

## I Capítulo 17

### **DEPRESIONES, ANSIEDAD Y ANGUSTIA DESDE EL PUNTO DE VISTA CIENTÍFICO Y BÍBLICO**

Siguiendo con las actuaciones taumatúrgicas de Jesús de Nazaret, vamos a dejar de lado, en este capítulo, aquellas más espectaculares y que son denominadas como "milagrosas", para centrarnos en el campo nosológico, donde se dan cuadros psicopatológicos de la más evidente actualidad y que se traducen en la apreciación clínica de diversos trastornos anímicos y psicoafectivos. Se trata de aquellas alteraciones que afectan a la esfera más íntima de nuestro ser. Son los trastornos que expresan el dolor, más profundo, que una persona puede vivenciar por la acción del aguijón que punza y hiere los rincones más recónditos de nuestra intimidad; en definitiva, estamos hablando de las enfermedades del alma.

Se dice que cuando Jesús empezó su ministerio público, su fama se extendió como un reguero de pólvora y traspasó los límites de su Palestina natal. Le traían "todos los que tenían dolencias por diversas enfermedades, y los sanaba". Mat 4: 24. Sin duda alguna que entre estos pacientes algunos sufrían serias depresiones. La lectura de los Evangelios no deja lugar a dudas, al respecto. Es por estas apreciaciones que en este capítulo vamos a tratar de dichos trastornos afectivos, que por otra parte son consustanciales al devenir existencial de la mayoría de los seres humanos.

En la práctica clínica actual, y siguiendo la influencia norteamericana de la clasificación de las enfermedades mentales, muchos de los psiquiatras, psicólogos y otros especialistas suelen diferenciar, nosológicamente, las depresiones, de los cuadros de ansiedad (TA = trastornos de ansiedad) y de angustia. Mi experiencia clínica, psicofarmacológica y psicoterapéutica, y en definitiva mi experiencia científica, me lleva a entender que tal diferenciación no es adecuada si se estudia, en profundidad, desde el punto de vista clínico, psicopatológico y sobre todo psicoanalítico, a los pacientes. En conclusión: considero

que en el fondo endotímico (el fondo del ser donde se da la relación alma-cuerpo) de un trastorno de angustia (TA) o de ansiedad subyace una alteración psicoemocional y/o psicoafectiva de carácter timopático; es decir: depresiva.

En este nuevo capítulo vamos a ocuparnos de los trastornos afectivos más frecuentes y prevalentes (campo de la salud mental) en el mundo, preferentemente occidental. La desideologización de los seres humanos ha dejado al alma desnuda, desconcertada y a la intemperie de los mas variados y desestructuradores cambios noéticos. El instinto tanático que anida en el fondo de nuestro corazón, puja por realizarse y parece que va ganando la batalla al Eros vital (instinto de la vida) que se encuentra frustrado y agonizante cuando comprueba que su realización no ha sido satisfecha por el sistema en el que vivimos inmersos. El ocaso de las ideologías empezó su trágico devenir con la primera guerra mundial y fue desarrollándose en todas las esferas en las que el ser humano vive, agonizante, luchando denodadamente por superar sus frustraciones y alcanzar una realización que impregne su vida de esperanza inmanente y trascendente. Los sistemas ideológicos de derechas (capitalismo) y de izquierdas (socialismo) no han dado a la humanidad el remedio adecuado a sus necesidades materiales, anímicas y espirituales. Teorías como la de la evolución, metafísicamente no trascendente, y la nefasta declaración de la muerte de Dios (por parte de uno de los filósofos más influyentes de la historia) han devenido una realidad existencial donde la frustración y la angustia constituyen los ingredientes con los que el alma humana se alimenta. Esta alienación no será superada mientras no haya una esperanza de una trascendencia metafísica con superación del instinto tanático de la muerte. El superhombre de Federico Nietzsche no es más que un hombre a la deriva que terminará destruyéndose en el seno de su propia deificación.

LA ANGUSTIA es el núcleo común de todos los trastornos mentales y existenciales del antropos. Se genera en la esfera de la intimidad del ser y lo desestructura integralmente. Llegados a este punto hay que preguntarse: ¿hay algo, alguna realidad, que preceda a la angustia? Mi respuesta es afirmativa: Sí, la frustración. El que el ser humano no pueda superar estos sentimientos de ma-

nera adecuada, derrumba todos los mecanismos de defensa de su YO, y como consecuencia surgen las depresiones como mecanismos de defensa psicopatológicos, ante la disyuntiva de seguir luchando o buscar una evasión mediante la gratificación plena del instinto tanático.

