

COMBATIVIDAD CONTRA AGRESIVIDAD EN LA HIGIENE MENTAL (*)

LA CULTURA OCCIDENTAL DEBE REVISAR SU ESTATUTO DE VALORES

DR. HERNAN VERGARA

La Higiene Mental, bien lo sabemos, es un nombre, pero son varias las formas de concebirla. Si entendemos por higiene mental todo esfuerzo organizado socialmente para influir en las estructuras mentales de los individuos y de la sociedad, debemos admitir que hacen higiene mental las organizaciones religiosas, los partidos políticos, la prensa, la escuela y la propaganda comercial. Así, no es acertado considerar la higiene mental tal como objeto exclusivo de los especialistas en esta ciencia, ni como una especialización de la medicina. Es evidente que la medicina, a través de la psiquiatría, hace un aporte, hoy más decisivo que nunca, a la higiene mental; pero es también evidente que el especialista en higiene mental no puede hacer su aporte sino a condición de que se sitúe en una plataforma de entendimiento con los dirigentes de la vida religiosa, de la vida política y de las actividades económicas. La higiene mental es ¿quién lo duda?, una acción con propósitos de cultura y de civilización, y como no hay una sola cultura ni una sola civilización, no hay tampoco una sola higiene mental.

Este modesto trabajo está en la línea de mis reflexiones acerca de lo que es actualmente y de lo que debería ser la cultura y la civilización de nuestros pueblos americanos con referencia al concepto cristiano del hombre, ya sea que consideremos a éste en sus relaciones consigo mismo o en sus relaciones con sus semejantes.

A nosotros que vivimos en la era de la higiene mental nos

*) «Testimonio» (1955), VIII 34-46.

pasa talvez inadvertido el hecho de que esta ciencia reciba hoy en día su principal y decisivo aporte de la psicología clínica, es decir, de esta nueva psicología que ha surgido de la clínica psiquiátrica. En otros tiempos, como en el llamado «siglo de las luces», para mencionar el más próximo, la ciencia ortofrénica era una especialidad de los filósofos. Ellos le disputaron entonces a la Iglesia Católica, y aún le disputan, el derecho de formular el código de valores a que se han de ajustar todas las actividades que influyan sobre la mentalidad de los individuos y de la sociedad. Hoy en día, el higienista mental no sólo no se siente obligado a ser filósofo, sino que teme salirse de su campo de acción al incidir en alguna preocupación filosófica. Este desplazamiento de las ciencias ortofrénicas del campo de la filosofía hacia el de la clínica psiquiátrica, no es arbitrario. Responde al hecho de que el hombre sufre hoy, más por sentirse enfermo de la mente que por dudar si está en la verdad o en el error.

Numerosos y convincentes son ya los testimonios que denuncian la índole enfermiza de la mentalidad de nuestros contemporáneos. *Karen Horney* describe «La personalidad neurótica de nuestro tiempo»; *Meninger* observa que el hombre es patógeno para sí mismo; *Gabriel Marcel* nos prueba que los hombres se han vuelto enemigos de lo humano. Estas obras, para no citar sino algunas, son fiel trasunto de lo que cualquier observador atento y sagaz puede comprobar en el hombre de la civilización occidental moderna.

La agresividad, una característica del hombre moderno occidental

Responsable inmediato de este proceso destructor cuyos efectos están comprobando a una el psiquiatra, el sacerdote, el sociólogo y el literato, es la *agresividad*. Por ello la he escogido como tema de estas reflexiones.

La *agresividad* es un fenómeno propio de la vida subconsciente; su presencia y sus dinamismos han sido descubiertos en el curso de la investigación clínica psiquiátrica. Más exactamente, es un hallazgo de *Freud*. De aquí la enorme importancia que ha alcanzado la psiquiatría en las concepciones de la higiene mental y también la importancia que ha alcanzado el psicoanálisis en la psiquiatría, en la psicología y, a través de estas ciencias, en la higiene mental. El descubrimiento de la a-

gresividad desplazó en la mente de Freud su interés por la *libido* como hipótesis de las motivaciones de la conducta humana. Intentó muy naturalmente explicar la agresividad como manifestación de la *libido*; la explicación parecía a la mano, considerando que la *libido* reprimida se transformaba en agresividad. Pero el clínico que había en él, venció al sistematizador de ideas; la agresividad aparecía una y otra vez como un proceso original, irreductible a la *libido*. Decidió entonces darle carta de ciudadanía entre los instintos primarios con el nombre de instinto *tanático* o instinto de muerte, intentando, con muy laboriosos y artificiales juegos de ideas, explicar la conducta humana como resultante de la acción conjunta de lo que él consideró como los dos instintos primarios: la *libido* y la *agresividad*.

