 36, 48-49, 116, 133, 136-137, 192-193
- aislamiento, 12-13, 27-28, 31, 36, 38-39, 68-73, 77-78, 80, 118, 143-162, 199-200
- como castigo, 68-75
- como terapia, 55-56
- Alexander, Franz, 195
- alucinación, 44-45, 64-65, 71-72, 76-77, 81,94-96, 198-199
- amor, 9, 11-13, 21-22, 25-27, 30, 89-93, 100-102, 136-137, 150, 153-154, 158-161, 165-166, 171-172,215, 227-229, 232-240
- Andersen, Hendrik, 231
- Andreasen, Nancy C., 186
- angustia de desintegración, 194, 211
- animales, 27-29, 35, 91-94, 95-96, 146-151, 154-155, 158
- apego, 9, 25-34, 35, 37-41, 99, 101, 117, 131, 144, 161-162, 168, 179
- aprendizaje, 43
- Aristófanes, 237-238
- Aristóteles, 207
- armonía, 36-37, 59-60, 174-175, 240-241
- Arnold, Denis, 228
- Aronson, Alex, 217
- arte y artistas, 10-11, 98, 107-144, 163-164, 191-192, 198, 206-207, 218, 231-232
- Auden, Wystam H., 195
- Austen, lady, 180
- autobiografía, 107-108, 111, 113-119
- autodescubrimiento, 41
- autoestima, 9, 132, 165-167, 169-170, 185, 200
- y competencia, 166-167
- autonomía, 74-76, 201, 206-207, 211-212,214
- autorrealización, 41, 107-108, 118
- mediante autorreferencia, 191-192
- Bach, Johann Sebastian, 225, 228-229
- Bacon, Francis, 67

Balestier, Carrie, 152
 Balzac, Honoré de, 134-135
 Bartók, Bela, 224
 Bauer, Felice, 139, 142
 Bazin, Germain, 108-109
 Beethoven, Ludwig van, 76, 79, 206,219-224, 231
 Bennet, Glin
 Beyond Endurance, 64
 Berenson, Beraard, 36, 219
 Berkeley, George, 207
 Berlín, Isaiah, 207
 Berryman, John, 181
 Bettelheim, Bruno, 75, 115, 168
 Bialik, Chaim, 183
 Birtchnell, John A., 167
 Boecio
 Consolación de la filosofía, 85, 185
 Bone, Edith
 Seven Years Solitary, 74
 Bowlby, John, 25-29, 33-34, 38, 41, 106, 116, 135, 168
 Apego y abandono, 25-28, 33-34
 Boyd, Malcolm, 225
 Brahms, Johannes, 46, 227-229
 Breuer, Josef, 20
 Brink, Andrew, 175, 184
 Creativity as Repair, Loss and Symbolic Repair, 175
 Brod, Max, 138
 Brodetsky, S., 213
 Brown, George, 166-167, 169, 180
 Buda, 57
 Bunyan, John, 85-86
 El peregrino. Gracia al mayor de los pecadores y Viaje de un cristiano a la ciudad celestial, 86
 Burckhardt, Jacob, 110
 Bumey, Christopher
 Solitary Confinement, 74
 Burton, Robert
 La anatomía de la melancolía, 172
 Byrd, almirante R., 58-62, 78, 240
 Byron, George Fordon, lord, 182

campos de concentración, 74-76, 198-199
Canter, A., 186
carácter, 119-142
cárceles, 67-76, 81-90, 168
Carpenter, Humphrey, 146, 149-150
 Secret Gardens, 146
Carrington, Charles, 152-153
Cecil, David,
 The Stricken Deer, 176
ceguera, 78
Chopin, Federico, 219
Cimabue, 206
Clare, John, 174, 186
Cohen, Stanley y Taylor, Laurie
 Psychological Survival, 83
coherencia, 114-115, 118, 127-128, 189-215, 222
Coleridge, Samuel Taylor, 181
Collins, William, 181
competencia, 166-167, 169-170
comportamiento animal, 91-92
conceptuales, 125-127, 134-135, 189, 233-234
conciencia de sí, 113-114
conducta de evitación o de rechazo (véase «niño»)
confinamiento en solitario, 67-76, 82-83, 86, 88-89, 148, 198-199
control, 108-109, 167, 170-171, 187, 218-219
convergentes, 124-128, 190
Cooper, Martin, 221, 225
Cowper, William, 176-181
 The Task, 181
Crane, Hart, 186 creativas/os
 actividades, 118
 apercepción, 101-102, 163-164
 artistas, 80, 144
 capacidades, 141-142
 empeños, 11
 fantasía, 125
 imaginación, 91, 96-97, 144, 163-164
 intereses, 105
 logros, 106, 144
 persona o personas, 9-13, 46-47, 95-96, 107-108

poderes, 187-188
potencial, 126, 163-164
proceso, 46, 252-255
producción, 85
quehaceres, 12-13
tarea, 76-77

creatividad, 79, 114-115, 253-258
 como compensación, 163-164
 como estrategia de restablecimiento, 163-164, 170-171, 187, 197-198
 como forma de enfrentarse al mundo, 168-171, 173, 187
 como respuesta a una pérdida, 163-164, 169-171, 174-177, 188
 como terapia, 163-164, 170-171

cura de reposo, 55-56
Curchod, Suzanne, 11

Day-Lewis, Cecil, 182
De Gaulle, Charles, 51
De Quincey, Thomas, 105, 201
Dement, William C., 45
dependencia, 28-29, 168, 179-180, 194-195
depredadores, el vínculo ante los, 27-28
depresión, depresivo, 72, 81-82, 128-129, 131-135, 150, 159-161, 163-188, 247-248
Descartes, René, 9, 207
descontento, 92-94
desorganización conductual, 135, 190, 193-194, 211-212
dilema esquizoide, 138, 141-142
Dios, 18, 116-118, 242, 245, 248
divergentes, 124-128, 134-135
Donaldson, Francés, 156-157
Donne, John, 175-176, 181
Dorati, Antal, 75
Dostoievski, F. M., 86-87
duelo, 51-55, 173
Durkheim, Emile, 112
Dymant, Dora, 141

Eagle, Morris N., 197-199
 «Interests as Object Relations», 197
Edel, Leon, 231, 234, 236
Einstein, Albert, 97, 206, 241
El Retiro, 55

Elgar, Edward, 197
Eliot, George, 253
empatía, 122-123, 141-142, 145-146, 195, 218
entorno, 18-19, 91-94
Erikson, Erik, 212
esquizofrenia, 29, 44-45, 55-56
estilo, 196-198, 218-221, 224-226, 230, 236
etología, 26-27, 33-34
éxtasis
 religioso, 178
 unión con la naturaleza, 36-38
 y enamoramiento, 238-240
 y muerte, 63-65
 y trabajo, 241-242
extravertido, extraversión, 119, 121-129, 134-135, 189-191

Fairbairn, W. Ronald D., 25, 195
falso yo, 40, 130-131
fantasía, 20-21, 83-84, 93-99, 101-103, 125, 143, 145-146, 156, 160-161, 201, 243, 247-248
filósofos, filosofía, 9, 201, 205-211
Firth, Raymond, 109
flogisto, 97
Frege, Gottlob, 208
Freud, Sigmund, 10, 18-25, 61-65, 94-98, 107, 119-121, 134, 145, 161, 197-198, 218, 238-246
 Conferencias de introducción al psicoanálisis, 22
 «Duelo y melancolía», 134
 «El creador literario y el fantaseo», 94
 El malestar en la cultura, 61
 El porvenir de una ilusión, 61
 «Formulaciones de los dos principios del acontecer psíquico», 98
 Freud-Jung. Correspondencia, 244
Furtwängler, Wilhelm, 230

