

De malestares

Victoria Molina / Psicoterapeuta

En esta ocasión vamos a tocar el tema del malestar que, al ser tan extenso y controversial, podrá parecer una exposición simplista, sin embargo la intención es solamente hacer una aproximación psicológica/social, como puede haber muchas otras.

Hablamos de malestar porque parece ser el común denominador de nuestras vidas: siempre estamos molestos por algo. Y este malestar se observa no sólo a nivel personal y local, sino a nivel general y mundial; tal vez cabría aplicar esa expresión tan de moda y hablar de 'la globalización del malestar', lo que nos lleva a reconsiderar la obra de Freud: "Malestar en la Cultura", que un siglo más tarde sigue teniendo casi la misma vigencia. El 'casi' se refiere a que, aunque las bases o el origen interno sigue intacto, el contexto sociocultural ha sufrido cambios. Vamos a tratar de explicarlo.

Los seres humanos, por naturaleza, tratamos de evitar el malestar, no nos gusta esa sensación de displacer, esto es un hecho, por ende deseamos - y buscamos - la sensación de placer. Y esto no es otra cosa que las dos caras del principio del placer, por lo que no tenemos otro remedio que seguir con Freud, quien expone claramente en sus dos principios (el de placer y el de realidad), el conflicto interno provocado por la necesidad de 'sacrificar' los deseos de placer ante las exigencias que nos impone la realidad.

En base a esta ecuación, para poder ser felices tendría que regir el principio de placer, sin embargo esto es imposible. Lo paradójico es que no sólo es imposible vivir bajo el principio del placer, es decir la evitación total del displacer, sino que también es imposible dejar de buscarlo. Es imposible lograr el principio de placer y es imposible renunciar a su logro. ¿Será por eso que somos tan complicados?

Lo que se cuestiona Freud, cuando estudia el malestar, es la infelicidad del ser humano, precisamente porque aquello que son sus fuentes de felicidad, son a la vez las de mayor padecimiento (el amor, los semejantes) y también sus fuentes de seguridad son permanentemente vulneradas (el estado, la naturaleza).

Para Freud las fuentes de la desdicha son tres: la que es infligida por el sufrimiento del cuerpo (deterioro físico), la hostilidad del mundo exterior (la fuerza de la naturaleza) y la insatisfacción en las relaciones con los otros. Ante semejantes obstáculos, el hombre tendría que renunciar a la felicidad (para la cual evidentemente no estaría hecho) y buscar los medios de atenuar o suprimir el sufrimiento. Según él, puede haber tres medios esenciales: la neurosis, la intoxicación y la psicosis; con formas propias para cada individuo.

Puede sonar muy drástica esta postura, pero es verdadera. Recordemos que todos los que nos consideramos 'sanos', en realidad somos neuróticos en mayor o menor grado y cada uno 'elige' la neurosis que puede.

De las tres fuentes de desdicha, Freud estudia la *insatisfacción en las relaciones* interpersonales (las otras dos no son modificables por el hombre: el deterioro físico es inevitable, sin importar el avance de la ciencia médica, y la fuerza de la naturaleza se impone y punto). Además, parece que

es un hecho que el malestar relacional es el sufrimiento más generalizado y constante que aqueja al ser humano.

Remediar esta causa de sufrimiento (relacional) es la función de la cultura, a través de las instituciones que la materializan (la familia, la iglesia, el estado, etc.), pero en la medida en que los remedios propuestos son coactivos y aparecen como otros tantos límites en la búsqueda de placer, la cultura aparece muy pronto como una nueva causa de malestar.

Recordemos que la cultura contiene el conjunto de las normas restrictivas de los impulsos humanos, exigidas para mantener el orden social; en ella el hombre no puede ser plenamente feliz, pero sin ella no puede sobrevivir. Se tiene necesidad de los otros, pero se sueña con vivir a distancia de esa sociedad que limita sus deseos.

Para apaciguar los sufrimientos originados por esta contradicción, la cultura se esfuerza en crear vínculos sustitutivos: 'lazos de amor'. Esos intentos estarían destinados al fracaso, en cuanto se basan en una negación a tomar en cuenta: la agresividad y la crueldad del género humano, demostrada a lo largo de la historia y hasta el presente.

Esta postura es frecuentemente criticada y difícilmente aceptada, sin embargo no hace falta más que ser un poco observadores y echar un vistazo a nuestro alrededor; vivimos constantemente agredidos por nuestros semejantes, y no hace falta irnos al tema de las guerras, que sería un ejemplo claro, sólo recapitemos en las experiencias cotidianas: la hostilidad de los conductores cuando vamos por la calle, la agresividad de algunos compañeros en la escuela o trabajo, el comportamiento de aquellos que deberían ser los garantes de nuestra seguridad y justicia social y una larga lista de etcéteras que todos conocemos.