Podemos considerar, como estadísticamente aceptable, que una de cada tres mujeres padece, a lo largo de su vida, uno o varios episodios depresivos y uno de cada cuatro varones también sufren este tipo de patología psicoemocional o psicopatológica. Los trastornos psíquicos que padecemos los seres humanos, suelen guardar una relación con la época histórica en la que se está viviendo. Así en muchos enfermos psicóticos de naturaleza fenomenológica diversa (con trastornos de la percepción de la realidad y del pensamiento: alucinaciones, delirios, trastornos del esquema corporal), su sintomatología guarda relación con determinados personajes que viven en esa misma época o que habiendo vivido en otra, su vida, su pensamiento y su influencia ha llegado hasta los días en que enferma el paciente. Este es, sin dudas, el caso de los padecimientos depresivos. Vivimos en una sociedad tanática y deprimida, en la que se dan todo tipo de crisis (ideológica, política, económica, moral y espiritual). La crisis, institucionalizada a nivel universal, actúa sobre el fondo endotímico de la esfera de nuestra intimidad y engendra los diversos síndromes depresivos que padecemos. La etiología (las causas) de las depresiones es múltiple y muy variada. Los agentes que informan el síndrome depresivo pueden surgir de los estratos más profundos de la esfera de nuestra intimidad (estrato inconsciente de nuestra mente) o de las influencias peristáticas procedentes del medio psicosocial en el que vivimos inmersos (Perimundo). Determinados trastornos somáticos (fisiológicos, bioquímicos, hormonales, etc.) también pueden convertirse en agentes depresógenos que al alterar la homeostasis psico-somática y endógena, de una persona, aboquen su estado anímico al padecimiento de un trastorno depresivo.

Como en este capítulo no pretendemos dar una lección de psicopatología; sino comparar lo que los estudios científicos, en cuanto a las depresiones, han puesto de manifiesto y lo que la revelación bíblica nos desvela al respecto. Iremos a lo concreto: La Biblia es un libro que nos habla de Dios y del hombre.

Creo que no existe aspecto alguno de la realidad cósmica o humana que este libro no trate. El rey Salomón (científico y teólogo por excelencia) y conocedor de esta realidad. En su búsqueda de una verdadera realización que le permitiera superar su angustia existencial decidió estudiar las enfermedades mentales. El libro de Eclesiastés, explicita esta experiencia de la siguiente manera: “Y dediqué mi corazón a conocer la sabiduría, y también a entender las **locuras y los desvaríos**; y conocí que aun esto era aflicción de espíritu. Porque en la mucha sabiduría hay mucha molestia; y quien añade ciencia, añade dolor. Eclesiastés 1:17-18”. Por todo lo anteriormente dicho y para que el lector, no especializado en cuestiones científicas de salud mental y/o en cuestiones de exégesis y hermenéutica bíblica, pueda captar, sin mayores dificultades, mi pensamiento, vamos a dar una clasificación de las depresiones que se me antoja mas comprensible y didáctica que otras. Dicha clasificación está abalada por una de las personalidades más destacadas en el campo de la psiquiatría durante el siglo XX y yo me siento muy identificado con la misma. El Dr. Viktor Frankl, que vivió los horrores de la segunda guerra mundial en un campo de concentración nazi, clasificaba las depresiones de la siguiente manera :

- 1) Depresiones somatógenas
- 2) Depresiones psicógenas
- 3) Depresiones noógenas

Tenemos que volver a recordar al lector, que haya seguido mi pensamiento al tratar el tema de la estratificación o tectónica de la Personalidad, que considerábamos al ser humano como uno en que hay varios, uno estructurado en tres estratos: soma (cuerpo), psique (alma) y pneuma (espíritu). Por otra parte al estudiar la esfera psicopneumática veíamos que ésta, estaba constituida por tres niveles: el YO (que me permite tener conciencia de una realidad, de manera consciente, y que almacena todo aquello que yo conozco de mi mismo y de mi realidad entornante); el ELLO, ID o INCONSCIENTE que contiene todos los contenidos subliminales que están reprimidos en los estratos más profundos de mi ser y que dirigen mi conducta en más de un 70% de mis acciones, que yo siento, experimento y vivencio, pero que desconozco sus

contenidos y solo puedo constatar su realidad, careciendo de poder para manejarlos conscientemente.

Y, finalmente, está como elemento fundamental de nuestro psiquismo el SUPER-YO o CONCIENCIA ÉTICA o MORAL, que corresponde a la conciencia del bien y del mal. Del juego de estas tres instancias psíquicas depende nuestra conducta y nuestra salud emocional, intelectual, espiritual y afectiva.