Galileo Galilei, 253
Gardner, Howard, 125-128, 189-190, 234
Gellner, Ernest, 18, 31
genio, 10, 80, 208, 218-220, 252
Gibbon, Edward, 9, 33, 102
 Historia de la decadencia y ruina del Imperio romano, 11

Giotto, 206
Goebbels, Joseph P., 230
Gosse, Edmund, 36
Goya y Lucientes, Francisco de, 80, 96
Grecia
 rituales de luto, 52-53
Greene, Graham, 163, 170
Grey, Anthony, 89-90

Hallam, Arthur, 171-172, 175
Harris, Tirril, 166-167, 169, 180
Haydn, Joseph, 219
Heller, Erich, 140
Hess, Rudolf, 88
Hindemith, Paul, 230
Hinkle, Lawrence E., 71-73
Hitler, Adolf, 88, 230
 Mi lucha, 88
homosexualidad, 150, 155, 171-172, 181-182, 210-211
Hopkins, Gerard Manley, 186
Hudson, Liam, 124, 127, 190
Hume, David, 207
Huxley, Aldous, 256

identidad, 12-13, 40, 58, 105, 121-122, 148, 191-193, 255-256
imaginación, 33-34, 38-39, 91-103, 107-108, 143-162, 174-175, 239-240, 251
 imaginación activa, 247, 252
impersonal, lo, 100-102, 107-108, 226-227, 229, 256
individuación, 65, 113-114, 246-247, 249-250, 252-255
individualidad, individuo, 12-13, 18-21, 25-28, 31, 37-41, 47-50, 95-96, 102-103,
 105-118, 121-122, 148, 218, 244-246
integración, 12-13, 42-44, 49-50, 58-59, 246-247, 251
inteligencia, 47-49, 92, 127-128, 201
intereses, 10-13, 105-107, 118, 199, 255-256
introvertido, introversión, 119, 121-129, 134-135, 141-142, 190-192, 208, 210-211
inversión quiásmica, 233

James, Henry, 230-236
 La bestia en la jungla, 234-236
 La copa dorada, 230, 233, 236
 La fuente sagrada, 233-234, 235-236
 Las alas de la paloma, 230, 235-236

Los embajadores, 230-233, 236

James, William
Las variedades de la experiencia religiosa, 60-61, 249-251

Jamison, Kay R., 186

Jarrell, Randall, 186

Jesenská, Mi lena, 141-142

Jesús, 57, 178

Johnson, Samuel, 91-93
La historia de Ráselas, 93

judíos
matanza de los, 137-138
rituales de duelo, 53-54

juego, 35, 94-95, 99, 101-103, 126, 144

Jung, C. G., 18, 65, 107, 119-122, 171, 190, 195, 218, 243-255
Freud-Jung. Correspondencia, 244
La psicología del inconsciente, 244
Tipos psicológicos, 119, 122

Kafka, Franz, 135, 138-142, 189-190, 194, 199

Kant, Immanuel, 9, 201-205, 207, 214

Keats, John, 64-65, 175, 182

Kekulé, F. A. von, 97, 102

Kepler, Johannes, 253

Kerman, Joseph, 219-222

Kierkegaard, Soren, 9

Kipling, Rudyard, 151-155, 158, 160

Klein, Melanie, 25, 137, 139, 195

Kleitman, Nathaniel, 43

Koestler, Arthur, 36, 88-90
Kaleidoscope, 89

Kohut, Heinz, 193-195, 197

Laing, Ronald D.
El yo dividido, 194

Lambert, J. W. (editor)
The Bodley Head Saki, 155

Lane, Margaret, 146-148
The Tale of Beatrix Potter, 146

Laski, Marghanita
Ecstasy, 239-241

Latham, Peter, 229

lavado de cerebro, 76-77
Leach, Edmund
 Social Anthropology, 112
Lear, Edward, 150-153, 155, 159, 162
Leibniz, Gottfried W., 9, 207, 214
Lewis, C. S., 36
Linder, Leslie, 146
Liszt, Franz, 224-225
Locke, John, 9, 214
Lorenz, Konrad, 29
Lowell, Robert, 186
Lutero, Martín, 112

MacNeice, Louis, 181-182
madre
 amenazas por parte de la, 135-136
 deprimida, 153-154
 irresponsable, 135-136
 malos tratos de la, 135-136
 pérdida de la, 153-154, 165-167, 175-177, 181-184
 privación de la, 151-152, 157
 separación de la, 26-28, 37-38, 150-152, 156
 vínculo con la, 26-27, 37-39, 99-101, 198-199
Mahoma, 57
Main, Mary, 135
Maitland, J. A. Fuller, 228
Malcolm, Norman, 210
Malraux, André, 80
maníacodepresivo, 134, 170-171, 175-176, 185-188
Marris, Peter, 30, 106
Martin, Robert Bemard, 172-174
Maslow, Abraham, 255-256
matrimonio, 9, 11-12, 31, 118, 168
meditación, 49-50, 57, 69-70
Mellers, Wilfrid, 222-223
Melville, Frank, 64
Mendelssohn, Fanny, 174, 175
Mendelssohn, Félix, 174-175, 219
Menuhin, Yehudi, 75
Miguel Ángel, 181-182
Milton, John, 17

misticismo, experiencia mística, 36-37, 57, 59-61, 88-90, 223, 249-250
Mitchell, Silas Weir, 56
monasterio, monástico, 69-70, 117
Montaigne, Michel de, 35
Moore, Jerrold Northrop, 197
Moro, Tomás
 Diálogo de Cumfort con la Tribulación, 85
Morris, Colín, 110
Morris, Norval, 68
Mozart, Wolfgang Amadeus, 47, 206, 219, 227
muerte, 63-65, 89-90, 95-96, 108-109, 118, 151, 160-161, 164-172, 176-178, 180, 182-183, 199, 218-219
Munro, Héctor Hugh (*véase* Saki)
música, 59, 97, 111, 174-176, 198-199, 205-206, 208, 217, 219-231, 254-255

narcosis continuada, 55-56
narrativos, 125-128, 134-135, 233-234
nazis, 74, 138, 158
neurosis, 19-21, 22-24, 117, 120, 128-129, 192-193, 200, 244
Newton, Isaac, 9, 97, 206, 212-214, 253
Nietzsche, Friedrich, 9, 229, 253
Nightingale, Florence, 129
niño
 comportamiento o conducta de apego, 22-23, 26-27, 38-39, 88-101, 131
 conciencia de identidad autónoma, 192-193
 conducta de evitación o de rechazo, 131, 134-138, 141-142, 190
 dependencia en lo relativo al cuidado, 217
 desarrollo sexual, 19-20
 etapa depresiva, 136-137
 etapa paranoica esquizoide, 136-137, 139
 inseguridad, 38-39, 131, 168
 interacción con la madre, 134-137, 192-193, 196
 interacción con los iguales, 35-37
 sosiego, 131, 133-134
 tratamiento del, 27-28
Noakes, Vivien, 150
Norrman, Ralf, 232-233

objetos transicionales, 99-102, 197-198
obra, obras, 9, 12-13, 25, 106-107, 134-135, 144, 160-161, 189, 191-192, 196-205, 207, 211-215, 240-241

obsesión (*véase también* personalidad), 202, 204-205, 209, 211-212
oración, 12-13, 49-50
orden, 127-128, 174-175, 200, 222, 231-232, 236, 254-255