La explicación de la agresividad como expresión de un instinto de muerte es, a mi parecer, un error tan grave de la especulación psicológica de Freud como es de exacto y de valioso su descubrimiento de la agresividad como un hecho clínico. Las consecuencias del error especulativo son tales que invalidan prácticamente, sobre todo en las perspectivas de la higiene mental, la importancia del descubrimiento clínico. De aquí mi interés por encontrar una explicación psicológica de la agresividad que, por responder a la realidad de la naturaleza humana, nos lleve a lograr un aprovechamiento mejor de este descubrimiento fundamental del psicoanálisis.

Encontramos la agresividad en los dinamismos subconscientes. Esto me hace pensar, no que sea un instinto primario, sino que sea la transformación sufrida o adoptada por otra tendencia, esa sí original, cuando es reprimida y desplazada del psiquismo consciente. Es Freud mismo quien nos ha acostumbrado a pensar que los contenidos del subconsciente no corresponden a procesos natural y primariamente inconscientes, sino a procesos que por legítimo derecho natural han estado o han podido estar en el plano de la conciencia, pero que han sido desplazados de él por acción de la censura y permanecen fuera de él por la acción de las resistencias.

De ser ese el origen del subconsciente dinámico, como estoy convencido de que lo es, debemos establecer con precisión cuál es la tendencia original y natural de cuya represión resulta la agresividad. Solamente cuando logremos identificar en

cada caso concreto cuál es la tendencia reprimida, estaremos en capacidad de encontrarle una solución seria y consistente a la agresividad que ya existe, así como de programar normas de higiene mental para prevenir su aparición.

La agresividad, una represión de la combatividad

A mi juicio, le proceso natural y original es la *combatividad*. Este proceso no está al servicio de la muerte; al contrario, constituye la reacción más enérgica que opone la vida a los procesos desintegrativos inherentes a todo organismo material, procesos que se cumplen, no por la acción de instinto alguno, sino a pesar de todas las tendencias instintivas a la integración del complejo viviente.

Es un hecho fácilmente comprobable que en la cultura y la civilización occidental moderna, o sea, en el *superyo* del hombre occidental, existe la prohibición de la combatividad, es decir, el *pacifismo*, no sólo como uno de tantos cánones o valores, sino como el cánón y el valor supremo de la personalidad culta y civilizada. No hay duda de que la combatividad es reprimida como algo inmoral e intolerable en este *superyo*. Dada la brevedad de esta ponencia, no creo del caso aportar hechos demostrativos de esa norma represiva de la combatividad. Mi impresión es que entre la represión de la combatividad, que es cánón de nuestra cultura, y el aumento de la agresividad, que es peculiaridad psicológica del civilizado contemporáneo en Occidente, existe relación de causa y efecto. De ser así, la psicoterapia y la higiene mental están abocadas a una revisión del código de valores que ha dado su fisonomía a nuestra civilización.

En la hipótesis que presento, la agresividad no es un proceso instintivo sino resultante de una colisión entre la combatividad propia a la naturaleza humana y un determinado código de valores morales que es característico de la civilización occidental en el período iniciado por la Revolución Francesa. Es, por consiguiente, el resultado de una aberración cultural y podemos, en tal virtud, intentar su eliminación sin temor a mutilar en forma alguna las exigencias naturales de la persona humana. Nuestra lucha contra la desintegración psíquica, que es la lucha contra la enfermedad y contra la muerte, no tiene, por lo tanto, nada de antibiológica ni de antinatural, como implícita y también explícitamente lo sostiene y no puede menos de sostenerlo, la especulación filosófica freudiana.