Freud trata de analizar la naturaleza del 'malestar' con la ayuda de la dualidad pulsional, la que opone amor y odio: Eros y Tánatos. Estos enfrentamientos gobiernan la vida inconsciente del individuo y también su vida social. Por eso define la cultura como "El combate de la especie humana por la vida". Pero la cultura debe hacer algo para controlar toda esa agresividad de los individuos, y se vale, para dominarla, de un 'intruso' que cada sujeto posee en su interior; se trata del sentimiento de culpa – que nos vigila constantemente – ejerciendo el papel de juez controlador. Este sentimiento de culpa, que llevamos todos integrado como un chip inamovible en nuestra psique, surgirá en todo momento, sea que el mal haya sido realmente realizado o que haya permanecido en estado de intención. Tiene su origen, en un primer momento, producto de la angustia que experimenta el niño ante la autoridad paterna – origen externo –: temiendo que dejen de amarla, la criatura se ve llevada a renunciar a satisfacer sus impulsos/deseos, orientados hacia la búsqueda de placer. Pero cuando la autoridad ha sido interiorizada (todos los seres humanos interiorizamos, desde la primera infancia, las reglas y normas de la autoridad; es así como vamos aprendiendo desde pequeños lo que está bien y lo que está mal) a través de la introyección de la agresividad que ella suscitaba, el origen del sentimiento de culpa ya es de índole interna. Por tanto, el sentimiento de culpa generado por la cultura, es en gran parte inconsciente, y casi siempre vivido en la forma de un malestar que se atribuye a otras causas.

Para Freud el sentimiento de malestar deviene de un sentimiento de culpa, sobre el cual se erige la cultura para poder regular la vida. Este sentimiento de culpa se cristalizaría en la "conciencia moral", que se encargará de penalizar sádicamente todo deseo que contradiga los ideales de la cultura.

Este proceso de la culpa y la conciencia moral es, por supuesto, un fenómeno inconsciente en su mayor parte, por lo que resulta bastante difícil comprender el malestar real a nivel consciente.

Toda esta terminología puede resultar un poco confusa de entrada, pero para presentarla de una forma un poco más sencilla diremos que el sentimiento de culpa es la expresión del conflicto de ambivalencia, de la lucha eterna entre la conciencia del hombre que trata de pertenecer, de conservarse en un status, y el aguijoneo permanente de los impulsos/deseos que no cesan en su lucha por ser satisfechos. Y ese conflicto se presenta siempre que el individuo se encuentra en la tarea de convivir y pertenecer.

Con esto queda claro que estar en la cultura le exige al hombre privarse de una parte de la dicha; el malestar proviene, entonces, de las enormes renunciaciones que la cultura le impone al sujeto para pertenecer a ella.

Decíamos al inicio que la vigencia del material freudiano seguía ‘casi’ vigente ya que, aunque los orígenes psíquicos siguen siendo los mismos, el contexto sociocultural ha cambiado. Los ideales culturales han sufrido cambios significativos.

El mundo de hoy está regido por la tan sonada economía de mercado. El mercado se convierte en la piedra angular del funcionamiento global de la sociedad, y todo lo que incrementa la producción y comercialización es visto como conveniente y válido.

El mundo se ha convertido (y lo sigue haciendo cada vez en mayor grado) en un inmenso mercado. La producción de riqueza es el objetivo fundamental, lo que obliga a un fuerte trabajo y a una constante renovación en la producción. Producción, rendimiento, trabajo, competencia y consumo son los aspectos centrales de nuestro modelo económico-social, que sin duda existen desde hace mucho pero que hoy se incrementan y aceleran de una manera particular.

Como señala Berman, “el dinamismo innato de la economía moderna, y de la cultura que nace de esta economía (...), arrastra a todos los hombres y las mujeres modernos a su órbita, y los obliga a abordar la cuestión de qué es esencial, qué es significativo, qué es real en la vorágine en que vivimos y nos movemos”.

La instauración del mercado, el dinero y las mercancías como centro absoluto de la vida social del hombre, reducen su propio significado y lo colocan al servicio de tales aspectos, convirtiéndolo de dominador en dominado.

Es imposible pensar que todo esto (el hombre al servicio del dinero, la mercancía y el mercado) no tenga importantes repercusiones en la subjetividad del individuo y determine en muy alto grado sus deseos, sentido de realidad, ideales, valores, fantasías, vínculos con los otros, consigo mismo, etc., y también las consecuencias que todo ello provoca en su estructura psíquica. Son estos nuevos ‘valores’ los que determinan el funcionamiento actual de la sociedad. Son estos nuevos ‘ideales culturales’ por los que estamos renunciando a ciertas satisfacciones, con tal de pertenecer y estar a la altura de los demás.

Recordemos que el ser humano “se vuelve neurótico” porque no puede soportar la medida de frustración que la sociedad le impone en aras de sus ideales culturales. Quedará a criterio del lector si vamos por buen camino.

Aquí una ligerísima pincelada sobre el tema. Queda demasiado por hablar.