Palombo, Stanley R., 45, 48

Parkes, C. Murray, 53

Pascal, Blas, 9

pensamiento, pensar, 48-50

personalidad

 como meta, 244, 247-248, 251,253-254

 depresiva, 128-129, 133-135

 esquizoide, 128-129, 134-135, 139

 obsesiva, 54-55, 202-203, 204-205,209-210, 230

 relativismo de la, 191-192

Pfister, Oskar, 21

pintura, 96-97

Plath, Sylvia, 175, 181

Platón, 207, 237-238, 241

El banquete, 237-238

Poe, Edgar Allan, 181

poetas, poesía, 170-188

Porten, Catherin, 11

Potter, Beatrix, 146-149, 159, 161-162

El cuento de la ardilla Nogalina, *El cuento de la oca Carlota*, *El cuento de Perico el conejo travieso*, 148

principio de realidad, 95

principio del placer, 19-20, 94-95

privación sensorial, 57, 75-83

 en Irlanda del Norte, 81-83

 y cirugía, 77-78

proceso primario, 95-96

proyección paranoide, 137-140

psicoanálisis, 18-27, 53-54, 55, 87-88, 96, 114-115, 195, 242-243, 245

 y etología, 26-27, 33-34

psicoanalistas, 10, 11, 18, 20-26, 54-55, 114-115, 117, 141, 142, 198, 214

psicología del yo, autoobjetos (*véase* Kohut)

Purcell, Henry, 219

Raleigh, Walter

Historia del mundo, 85

Ravel, Maurice, 207

Read, Herbert, 108
realización personal, 107-108, 118
relaciones interpersonales, 17-37, 54-55, 70-71, 105-108, 116-122, 127-129, 138, 143-145, 149-150, 153-154, 157-162, 165-167, 169-170, 187-191 200, 202-203, 210-211, 214-215, 239, 255-258
relaciones objétales, escuela de psicoanálisis de las, 12-13, 21-22, 24, 33-34, 175-176, 195-198, 200,217, 246-247
religión, 18-19, 55-58, 60-62, 97, 111-113, 116-118, 126-128, 245-246, 250
restablecimiento (mediante la creatividad), 163-188
retiro
 a la privacidad, 128-129
 religioso, 56
Ritter, Christiane, 64
rituales obsesivos, 69-70
Roethke, Theodore, 186
Rolland, Romain, 61-62, 240
Rowse, A. L., 36-37
ruido, 57
Ruskin, John, 108
Russell, Bertrand, 202, 208-209, 241
Rycroft, Charles, 196, 246
 Diccionario crítico de psicoanálisis, 196

Sade, marqués de, 88
Saki (H. H. Munro), 154-155, 158, 160-162, 189-190
 Bassington el insoportable, 155
salvación, 18, 257
San Agustín, 114
Santa Catalina de Siena, 57
satisfacción del deseo, 62
Scharfstein, Ben-Ami
 Los filósofos y sus vidas, 201
Schoenberg, Arnold, 224
Schopenhauer, Arthur, 9
Schubert, Franz, 47, 219
Schumann, Clara, 229
Schwartz, Delmore, 186
Searle, Humphrey, 225
sentido
 de (en) la vida, 30, 54-55, 190-192,200,211-212
 del universo, 12-13

sentimiento oceánico, 59-64, 239-242, 251
sexo, sexualidad, 9-11, 19-20, 24, 26-27, 29, 36, 120, 158, 197-198, 218-219, 232-233, 237-243
Sexton, Anne, 186
Sheffield, lord, 11
Simenon, Georges, 159
Smart, Christopher, 186
Snow, Charles R, 145-146, 241, 255
sociedad
 cazadora-recolectora, 27-28, 30
 cooperación social, 28-29
 cultura de la pobreza, 115-116
 estructura social, 31
 industrial, 17
soledad, 12-13, 17, 36, 49-50, 159-160, 210-211
 capacidad para la, 35-50, 91, 99-102, 128-129, 255-256
 como castigo, 33-34, 67-76
 como favorecedora de la intuición, 55-56
 deseo de, 37-38, 58-59
 dificultad para conseguir, 57, 214-215
 efectos de la, 83-84, 88-89, 143
 en la infancia, 143-145
 en presencia de los demás, 38-43, 47, 129-130
 impuesta, 67-90 miedo a la, 37-38
 necesidad de, 13-14, 128-129, 131
 usos de la, 51-65, 187-188
 y cambio de actitudes, 51-52, 54-56
 y carácter, 119-142, 207
 y experiencia mística, 36-38, 88-90
 y proceso creativo, 42, 118, 170-171, 189, 255-258
Solomon, Maynard, 223
Solón, 92
sordera, 77-80, 219
sosiego, 131, 133-134
Southey, R., 114
Spender, Stephen, 182
Spinoza, Baruch de, 9
Stenhouse, David, 47-48
Strachey, Lytton, 11
Strauss, Richard, 226-230
Strindberg, J. August, 107

sueño, 12-13, 42-44
 falta de, 43-44, 67
 REM, 44-45, 56
sueños, ensoñaciones diurnas, 44-49, 76-77, 84, 91, 93-94, 95, 102-103, 110, 119,
 145-146, 245-246
suicidio, 63-65, 69-71, 81-82, 132, 176-178, 181-182, 186, 208
Sullivan, J. W. N.
 Beethoven, 222-223
sumisión, 24, 40, 73, 129-134, 136-137

Tawney, R. H.
 Religion and the Rise of Capitalism, 112
Taylor, Laurie (véase Cohén)
Tennyson, Alfred
 In memoriam, 171-174
Teenyson, Charles, Elizabeth, Emily, George Clayton, Mary, Septimus, 172-174
Teodorico, rey ostrogodo, 85
tercera etapa, 217-236
Thomas, Edward, 163, 174
Tolstói, León, 98
tortura, 67, 73, 82-83, 85
Toscanini, Arturo, 230
Traherne, Thomas, 175, 184-185
transferencia, 18-20, 21-26, 41-43, 127-128
Trollope, Anthony, 144-146, 160
Tuke, Samuel, 55

unidad, 36, 59-65, 92-93, 163, 174-175, 189, 223-226, 238-243, 249-251, 254-255
Unión Soviética, 115-116
Universidad de Princeton, 77

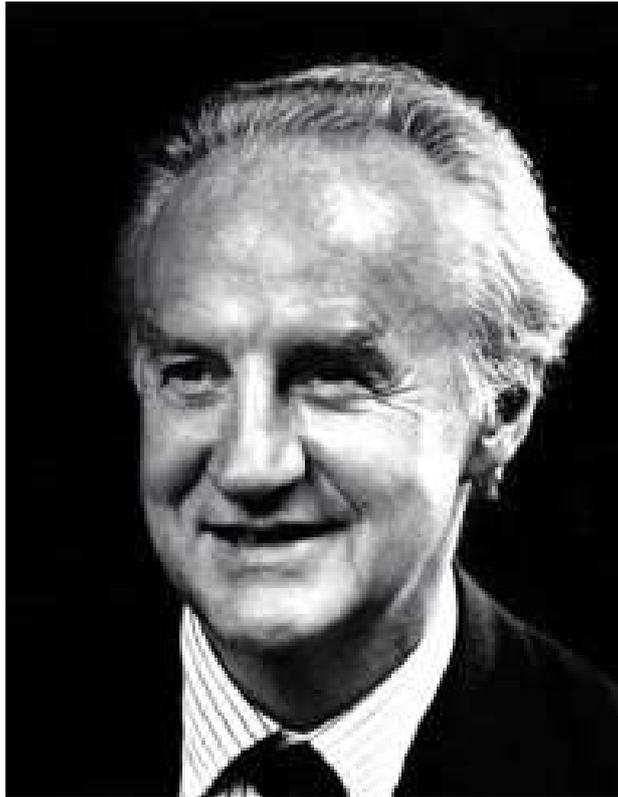
violencia, 154-156, 158, 220-221
Von Siebold, Agathe, 229
Von Wright, Georg Henrik, 208