Si la agresividad fuera un instinto, habría sido un hallazgo de la biología y no de la clínica psiquiátrica. La agresividad se le ha atribuido también a los animales, como resultado del intento por demostrar que es un instinto, y previa confusión de la combatividad, que sí es instintiva, con la agresividad. Cuando hablamos de la agresividad de los animales, es por homología, como cuando el fabulista nos describe las racionalizaciones que hace la zorra para consolarse de su incapacidad para alcanzar las uvas.

La idea de que la agresividad es un instinto común a los animales y al hombre, es tan comúnmente aceptada, que me parece indispensable ocupar algunos minutos en demostrar su falsedad. Algún colega, al oírme decir que no hay agresividad en los animales, no pudo menos de ironizarme exclamando: «¡Doctor Vergara, no sé si usted se le pondría de frente a un tigre; lo que soy yo, no lo haría!»! El colega confundía la combatividad, que en el tigre como en otras especies está altamente desarrollada así como es casi nula en otras especies, con la agresividad.

La combatividad, proceso emocional común al hombre y al animal

La combatividad es el proceso emocional que advierte en la conciencia la perspectiva de situaciones decisivas para la existencia del sujeto. Es, por tanto, un proceso de gran intensidad, a diferencia de aquellos procesos emocionales que advierten en la conciencia la perspectiva de situaciones propicias o adversas al simple bienestar o al placer del sujeto, procesos que la psicología clásica distingue con el nombre de *concupiscibles*.

Una situación se presenta al sujeto como de vida o muerte, por una o por otra de estas dos apreciaciones: o la situación presenta un objeto que el sujeto anhela como absolutamente necesario para su felicidad, o presenta un objeto que el sujeto odia como absolutamente incompatible con su felicidad. La combatividad surge ante una u otra de estas situaciones en que el bien o el mal se le presentan al sujeto como arduos o muy difíciles de alcanzar o de evitar. Si esta dificultad se le presenta al sujeto como *superable*, da lugar a la *esperanza* cuando se trata de conquistar el objeto amado, y al *coraje* cuando se trata de eliminar el objeto odiado; si la dificultad se presenta como insuperable, da lugar a la *desesperanza* en el primer caso y al miedo en el segundo; si el objeto amado llega a ser poseí-

do, da lugar al *gozo*, y si el objeto odiado se impone al sujeto, da lugar a la *rabia*.

La combatividad humana y el sentimiento de culpa

Estos procesos han sido observados tanto en el hombre como en los animales superiores que ostentan una vida emocional desarrollada. En el hombre, sin embargo, nunca se suceden con la simplicidad y limpidez casi matemáticas con que se presentan en el animal. En el hombre cada uno de estos procesos está modificado en el sentido de una mayor complejidad, por la presencia del sentimiento de *mérito* o del sentimiento de *culpa*. Esta modificación les hace alcanzar a los procesos humanos de la esperanza y la desesperanza, del coraje y del miedo, del gozo y de la rabia, una intensidad de tal modo superior a la que alcanza en los animales superiores, que apenas si entre los procesos emocionales humanos y los procesos animales existe una analogía de contenido y de dinamismos. Vemos, en efecto, cómo el hombre mantiene el coraje hasta en situaciones que representan inevitablemente la muerte o la tortura o la privación de la libertad, y mantiene la esperanza en situaciones que presentan el objeto de amor separado por obstáculos infranqueables.

De estos procesos humanos, interesan al psiquiatra y al higienista mental especialmente los que corresponden a la desesperanza, al miedo y a la rabia. Estos procesos, si el dolor moral producido por el fracaso está acompañado de sentimiento de culpa, alcanzan tal intensidad que comprometen gravemente el equilibrio psíquico y la existencia misma del sujeto. La desesperanza, el miedo y la rabia, al estar dominados por el sentimiento de culpa, constituyen la *desesperación*. La intensidad del sentimiento de culpa reclama entonces la muerte del culpable. El desesperado tiende con gran vehemencia a encontrar la muerte, sea en la catástrofe, por la destrucción simultánea de él y de los objetos de amor o de odio, o simplemente en el suicidio. La psiquiatría se ha ocupado muy concretamente de esa forma de la desesperación que constituye el síndrome depresivo melancólico cuyo desenlace espontáneo es casi inevitablemente el suicidio.