La Biblia nos presenta muestras de estos tres tipos de depresiones. Ya en el Antiguo Testamento nos encontramos con un importante personaje, el rey Saúl que padecía, sin duda alguna, un trastorno psico-afectivo de naturaleza endógena, que cursaba con fases depresivas de carácter violento. Llama la atención que en una época tan lejana ya se pensase en tratamientos tan adelantados como la musicoterapia. Los servidores de este rey le aconsejaron que hiciera venir al joven David, hijo de un tal Isaí de Belén, que tocaba muy bien el arpa, para que cuando Saúl tuviera sus descompensaciones psico-afectivas, pudiera mediante la terapia musical volver a recuperar su equilibrio y homeostasis emocional. Este relato lo encontramos en el libro de 1ª de Samuel 16:14-23. Por la importancia clínica y psicopatológica del mismo, vamos a reproducir lo mas destacado de esta afección anímica: "El Espíritu de Jehová se apartó de Saúl, y le atormentaba un espíritu malo de parte de Jehová. Y los criados de Saúl le dijeron: diga pues mi Señor a tus siervos que busquen a alguno que sepa tocar el arpa, para que cuando esté sobre ti el espíritu malo de parte de Dios, el toque con su mano y tengas alivio. Entonces uno de los criados respondió diciendo: He aquí yo he visto a un hijo de Isaí de Belén que sabe tocar... Y Saúl envió mensajeros a Isaí, diciendo: Envíame a David tu hijo... vino David y él le amó mucho... Y cuando el espíritu malo de parte de Dios venía sobre Saúl, David tomaba el arpa y tocaba con su mano; y Saúl tenía alivio y estaba mejor, y el espíritu malo se apartaba de él". Sin duda alguna que aquí tenemos un pasaje que para comprenderlo es necesario proceder a una desmitologización del mismo. Cualquier interpretación literalista daría lugar a una serie de conceptos erróneos sobre lo que la Biblia enseña acerca de los síndromes depresivos. Tenemos que decir, aunque este no sea el lugar más adecuado, que en el fondo de todos o la mayoría de las enfer-

medades mentales existe una problemática con Dios. Esta aseveración, tan arriesgada (y más que discutida), solo se puede comprender y aceptar cuando se ha acumulado la casuística suficiente para apoyar tal hipótesis. No sucede nada en la esfera de la intimidad, somática, fisiológica, anímica o pneumática en la que Dios no intervenga. El rey Saúl sufría lo que ha devenido denominándose una depresión endógena o depresión mayor, que cursaba clínicamente como una depresión cíclica, circular o fasotímica. No se nos narran, en este caso, alteraciones del estado de ánimo exaltado, como para pensar, en lo que modernamente se denomina trastorno bipolar.

Como ejemplo de depresiones psicógenas, nos encontramos con un caso muy claro en la vida del rey David. La historia se encuentra en el 2º libro de Samuel y en los capítulos 11 y 12. Resumiendo: David y la esposa, de uno los generales y héroes mas distinguido de sus ejércitos Urías heteo, cometen adulterio. Betsabé queda embarazada y para salvar su honra, David planea una estrategia vil que terminará con el asesinato de su siervo Urías heteo. En este caso funcionan los mecanismos de defensa del YO, en la esfera de la intimidad de David, para reprimir los sentimientos de culpa; y el rey los relega al estrato inconsciente de su corazón. Pero Dios envía a un mensajero a David, y al escuchar una historia que le cuenta el profeta Natán, se conmueven sus entrañas y, los sentimientos de culpa reprimidos, al entrar en función su Superyo (conciencia ética del bien y del mal), ascienden al campo de su conciencia, la desestructuran, y éste desarrolla una depresión reactiva, que se intensifica con una enfermedad muy grave del niño, que fruto del adulterio, que dio a luz Betsabé. La terapia adecuada en este tipo de depresiones sería de naturaleza psicoterapéutica enfocada según las vivencias de una persona creyente; que fue la que en realidad se utilizó por parte de los servidores del Rey David, y con la que coadyuvó, la descarga catártica que David hizo reconociendo su pecado y pidiendo perdón a Dios. Aquí se trata de una depresión reactiva de naturaleza psicógena. Todo el proceso está perfectamente especificado en el Salmo 51.

Las depresiones noógenas son aquellas que tienen una etiología pneumática (espiritual) y solo pueden ser abordadas con una terapéutica especial deno-

minada Logoterapia. Por su naturaleza idiosincrásica, tan específica, este tipo de depresiones, para enfocarlas terapéuticamente, demandan tener un conocimiento profundo de las Sagradas Escrituras, que no suele ser lo habitual en la mayoría de los expertos en salud mental, y una formación muy sólida desde el punto de vista existencial y psicoanalítico. Por lo cual, las depresiones noógenas no suelen ser diagnosticadas como tales: se las incluye en el amplio marco de las depresiones existenciales sin más. Por consiguiente las diversas estrategias terapéuticas van fracasando y la desmotivación termina afectando tanto al paciente como al terapeuta .

La Logoterapia es un tratamiento psicoterapéutico que aprovechando el conocimiento, que nos da la investigación psicológica del paciente, se aplica a sus circunstancias noógenas y espirituales los recursos que la Palabra de Dios (el Logos) nos aporta. Este es un campo peligroso, donde el intrusismo tiene amplias posibilidades. Muchos creyentes, que por el hecho de serlo se consideran capacitados para ejercer como logoterapeutas. Creen que se trata de aplicar literalmente versos de la Biblia a la sintomatología de la persona que padece una depresión noógena, ignorando que el remedio puede ser peor que la enfermedad. Hoy que hay tantos aficionados a actuar de "psiquiatras y de psicólogos", sin la preparación imprescindible mínima y adecuada, es necesario recordar aquellas palabras, tan importantes, del Señor Jesús: Los sanos no necesitan médico, sino los enfermos.

"Mi conclusión al final de este capítulo es que sigo sin ver contradicciones entre la Biblia y la Ciencia, concretamente, en este campo de los trastornos psicoafectivos"