Wagner, Richard, 63, 106-107, 206
 *El anillo de los nibelungos. El holandés errante, Götterdämmerung, Tristán e
 Isolda*, 63
Wallas, Graham
 incubación, iluminación, preparación, 46
Walpole, Hugh, 235
Weiss, Robert S., 30, 31

Weston, Donna R., 135
Whitman, Walt, 36, 143
Wilson, Angus, 152
Winnicott, Donald W., 25, 37-41, 49, 99-103, 130, 164, 198
 «La capacidad de estar solo», 37
 «Transitional Objects and Transitional Phenomena», 99
Wittgenstein, Paul, 207
Gretl, 209
Hermine, 209
Wittgenstein, Ludwig, 9, 189, 207-212, 214
 Tractatus Logico-Philosophicus, 208
Wodehouse, P. G., 155-162
Wolf, Harold G., 71-73
Wordsworth, William, 36-37, 92, 182-185, 237, 246-247, 252, 257-258
Worringer, Wilhelm, 122, 141
 Abstracción y naturaleza, 122

Yeats, William Butler, 252

Zweig, Stefan, 230



ANTHONY STORR (18 de mayo de 1920 - 17 de marzo de 2001) fue un psiquiatra , psicoanalista y autor inglés. Se educó en Winchester, en el Christ's College de Cambridge y en el Hospital de Westminster. Se doctoró en 1944 y a continuación se especializó en psiquiatría. Es autor de varios libros, ha colaborado con críticas y artículos en muchos periódicos, entre los que se encuentran el *Sunday Times*, *The Times Literary Supplement* y *The Independent*. El doctor Storrr fue miembro del Royal College of Physicians, del Royal College of Psychiatrists y de la Royal Society of Literature. También fue psiquiatra asesor del Oxfordshire Health Authority con carácter honorario y profesor emérito del Green College de Oxford.

Notas

Cuando se cita el número de página de la edición española, reproducimos esa traducción. (*N. del T.*)

Introducción

[1] Edward Gibbon, *Memoirs of My Life and Writings*, edición de G. Birkbeck Hill (Londres, 1900), págs. 239-241. [Existe edición española: *Páginas de historia y de autobiografía*, Buenos Aires, Universidad de Buenos Aires, 1971. Traducción de Susana Chica Salas.] <<

[2] Lytton Strachey, *Portraits in Miniature* (Londres, 1931), pág. 154. [Existe edición española: *Retratos en miniatura*, Madrid, Valdemar, 1997. Traducción de Dámaso López García.] <<

[3] Edward Gibbon, *op. cit.*, pág. 236, nota 3 de la edición inglesa. <<

[4] *Ibíd.*, pág. 244 de la edición inglesa. <<

Capítulo 1

[1] Ernest Gellner, *The Psychoanalytic Movement* (Londres, 1985), pág. 34. <<

[2] Sigmund Freud, *Letter to Pfister* (1910), citado en Ernest Jones, *Sigmund Freud*, vol. II (Londres, 1955), pág. 497. [Existe edición española: E. Jones, *Vida y obra de Sigmund Freud*, 3 vols., Buenos Aires, Ediciones Home, 1989, 4a edición. Versión española de Mario Carlisky. *Carta al doctor Pfister*, pág. 466.] <<

[3] Sigmund Freud, «Transference», Lecture XXVII de *Introductory Lectures on Psycho-Analysis*, en *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud*, edición de James Strachey, 24 vols., vol. XVI (Londres, 1963), págs. 431-447. [Existe edición española: *Obras completas de Sigmund Freud*, edición de J. Strachey. Traducción de José Luis Etcheverry. Buenos Aires, Amorrortu, 1976, 24 vols., vol. XVI, «La Transferencia», pág. 403.] <<

[*] El título original de la trilogía, que en español no está traducido, es *Attachment and Loss*. Nos hemos permitido traducirla así y, cuando se cita en la bibliografía, remitimos al volumen correspondiente de la misma con su traducción. (N. del T.) <<

[4] Peter Marris, «Attachment and Society», en *The Place of Attachment in Human Behavior*, edición de C. Murray Parkes y J. Stevenson-Hinde (Londres, 1982), pág. 185. <<

[5] Robert S. Weiss, «Attachment in Adult Life», en *The Place of Attachment in Human Behavior*, *op. cit.*, pág. 174. <<

[6] John Bowlby, *Loss, Sadness and Depression; Attachment and Loss*, III (Londres, 1980), pág. 442. [Existe traducción española: J. Bowlby, *La pérdida afectiva*, Madrid, Paidós, 1997, 2a reimpresión. Traducción española de Alfredo Báez.] <<

Capítulo 2

[1] Bernard Berenson, *Sketch for a Self-Portrait* (Toronto, 1949), pág. 18. <<

[2] A. L. Rowse, *A Cornish Childhood* (Londres, 1942), págs. 16-18. <<

[3] Donald W. Winnicott, «The Capacity to be Alone», en *The Maturation Processes and the Facilitating Environment* (Londres, 1969), pág. 29. [Existe edición española: *El proceso de maduración en el niño*, Barcelona, Laia, 1981, 3a edición. Traducción de Jordi Beltrán.] <<

[4] *Ibíd.*, pág. 33 de la edición inglesa. <<

[5] *Ibíd.*, pág. 34 de la edición inglesa. <<

[6] *Ibíd.*, pág. 34 de la edición inglesa. <<

[*] Las siglas REM corresponden a *Rapid-Eye Movement*, movimiento ocular rápido.
(N. del T.) <<

[7] William C. Dement, *Some Musicians Watch While Some Musicians Sleep* (San Francisco, 1972), pág. 93. <<

[8] Stanley Palombo, *Dreaming and Memory* (Nueva York, 1978), pág. 219. <<

[9] David Stenhouse, *The Evolution of Intelligence* (Londres, 1973), pág. 31. <<

[10] *Ibíd.*, pág. 67. <<

[11] *Ibíd.*, pág. 78. <<

Capítulo 3

[1] Colín Murray Parkes, *Bereavement*, 2a edición (Harmondsworth, 1986), págs. 158-159. <<

[2] Loring M. Danforth, *The Death Rituals of Rural Greece* (Princeton, 1982), págs. 143-144. <<

[3] *Ibíd.*, pág. 144. <<

[4] Richard E. Byrd, *Alone* (Londres, 1958), pág. 7. <<

[5] *Ibíd.*, pág. 9. <<

[6] *Ibíd.*, págs. 62-63. <<

[7] *Ibíd.*, pág. 206. <<

[8] William James, *The Varieties of Religious Experience* (Londres, 1903), pág. 419. [Existe edición española: *Las variedades de la experiencia religiosa*. Prólogo de J. L. López Aranguren. Barcelona, mayo, 1986. Versión castellana de J. F. Yvars.] <<

[9] Sigmund Freud, *Civilization and Its Discontents*, Standard Edition, edición de James Strachey, 24 vols., XXI (Londres, 1961), págs. 64-65. [Existe edición española: *Obras completas de Sigmund Freud, op. cit.*, vol. XXI, *El malestar en la cultura.*] <<

[10] *Ibíd.*, pág. 67 de la edición inglesa. <<

[11] *Ibíd.*, pág. 72 de la edición inglesa. <<

[12] *Ibíd.*, pág. 72 de la edición inglesa. <<

[13] Richard Wagner, en *Wagner on Music and Drama: A Selection from Richard Wagner's Prose Works*, selección de Albert Goldman y Evert Sprinchorn, traducido al inglés por H. Ashton Ellis (Londres, 1970), págs. 272-273. [Existe edición española: *Escritos y confesiones*, Cerdanyola, Labor, 1975. Traducción de Ramón Ibero.] <<