El sentimiento de mérito o de culpa afecta y modifica de tal modo los procesos emocionales del hombre, que debemos de-

tener nuestra reflexión algunos momentos sobre la índole y los dinamismos de tal sentimiento.

Los animales valoran los objetos que van conociendo conforme a un código de valores inscrito en su vida instintiva o en su experiencia individual. Es así como todas las ovejas temen al lobo, todas las gallinas temen a las aves de presa, etc. Otro tanto acontece con los objetos apetecibles. Todos los individuos de una especie aman y odian los mismos objetos de amor y de odio, y estos sentimientos corresponden a las exigencias naturales de todos los individuos de cada especie. La intervención del hombre puede lograr, con laboriosos artificios, modificar en alguna medida este código de valores mediante los reflejos condicionados, los que, a pesar de todo el esfuerzo humano, permanecen frágiles, tienden a cederles el sitio a los reflejos incondicionados y nunca invaden más que una pequeña porción de la totalidad de los reflejos naturales o incondicionados. Los animales reaccionan ante los objetos de amor y de odio, movilizándolo la totalidad de sus recursos de lucha, variando la reacción entre los individuos de cada especie solamente por las diferencias de capacidad individual y por las adquisiciones de su experiencia individual. El animal logra o no logra su objeto; en uno u otro caso da término a su lucha como que está seguro de haberse empleado a fondo, que es la única manera de emplearse que sigue el animal. Las racionalizaciones de la zorra después de su fracaso en la lucha por alcanzar las uvas, son una típica adjudicación al animal de procesos exclusivos del hombre.

Valores naturales y valores culturales

El hombre, a diferencia del animal, valora los objetos y las situaciones no sólo ni siempre conforme a un código de valores inscrito en su naturaleza o adquirido por experiencia personal. El código de valores inscrito en la naturaleza o adquirido por la experiencia personal, se ve modificado en el hombre por las influencias culturales. Toda cultura conlleva un código de valores y con él un código de mandatos y de prohibiciones. El hombre, por influencia de la cultura que asimila, suele clasificar los objetos y las situaciones en amables o insoportables, sin reflexionar mayormente en el valor y significación real de tales objetos y situaciones por relación a las exigencias reales de su naturaleza personal. Este código de valores impuestos por

la cultura juega una función de primera importancia en la vida emocional de cada sujeto; Freud, que lo ha descubierto y ha descrito sus dinamismos, le dió el nombre de *superyo*, nombre adecuado por cuanto se refiere a imperativos morales investidos de un ascendente y de una autoridad superior al ascendente de las exigencias de la naturaleza y de la experiencia personal. Es obvio que al no coincidir el *superyo* con las exigencias de la naturaleza y de la experiencia, el hombre se divide dentro de sí mismo y se traba en un conflicto que ordinariamente queda sin decidir a favor del *superyo* o a favor de la naturaleza.

«Engagement» (empleo a fondo) y ambivalencia

A la diferencia anotada entre los procesos emocionales del animal y del hombre, viene a sumarse la diferencia resultante de otra característica de la psicología humana: mientras el animal emplea a fondo la totalidad de sus recursos combativos, el hombre no emplea ordinariamente sino una parte, generalmente mínima, de sus potencialidades de lucha; y esto, cuando no ocurre que parte de las potencialidades de lucha se emplean en la conquista o en la defensa frente al objeto de amor o al objeto de odio, mientras la otra parte se emplea en sentido exactamente opuesto. La existencia de estos procesos antagónicos fue también observada y descrita por Freud y denominada como *ambivalencia* del instinto, concepto arbitrario e inadmisibles en biología además de innecesario, pues la ambivalencia emocional puede explicarse sencillamente por la división de los recursos de lucha frente al objeto de amor o de odio. La ambivalencia no es concepto derivable de la observación de los animales; éstos se emplean a fondo en el ataque, en la fuga o simplemente en la indecisión. En cualquiera de estas opciones, el animal mantiene la totalidad de sus recursos combativos en el mismo nivel de conciencia, disponibles por lo tanto en su totalidad para lanzarlos en una o en otra dirección. La ambivalencia es un hallazgo de la psicología clínica y no de la biología; ésta sólo nos muestra movimientos de ataque o de fuga, de adhesión o de rechazo.