[14] Glin Bennet, *Beyond Endurance* (Londres, 1983), págs. 166-167. <<

[15] Christiane Ritter, *Woman in the Polar Night*, traducido al inglés por J. Degras (Londres, 1954), pág. 144. <<

[*] Reproducimos la traducción del fragmento de Juan V. Martínez Luciano, Pedro Nicolás Payá y Miguel Teruel Pozas. (*N. del T.*) <<

[16] John Keats, «Ode to a Nightingale», edición de Noel Douglas (Londres, 1927), réplica de la de Taylor y Hessey (Londres, 1820), págs. 110-111. [Existe edición española: «Oda a un ruiseñor» en *Poemas escogidos de J. Keats*, Madrid, Cátedra, Letras universales, 1997. Traducción de Juan V. Martínez Luciano, Pedro Nicolás Payá y Miguel Teruel Pozas, pág. 58.] <<

Capítulo 4

[1] Norval Morris, *The Future of Imprisonment* (Chicago, 1974), pág. 4. <<

[2] Ida Koch, «Mental an Social Sequelae of Isolation», en *The Expansi3n of European Prison Systems*, Working Papers in European Criminology, n3m. 7, edici3n de Bill Rolston y Mike Tomlinson (Belfast, 1986), p3gs. 119-129. <<

[3] Lawrence E. Hinkle y Harold G. Wolff, «Communist Interrogation and Indoctrination of “Enemies of the States”», *AMA Archives of Neurology and Psychiatry* (1956), vol. 76, págs. 115-174. <<

[4] *Ibíd.*, pág. 12. <<

[5] *Ibíd.*, pág. 25. <<

[6] Edith Bone, *Seven Years Solitary* (Londres, 1957) <<

[7] Christopher Bumey, *Solitary Confinement* (Londres, 1952). <<

[8] Bruno Bettelheim, *Surviving and Other Essays* (Londres, 1979), pág. 103. [Existe edición española: *Sobrevivir. El holocausto una generación después*, Barcelona, Crítica, 1983, 2a edición. Traducción de Jordi Beltrán.] <<

[9] Yehudi Menuhin, *Theme and Variations* (Nueva York, 1972), pág. 103 <<

[10] Citado en Maynard Solomon, *Beethoven* (Londres, 1978), pág. 117. [Existe edición española. *Beethoven*, Villaviciosa de Odón, Javier Vergara editor, 1985. Traducción de Aníbal Leal.] <<

[11] *Ibíd.*, pág. 124. <<

[12] André Malraux, *Saturn: an Essay on Goya* (Londres, 1957), pág. 25. <<

[¹³] Francisco de Goya, citado en Kenneth Clark, *The Romantic Rebellion* (Londres, 1973), pág. 95. [Existe edición española: *La rebelión romántica*, Madrid, Alianza Forma, 1990. Versión española de Bernardo Moreno Carrillo, pág. 47.] <<

[*] Se refiere a Robert Stroud, un hombre que pasó más de cincuenta años en la cárcel y cuya vida recrea la película El hombre de Alcatraz. (N. del T.) <<

[14] Stanley Cohén y Laurie Taylor, *Psychological Survival* (Nueva York, 1972), pág. 110. <<

[15] Joseph Frank, *Dostoevsky: The Years of Ordeal, 1850-1859*, 5 vols. (Princeton, 1983), II, pág. 122. [Existe edición española: *Dostoievski, los años milagrosos*, 5 vols., México, Fondo de Cultura Económica, 1995. Traducción de Mónica Utrilla.]
<<

[16] *Hitler's Secret Conversations, 1941-1944* (Nueva York, 1953), pág. 235. Citado en William L. Shirer, *The Rise and Fall of the Third Reich* (Londres, 1964), pág. 119, nota. <<

[17] Arthur Koestler, *Kaleidoscope* (Londres, 1981), págs. 208-215. <<

Capítulo 5

[1] Samuel Johnson, *The History of Rasselas*, en *Samuel Johnson*, edición de Donald Greene (Oxford, 1984), pág. 387. [Existe edición española: *La historia de Ráselas, príncipe de Abisinia*, Madrid, Alianza, 1991. Traducción de Pollux Hernández.] <<

[2] Sigmund Freud, «Creative Writers and Day-Dreaming», en *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud*, edición de James Strachey, 24 vols., vol. IX (Londres, 1959), pág. 146. [Existe edición española: *Obras completas de Sigmund Freud, op. cit.*, «El creador literario y el fantaseo», págs. 129-130.] <<

[3] *Ibíd.*, pág. 145 [pág. 128 de la edición española]. <<

[4] Sigmund Freud, «Formulations on the Two Principles of Mental Functioning», en *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, op. cit.*, vol. XII (Londres, 1958), pág. 219. [Existe traducción española: *Obras completas de Sigmund Freud, op. cit.*, vol. XII, «Formulaciones sobre los dos principios del acontecer psíquico», págs. 224-225.] <<

[5] Francisco de Goya, epígrafe de *Los caprichos*. <<

[6] Sigmund Freud, *op. cit.*, XII, pág. 224 [pág. 229 de la edición española]. <<

[7] Donald W. Winnicott, «Transitional Objects and Transitional Phenomena» (1951), en *Through Paediatrics to Psycho-Analysis* (Londres, 1975), págs. 229-242. <<

[8] S. Provence y R. C. Lipton, *Infants in Institutions: A Comparison of their Development with Family-Reared Infants during the First Year of Life* (Nueva York, 1962). <<

[9] Donald W. Winnicott, *Playing and Reality* (Nueva York, 1971), pág. 65. [Existe edición española: *Realidad y juego*, Barcelona, Gedisa, 1996. Traducción de Floreal Mazía. <<

Capítulo 6

[1] Anthony Storr, «The Concept of Cure», en *PsychoAnalysis Observed*, edición de Charles Rycroft (Londres, 1966), pág. 72. <<

[2] Germain Bazin, *A Concise History of Art* (Londres, 1962), traducido al inglés por F. Scarfe, pág. 11. <<

[3] Herbert Read, *Icon and Idea* (Londres, 1955), pág. 27. [Existe edición española: *Imagen e idea. La función del arte en el desarrollo de la conciencia humana*, México, Fondo de Cultura Económica, 1985. Traducción de Horacio Flores Sánchez.]

<<

[4] Germain Bazin, *op. cit.*, pág. 24. <<

[5] Raymond Firth, *Elements of Social Organization*, 3a edición (Londres, 1961), pág. 173. <<

[6] Colin Morris, *The Discovery of the Individual* (Londres, 1972), pág. 88. <<

[7] Jacob Burckhardt, *The Civilization of the Renaissance in Italy*, segunda edición (Oxford, 1981), pág. 81. <<

[8] Edward O. Wilson, *Sociobiology: The New Synthesis* (Cambridge, Massachusetts, y Londres, Inglaterra, 1975), pág. 564. [Existe edición española: *Sociobiología. La nueva síntesis*, Barcelona, Ediciones Omega, 1980. Traducción de Ramón Navarro y Andrés de Haro.] <<

[9] Raymond Firth, *op. cit.*, pág. 171. <<

[10] Edmund Leach, edición de F. Kermode, *Social Anthropology* (Londres, 1982), págs. 139-140. <<

[11] Peter Abbs, «The Development of Autobiography in Western Culture: from Augustine to Rousseau» (tesis doctoral inédita, Universidad de Sussex, 1986), pág. 130 <<

[12] *Ibíd*, págs. 131-132. <<

[13] Bruno Bettelheim, *The Children of the Dream* (Londres, 1969), pág. 212. <<

[14] Urie Bronfenbrenner, *Two Worlds of Childhood: US and USSR* (Londres, 1971), págs. 10-11. [Existe edición española: *Educación de los niños en dos culturas: comparaciones entre los EE UU y la ex Unión Soviética*, Madrid, Visor, 1993. Traducción de Begoña Jiménez.] <<

[15] Mateo, 22:37,38. <<

[16] Christopher Brooke, *The Monastic World, 1000-1300* (Londres, 1974), págs. 114-115. <<

Capítulo 7

[1] C. G. Jung, *Memories, Dreams, Reflections*, edición de Aniela Jaffe, traducción al inglés de Richard y Clara Winston (Londres, 1963), pág. 170. [Existe edición española: *Recuerdos, sueños, pensamientos*, Barcelona, Seix Barral, 1996. Traducción de María Rosa Borrás.] <<

[2] C. G. Jung, *Two Essays on Analytical Psychology, Collected Works*, edición de Herbert Read, Michael Fordham y Gerhard Adler, traducido al inglés por R. F. C. Hull, 20 vols., VII (Londres, 1953), pág. 40. <<

[3] *Ibíd.*, pág. 41. <<

[4] *Ibíd.* <<

[5] Wilhelm Worringer, *Abstraction and Empathy*, traducido al inglés por Michael Bullock (Londres, 1963), pág. 5. [Existe edición española: *Abstracción y naturaleza*, Madrid, Fondo de Cultura Económica, 1997. Traducción de Mariana Frenk, pág. 19.]
<<

[6] *Ibíd.*, pág. 4 [págs. 18-19 de la edición española]. <<

[7] *Ibíd.*, pág. 36 [pág. 49 de la edición española]. <<

[8] Howard Gardner, *Artful Scribbles* (Nueva York, 1980), pág. 47. <<

[9] Sigmund Freud, «Mourning and Melancholia», Edición estándar, edición de James Strachey, 24 vols., XIV (Londres, 1957), págs. 243-258. [Existe edición española: *Obras completas de Sigmund Freud, op. cit.*, vol. XIV, «Duelo y melancolía».] <<

[10] Mary Main y Donna R. Weston, «Avoidance of the Attachment Figure in Infancy: Descriptions and Interpretations», en *The Place of Attachment in Human Behavior*, edición de Colín Murray-Parkes y Joan Stevenson-Hinde (Londres, 1982), pág. 46.
<<

[11] *Ibíd.*, pág. 46. <<

[12] *Ibíd.*, pág. 52. <<

[13] Franz Kafka, *Letters to Felice*, traducido al inglés por James Stem y Elizabeth Duckworth, edición de Erich Heller y Jürgen Bom (Londres, 1974), pág. 271. [Existe edición española: *Cartas a Felice y otra correspondencia de la época*, 3 vols., edición de Eric Heller y Jürgen Bom, Madrid, Alianza, 1979. Traducción de Pablo Sorozábal.] <<

[14] *Ibíd.*, pág. 155-156 de la edición inglesa. <<

[15] Eric Heller, *Franz Kafka* (Nueva York, 1975), pág. 15. <<

[16] Citado en Alian Blunden, «A Chronology of Kafka's Life», en *The World of Franz Kafka*, edición de J. P. Stern (Londres, 1980), pág. 28. <<

[17] W. B. Yeats, «The Second Coming», *The Collected Poems o/W. B. Yeats*, segunda edición (Londres, 1950), pág. 211. [Existe edición española en *Antología poética*. Introducción, selección y traducción de E. Caracciolo Trejo, Madrid, Espasa Calpe, 1984.] <<

Capítulo 8

[1] Anthony Trollope, *An Autobiography* (Londres, 1946), págs. 54-55. <<

[2] C. P. Snow, *Trollope* (Londres, 1975), pág. 9. <<

[3] Humphrey Carpenter, *Secret Gardens* (Londres, 1987), págs. 138-141. <<

[4] Margaret Lañe, *The Tale of Beatrix Potter* (Londres, 1970), pág. 9. <<

[5] *Ibíd.*, pág. 38. <<

[6] *Ibíd.*, pág. 50. <<

[7] Humphrey Carpenter, *op. cit.*, pág. 138. <<

[8] Vivien Noakes, *Edward Lear* (Londres, 1985), pág. 14. <<

[9] *Ibíd.*, pág. 107. <<

[10] Charles Carrington, *Rudyard Kipling* (Harmondsworth, 1970), pág. 50. <<

[11] Angus Wilson, *The Strange Ride of Rudyard Kipling* (Londres, 1977), pág. 18. <<

[12] *Ibíd.*, pág. 276. <<

[13] A. J. Languth, *Saki* (Oxford, 1982), pág. 14. <<

[14] *The Bodley Head Saki*, edición de J. W. Lambert (Londres, 1963), pág. 59. <<

[15] Francés Donaldson, *P. G. Wodehouse* (Londres, 1982), pág. 46. <<

[16] *Writers at Work*, quinta serie, edición de George Plimpton (Harmondsworth, 1981), pág. 11. <<

[17] Francés Donaldson, *op. cit.*, pág. 44. <<

[18] *Ibíd.*, pág. 50. <<

[19] *Ibíd.*, pág. 3. <<

[20] *Writers at Work*, primera serie, introducción de Malcolm Cowley (Londres, 1958), pág. 132. <<

Capítulo 9

[1] Paul V. Ragan y Thomas H. McGlashan, «Childhood Parental Death and Adult Psychopathology», *American Journal of Psychiatry*, 143:2 (febrero de 1986), págs. 153-157. <<

[2] George W. Brown y Tirril Harris, *Social Origins of Depression* (Londres, 1978), pág. 240. <<

[3] C. Perris, S. Holmgren, L. von Knorring y H. Perris, «Parental Loss by Death in the Early Childhood of Depressed Patients and of their Healthy Siblings», *British Journal of Psychiatry* (1986), 148, págs. 165-169. <<

[4] George W. Brown y otros, *op. cit.*, pág. 240. <<

[5] John A. Birtchnell, «The Personality Characteristics of Early-bereaved Psychiatric Patients», *Social Psychiatry*, 10, págs. 97-103. <<

[6] Roger Brown, *Social Psychology, The Second Edition* (Nueva York, 1984), págs. 644-645. <<

[7] George W. Brown y otros, *op cit.*, pág. 285. <<

[8] Robert Bemard Martin, *Tennyson: The Unquiet Heart* (Oxford, 1980), pág. 184.
<<

[9] Alfred Tennyson, *In memoriam*, v, en *The Works of Alfred, Lord Tennyson* (Londres, 1899), pág. 248. <<

[10] Robert Burton, *The Anatomy of Melancholy*, edición de Holbrook Jackson (Londres, 1972), pág. 20. [Existe edición española: *Anatomía de la melancolía*, Madrid, Asociación Española de Neuropsiquiatría, 1997. Traducción de Julián Mateo Ballorca, pág. 45.] <<

[11] Robert Bernard Martin, *op. cit.*, pág. 4. <<

[12] *Ibíd.*, pág. 10. <<

[13] *Ibíd.*, pág. 140. <<

[14] Andrew Brink, *Loss and Symbolic Repair* (Ontario, 1977). <<

[15] Andrew Brink, *Creativity as Repair* (Ontario, 1982). <<

[16] David Aberbach, *Loss and Separation in Bialik and Wordsworth*, Prooftexts (Johns Hopkins University Press, 1982), vol. 2, págs. 197-208. <<

[17] David Aberbach, *At the Handles of the Lock* (Oxford, 1984). <<

[18] David Cecil, *The Stricken Deer, or The Life of Cowper* (Londres, 1943). <<

[19] William Cowper, *The Poetical Works of William Cowper*, edición de H. S. Milford (Oxford, 1934), Olney Hymn I, versos 9-12, pág. 433. <<