El resultado obtenido por un hombre al cabo de una acción combativa librada para conquistar un bien o para rechazar un mal, es referido automáticamente a dos coordenadas: una, el ideal propuesto por los ideales e imperativos morales; otra, la lealtad en la movilización total de los recursos de lucha. De la confrontación entre el resultado obtenido y estas dos coor-

denadas de imperativos morales, las que podemos denominar respectivamente como perfección (identificación del resultado con las exigencias del *superyo*), y lealtad (empleo total y a fondo de los recursos de lucha), brotan los sentimientos de mérito o de culpa. Al sentimiento de mérito se sigue una exaltación del yo, una efusión de sí mismo hacia los demás, una dilatación de sí mismo para dar cabida a los demás; al sentimiento de culpa se sigue la opresión del yo, el replegarse sobre sí mismo en movimiento defensivo o de ocultamiento, la hostilidad frente a los demás por el presentimiento de ser acusado.

Sin la concomitancia de los sentimientos de mérito o de culpa con los actos, según que logren o que malogren su objetivo, no es posible que se produzca el proceso de la agresividad. No pienso que haya biólogos tan audaces en la interpretación antropomórfica de los dinamismos psíquicos de los animales, que lleguen a afirmar la existencia en éstos, de sentimientos de mérito o de culpa. Estos sentimientos son evidentes al observador clínico y de ningún modo lo son al biólogo.

El hombre moderno contra el sentimiento de pecado

Dando por suficiente esta indispensable disgresión sobre el carácter específicamente humano de la agresividad y, por tanto, sobre el carácter no instintivo de la misma, vuelvo al tema central con esta reflexión: La agresividad está inundando la personalidad del hombre moderno, porque el sentimiento de culpa ha alcanzado niveles nunca antes alcanzados. El hecho es paradójico, pues si hay algo que hayan buscado conscientemente los más caracterizados artifices de la presente civilización occidental, es la *eliminación del sentimiento de pecado*. Este ha sido uno de los móviles del movimiento antirreligioso, o más precisamente anticatólico que ha caracterizado el esfuerzo por crear una mentalidad y una civilización decididamente opuesta a la medioeval. Pero por paradójico que sea, el hecho está ahí. La personalidad del hombre moderno es más intransigente con sus infidelidades a su *superyo* de lo que era la personalidad del hombre medioeval; hay un mayor perfectismo, una mayor intransigencia consigo mismo, un desprecio y detestación de sí mismo mucho más patogénico que el ostentado por hombres de otras civilizaciones, en occidente. La explicación de este hecho no puede ser otra sino que el hombre moderno está

enfrentado a un *superyo* más y más imposible de alcanzar y de satisfacer, a un distanciamiento cada vez mayor entre sus recursos morales y sus ideales morales.

La primera reacción de Freud ante el descubrimiento del sentimiento de culpa y de la agresividad que de él se sigue, fue proponerle a cada sujeto la reducción de sus ideales morales a la medida de sus efectivos de moralidad, inspirándose en el sabio principio económico de que «nadie debe vivir por encima de sus recursos». Sin embargo, era demasiado evidente el peligro de llegar por un proceso nunca terminado de reducciones del ideal moral, a los más bajos niveles de amoralidad y de cinismo. Tal vez espantado de las consecuencias prácticas de sus concepciones teóricas, reaccionó en el sentido de defender más y más un moralismo rígido, llegando a proponer como ideal el régimen denominado por él mismo como «dictadura de la razón». Al final de su vida se muestra desconcertado y decepcionado frente al destino humano, o mejor, frente a la imposibilidad de darle una solución satisfactoria a la infernal dialéctica que lleva el hombre a la neurosis cuando huye de la barbarie, o al cinismo y a la inmoralidad cuando huye de la neurosis.

Este desconcierto es, a mi juicio, consecuencia de su falsa concepción de la agresividad. Si la agresividad es un instinto, no es posible eliminarla, y el simple hecho de disminuirla es ya un debilitamiento de la vida instintiva; y si no es posible eliminar la agresividad ni saludable el disminuirla, no hay solución para una humanidad que al mismo tiempo aspira a la paz, a la cultura y al goce de la vida.