[20] William Cowper, *The Letters and Prose Writings of William Cowper*, edición de James King y Charles Ryskamp, 5 vols., II (Oxford, 1981), carta a Joseph Hill, noviembre de 1784, pág. 294. <<

[21] William Cowper, *The Poetical Works...*, *op. cit.*, versos 17-20 y 118-121, págs. 39 y 396. <<

[22] William Cowper, «Lines Written During a Period of Insanity», versos 1-12, *The Poetical Works...*, *op. cit.*, págs. 289-290. <<

[23] William Cowper, *The Poetical Works...*, *op. cit.*, Olney Hymn XVIII, versos 9-12, pág. 444. <<

[24] William Cowper, *The Poetical Works...*, *op. cit.*, «The Shrubbery», versos 5-12, pág. 292. <<

[25] Samuel T. Coleridge, «Dejection: An Ode», versos 31-38. *The Portable Coleridge*, edición de I. A. Richards (Harmondsworth, 1977), pág. 170. <<

[26] David Cecil, *op. cit.*, pág. 206. <<

[27] William Cowper, *The Poetical Works...*, *op. cit.*, *The Task*, III, versos 373-378, pág. 172. <<

[28] Stephen Spender, *World Within World* (Londres, 1951), pág. 6. [Existe edición española: *Un mundo dentro del mundo*, Barcelona, Muchnik, 1993. Traducción de Ana Poljak Zorzut.] <<

[29] John Keats, *The Letters of John Keats*, edición de M. B. Forman (Oxford, 1935), carta 134, pág. 353. <<

[30] David Aberbach, *Loss and Separation in Bialik and Wordsworth*, *op. cit.*, vol. 2, pág. 198. <<

[31] Andrew Brink, *Loss and Symbolic Repair*, *op. cit.*, pág. 115. <<

[32] *Ibíd.*, págs. 117-118. <<

[33] Boethius, *The Consolation of Philosophy*, traducción al inglés de V. E. Watts (Harmondsworth, 1969), págs. 66-67. [Reproducimos la traducción de la versión española: Boecio, *La consolación de la filosofía*, Madrid, Alianza, 1999. Traducción de Pedro Rodríguez Santidrián.] <<

[34] N. J. C. Andreasen y A. Canter, «The Creative Writer», *Comprehensive Psychiatry*, 15(1974), págs. 121-131. <<

[35] Kay R. Jamison, «Mood Disorders and Seasonal Patterns in top British Writers and Artists», datos inéditos. <<

Capítulo 10

[1] Anthony Storr, *The Integrity of the Personality* (Londres, 1960), pág. 24. <<

[2] *Ibíd.*, pág. 27. <<

[3] Heinz Kohut, *How Does Analysis Cure?*, edición de Arnold Goldberg con la colaboración de Paul Stepansky (Chicago, 1984), pág. 109. <<

[4] *Ibíd.*, pág. 43. <<

[5] Ronald D. Laing, *The Divided Self* (Londres, 1960). [Existe edición española: *El yo dividido*, Madrid, Fondo de Cultura Económica, 1978. Traducción de Francisco González Aramburo.] <<

[6] Wystan H. Auden, *The English Auden: Poems, Essays and Dramatic Writings, 1927-1939*, edición de Edward Mendelson, XLI, «September 1, 1939», verso 88 (Londres, 1977), pág. 246. <<

[7] Charles Rycroft, *A Critical Dictionary of Psychoanalysis* (Londres, 1968), pág. 100. <<

[8] Jerrold N. Moore, *Edward Elgar* (Oxford, 1984), pág. vii. <<

[9] Morris N. Eagle, «Interests as Object Relations», *Psychoanalysis and Contemporary Thought* (1981), 4, págs. 527-565. <<

[10] *Ibíd.*, pág. 532, n. 2. <<

[11] *Ibíd.*, pags. 537-538. <<

[12] Thomas De Quincey, «The Last Days of Kant», en *The English Mail-Coach and Other Essays*, con introducción de John Hill Burton (Londres, 1912), págs. 162-209. [Existe edición española: *Los últimos días de Kant y otros ensayos*, Gijón, Júcar, 1989. Traducción de Edmundo González Blanco.] <<

[13] Ben-Ami Scharfstein, *The Philosophers, Their Lives and the Nature of their Thought* (Oxford, 1980). [Existe edición española: *Los filósofos y sus vidas. Para una historia psicológica de la filosofía*, Madrid, Cátedra, 1996. Traducción de Alfredo Brotons.] <<

[14] Bertrand Russell, *History of Western Philosophy* (Londres, 1946), pág. 731.
[Existe edición española: *Historia de la filosofía occidental*, 2 vols., Espasa Calpe, Madrid, 1978. Traducción de Julio Gómez de la Sema y Antonio Dorta.] <<

[15] Thomas De Quincey, *op. cit.*, pág. 170. <<

[16] Norman Malcolm, *Ludwig Wittgenstein, A Memoir*, con una nota biográfica de Georg Henrik von Wright (Oxford, 1958), pág. 4. <<

[17] Bertrand Russell, *The Autobiography of Bertrand Russell, 1914-1944*, vol. II (Londres, 1968), págs. 98-99. [Existe edición española: *Autobiografía de Bertrand Russell*, Barcelona, Edhasa, 1993. Traducción de Pedro del Carril.] <<

[18] *Ibíd.*, pág. 99. <<

[19] Hermine Wittgenstein, «My Brother Ludwig», en *Ludwig Wittgenstein, Personal Recollections*, edición de Rush Rhees (Oxford, 1981), pág. 9. <<

[20] Norman Malcolm, *op. cit.*, pág. 20. <<

[21] M. O’C. Drury, «Conversations with Wittgenstein», en *Ludwig Wittgenstein*, edición de Rush Rhees (Oxford, 1981), pág. 140. <<

[22] Anthony Storr, «Isaac Newton», *British Medical Journal* (21-28 de diciembre de 1985), 291, págs. 1779-1784. <<

[23] Richard S. Westfall, «Short-writing and the State of Newton's Conscience, 1662», *Notes and Records of the Royal Society*, 18(1963), pág. 13. <<

[24] J. M. Keynes, «Newton the Man», en la edición de G. Keynes, *Essays in Biography* (Londres, 1951), pág. 311. [Existe edición española: *Ensayos biográficos*, Barcelona, Crítica, 1992. Traducción de Octavi Pellissa.] <<

[25] S. Brodetsky, *Sir Isaac Newton* (Londres, 1972), págs. 69 y 89. <<

Capítulo 11

[1] Bernard Berenson, *The Italian Painters of the Renaissance* (Londres, 1959), pág. 201. [Existe edición española: *Los pintores italianos del Renacimiento*, Barcelona, Garriga, 1954. Traducción de Rafael Santos Torroella.] <<

[2] Joseph Kerman, *The Beethoven Quartets* (Oxford, 1967), pág. 12. <<

[3] *Ibíd*, pág. 184. <<

[4] Martin Cooper, *Beethoven: The Last Decade* (Londres, 1970), pág. 11. <<

[5] Joseph Kerman, *op. cit.*, pág. 322. <<

[6] J. W. N. Sullivan, *Beethoven* (Londres, 1927), pág. 225. <<

[7] Wilfrid Mellers, *Beethoven and the Voice of God* (Londres, 1983), pág. 402. <<

[8] Maynard Solomon, *Beethoven* (Londres, 1978), pág. 325. [Existe edición española: *Beethoven*, Villaviciosa de Odón, Javier Vergara Editor, 1985. Traducción de Aníbal Leal.] <<