Inhibición emocional insostenible

La situación desesperada en que está el hombre moderno y en que nos lo descubre la clínica psiquiátrica, es resultante de una doble falsa ruta en el planeamiento y dirección de nuestra cultura: De una parte, la condenación de la combatividad, a la que se confundió con el fanatismo y la intransigencia; de otra parte, la reducción de los efectivos morales, al considerar que el hombre tiene en sí mismo suficientemente recursos de moralidad para que tenga que recurrir a los auxilios sobrenaturales de la religión católica. La prohibición de asumir actitudes combativas ha desarrollado en el hombre moderno un miedo a sus emociones más intensas y más auténticas, estableciendo proce-

sos de represión imposibles de soportar indefinidamente sin grave detrimento de la vida emocional; la supresión de los auxilios sobrenaturales en una civilización que ha mantenido sin embargo los ideales morales cristianos, ha colocado al hombre occidental en condiciones de tensión interna sumamente desgastadora y extenuante, y en inferioridad psicológica por relación a hombres de civilizaciones no cristianas cuyos ideales morales son menos exigentes. Resultan muy explicables las corrientes de pensamiento que, como el existencialismo y el marxismo, tratan de eliminar de la civilización occidental los restos de exigencias cristianas que alientan en su código de valores; sería una solución teóricamente posible para eliminar la tensión interna y los consiguientes sentimientos de culpa y de agresividad. Pero esta solución ha probado ser prácticamente ineficaz. La humanidad ha probado ya lo que es la vida interior y la vida social en el cristianismo; los ideales de grandeza moral, de abnegación, de pureza, de fortaleza, de paz interior y exterior, de justicia y de tantos otros que el cristianismo insertó en el corazón humano, no pueden ser ya eliminados. Lo poco que la humanidad ha experimentado de lo que es la vida cristiana, le ha creado la imposibilidad de aclimatarse a cualquier otra concepción de la vida y de la muerte. De otra parte, cada uno de esos ideales cristianos hace sistema, como órganos de un organismo, con los demás ideales cristianos, entre los cuales está, y en plan muy destacado, la combatividad; «he combatido el buen combate», dice *San Pablo* en vísperas de ser decapitado, en el testamento a su amigo y discípulo *Timoteo*. La organicidad de los distintos ideales cristianos es tal que no es posible escoger unos y desechar otros. El cristianismo se toma integralmente o él acaba por escapársenos poco a poco hasta desaparecer, dejando en su sitio algo menos que una civilización pagana; lo que deja es un cadáver de civilización, una ex-civilización. El occidente confronta, como el primero de sus problemas, el de padecer un proceso de desintegración interna, enteramente comparable a la desintegración esquizofrénica, por su condición de civilización ex-cristiana, como la denomina el poeta *Elliot*. De ese proceso de desintegración social son reflejo las neurosis y esquizofrenias individuales que han aumentado hasta constituir una característica del hombre occidental moderno.

Estas reflexiones concluyen necesariamente en una invitación a revisar el código de valores de nuestra cultura, especialmente en lo que se refiere a este miedo a la combatividad que ha cerrado todos los caminos conscientes y razonables de la afirmación de sí mismo, sin otro resultado que abrir los caminos inconscientes a la agresividad.

No quiero desestimar, ni dejar la impresión de que desestimo los riesgos que para la paz de la mente (Lipman) o del alma (Sheen) conlleva la combatividad. Ni tampoco quiero dejar la impresión de un juicio rigidamente condenatorio contra los precursores de esta era de nuestra civilización que está dominada por un *superyo* pacifista. Comparto enteramente las reflexiones siguientes de J. Steimann al referirse al temperamento pacifista del Profeta Jeremías:

«Pertenece, dice, a esa familia de hombres dulces, a cuyos ojos toda lucha —así sea por el bien— tiene algo de bestial y de repugnante. Uno se ensucia en ella las manos. Uno se hiere en ella y hiere a los demás. El bien que uno cree hacer queda manchado de mal». (*Le prophete Jeremie*. Edit. du Cerf. pág. 25).