[*] ¿Tiene que ser? Tiene que ser. (*N. del T.*) <<

[9] Humphrey Searle, *The Music of Liszt* (Nueva York, 1966), pág. 108. <<

[¹⁰] Malcolm Boyd, *Bach* (Londres, 1983), pág. 208. [Existe edición española: *Bach*, Barcelona, Salvat, 1988. Traducción de Santiago Martín Bermúdez.] <<

[11] Mosco Camer, «Richard Strauss's Last Years», en *The New Oxford History of Music*, vol. X, edición de Martin Cooper (Oxford, 1974), pág. 325. <<

[12] William Murdoch, *Brahms* (Londres, 1933), pág. 155. <<

[*] Reproducimos la traducción de la Biblia de Jerusalén. Bilbao, Editorial Española
Desclée de Brouwer, 1976. (*N. del T.*) <<

[13] Denis Arnold, «Brahms», en *The New Oxford Companion to Music* (Oxford, 1983), pág. 254. <<

[14] J. A. Fuller Maitland, «Brahms», en *Grove's Dictionary of Music and Musicians*, 5 vols., tercera edición, edición de H. C. Colles, I, pág. 452. <<

[15] Friederich Nietzsche, *The Case of Wagner*, traducción al inglés de Walter Kaufmann (Nueva York, 1967), pág. 187. <<

[16] Peter Latham, *Brahms* (Londres, 1966), pág. 87. <<

[17] Citado en George R. Marek, *Richard Strauss* (Londres, 1967), pág. 323. <<

[18] Henry James, *The Ambassadors*, 2 vols. (Londres, 1923), I, pág. 190. [Existe edición española: *Los embajadores*, Barcelona, Montesinos, 1989. Traducción de Antonio Moya.] <<

[19] León Edel, *The Life of Henry James*, 2 vols. (Harmondsworth, 1977), II, págs. 333-334. <<

[20] Ralf Norman, *The Insecure World of Henry James's Fiction* (Londres, 1982), pág. 138. <<

[21] *The Notebooks of Henry James*, edición de F. O. Matthiessen y Kenneth B. Murdock (Chicago, 1981), págs. 150-151. [Existe edición española: *Cuadernos de notas (1878-1911)*, Barcelona, Ediciones 62, Península, 1989. Traducción de Marcelo Cohen.] <<

[22] Henry James, «The Beast in the Jungle», en *The Altar of the Dead* (Londres, 1922), pág. 123. [Existe edición española: *La bestia en la jungla*, Barcelona, Laertes, 1996. Traducción de Eduard Castaño.] <<

[23] *Ibíd.*, pág. 114. <<

[24] Citado en León Edel, *op. cit.*, II, pág. 694. <<

[25] *Ibíd.*, pág. 538. <<

Capítulo 12

[1] Platón, *The Symposium*, traducción al inglés de W. Hamilton (Harmondsworth, 1951), pág. 64. [Existe edición española: *El banquete*, Madrid, Espasa Calpe, 1978, segunda edición. Traducción de Luis Roig de Luis.] <<

[2] Sigmund Freud, *On the Universal Tendency to Debasement in the Sphere of Love*, *op. cit.* (Londres, 1957), págs. 188-189. [Existe edición española: *Obras completas de Sigmund Freud, op. cit.*, vol. XI, «Sobre la más generalizada degradación de la vida amorosa», pág. 182.] <<

[3] Marghanita Laski, *Ecstasy* (Londres, 1961), pág. 148. <<

[4] Sigmund Freud, *Civilization and Its Discontents*, Standard Edition, edición de James Strachey, 24 vols., XXI (Londres, 1961), pág. 65. [Existe edición española: *Obras completas de Sigmund Freud, op. cit.*, vol. XXI, *El malestar en la cultura.*] <<

[5] *Ibíd.*, pág. 66. <<

[6] Marghanita Laski, *op. cit.*, pág. 206. <<

[7] Bertrand Russell, *The Autobiography of Bertrand Russell*, 3 vols. (Londres, 1967-1969), I, pág. 36. [Existe edición española: *Autobiografía de Bertrand Russell*, Barcelona, Edhasa, 1993. Traducción de Pedro del Carril.] <<

[8] C. P. Snow, *The Search* (Londres, 1934), págs. 126-127. <<

[*] En la actualidad publicado en inglés bajo el título de *Symbols of Transformation*, Obras completas, V (Londres, 1956). [Existe edición española: *Símbolos de transformación*, Barcelona, Ediciones Paidós, 1990. Supervisión y notas de Enrique Butelman.] (N. del T.) <<

[*] *The Freud-Jung Letters*, edición de William McGuire, traducido al inglés por Ralph Manheim y R. F. C. Hull (Londres, 1974). [Existe edición española: *Freud-Jung: Correspondencia*, Madrid, Taurus, 1979. Traducción de Alfredo Guerra Miralles.] (N. del T.) <<

[9] C. G. Jung, *Memories, Dreams, Refections, op. cit.*, pág. 191. [Existe edición española: *Recuerdos, sueños, pensamientos, op. cit.*] <<

[10] C. G. Jung, «The Development of Personality», *Collected Works*, XVII (Londres, 1954), pág. 171. <<

[11] C. G. Jung, «Psychotherapists or the Clergy», en *Psychology and Religión: Collected Works*, XI (Londres, 1958), pág. 334. [Existe edición española: *Psicología y religión*, Barcelona, Paidós, 1987. Traducción de lisa T. M. de Brugger.] <<

[12] Charles Rycroft, «Introduction: Causes and Meaning», en *Psychoanalysis Observed* (Londres, 1966), pág. 22. <<

[13] C. G. Jung, «The Aims of Psychotherapy», en *The Practice of Psychotherapy: Collected Works*, XVI (Londres, 1954), pág. 41. <<

[14] C. G. Jung, «Commentary on “The Secret of the Golden Flower”», en *Alchemical Studies: Collected Works*, XIII (Londres, 1967), pág. 46. <<

[15] *Ibíd.*, pág. 45. <<

[16] C. G. Jung, *Psychology and Religion: Collected Works*, XI *op. cit.*, págs. 81-82.
[Existe edición española: *Psicología y religión*, *op. cit.*] <<

[17] C. G. Jung, «Commentary on “The Secret of the Golden Flower”», *op. cit.*, págs. 47-48. <<

[18] William James, *The Varieties of Religious Experience* (Londres, 1903), pág. 289.
[Existe edición española: *Las variedades de la experiencia religiosa*. Prólogo de J. L. López Aranguren. Barcelona, mayo de 1986. Versión castellana de J. F. Yvars.] <<

[19] *Ibíd.*, pág. 381. <<

[20] *Ibíd.*, pág. 175. <<

[21] C. J. Jung, *The Trascendent Function: Collected Works*, VIII (Londres, 1969),
pág. 73. <<

[22] W. M. Thackeray, Roundabout Papers, *The Works of William Makepeace Thackeray with Biographical Introductions by his daughter, Anne Ritchie* (Londres, 1903), XII, págs. 374-375. <<

[23] J. W. Cross, *George Eliot's Life as related in her Letters and Journals* (Edimburgo y Londres, 1885), págs. 421-425. <<

[24] Friederich Nietzsche, *Ecce Homo*, traducido al inglés por R. J. Hollingdale (Harmondsworth, 1979), pág. 48. [Existe edición española: *Ecce homo*, Madrid, Alianza Editorial, 1985, novena edición. Traducción de Andrés Sánchez Pascual, pág. 97.] <<

[25] Abraham Maslow, *The Farther Reaches of Human Nature* (Harmondsworth, 1973), pág. 59. <<

[26] *Ibíd.*, págs. 63-64. <<

[27] *Ibíd.*, pág. 67. <<

[28] William Wordsworth, *The Prelude: The Complete Poetical Works of William Wordsworth*, introducción de John Morley (Londres, 1950), pág. 261. <<