

I Capítulo 18

LA ENFERMEDAD COMO MECANISMO DE DEFENSA FRENTE A SENTIMIENTOS DE CULPA INCONSCIENTES

En el anterior capítulo de este libro tratamos el problema de LAS DEPRESIONES. Vamos a añadir algunas consideraciones, más, para clarificar mejor estos trastornos psico-emocionales y encuadrarlos en la realidad en que los seres humanos devenimos nuestra existencia.

En primer lugar tenemos que tener en cuenta, y traer a nuestra consideración, la universalidad de las depresiones; en este sentido, y desde nuestro punto de vista nosológico, las depresiones se clasificarían así:

- **Depresiones antropológicas:** que se relacionan con la estructura o tectónica de nuestra personalidad. Así nos encontramos con depresiones endógenas, que nacen de trastornos orgánicos de naturaleza genética o de alteraciones bioquímicas a nivel de diversos órganos de nuestro organismo, especialmente aquellas que afectan a nuestro funcionamiento bioquímico cerebral.
- **Depresiones psicógenas:** que son aquellas que alteran nuestra esfera emocional (afectos, sentimientos, emociones) y que se expresan, clínicamente, por una sintomatología depresiva. La génesis de las mismas no la encontramos a nivel orgánico, sino en la esfera psicológica más profunda del estrato inconsciente de nuestra mente.
- **Depresiones noógenas o pneumatógenas:** son aquellas cuya génesis tenemos que buscarla en los contenidos pneumáticos mas trascendentales del fondo espiritual de nuestro ser. Se generan por una problemática espiritual no resuelta entre el hombre y Dios. Es decir, entre la trascendencia y la inmanencia.

- **Depresiones sociológicas:** éstas están desencadenadas por la influencia que la perístasis (el medio social, económico, laboral y familiar en que vivimos inmersos) ejerce sobre nosotros como Unidad psico-somática que constituimos cada ser humano.
- **Depresiones ecológicas:** que se originan en función de la desestructuración ecológica y medio ambiental, que el ser humano con sus avances científicos y tecnológicos está ejerciendo sobre nuestro planeta.
- **Depresiones cosmológicas:** que tienen como infraestructura etiopatogénica, la ley de la entropía, la pérdida progresiva de energía en el universo (2º principio de la termodinámica) y la angustia que desencadena el miedo a un holocausto nuclear y la disolución del ser en la nada.

Todos estos trastornos de la esfera timopática (o pneumo-psico-afectiva), tienen un núcleo psicopatológico común: la angustia. Desde mi punto de vista fue el nórdico Sören Kierkegaard (fundador del existencialismo) quién más profundizó, en su obra *El concepto de la angustia*, sobre esta vivencia alienante y sobre su génesis. Desde el punto de vista etiológico, la angustia se deviene del primer miedo que el antropos sufre desde el comienzo de su devenir existencial. La Ciencia no puede mensurar el tiempo pasado desde que los seres humanos vienen experimentando la angustia. Por el contrario la teología nos da la oportunidad de acercarnos al comienzo de tan importante sufrimiento. En el capítulo tres del libro del Génesis nos encontramos con la desestructuración amártica que el hombre sufre de manera integral. El hombre (varón-varona, en heb- Ish e Ishshah) había sido creado y ubicado en un medio idóneo para realizarse en todos los aspectos de su vida: el varón y la mujer eran el enfrente y tenían la posibilidad de establecer, entre ellos la comunicación y el diálogo; se comunicaban con el SER TRASCENDENTE, disfrutaban de UNA RELACIÓN HOMEOSTÁTICA CON LA NATURALEZA Y VINCULANTE, ORGÁNICAMENTE, CON EL COSMOS. Este estado de felicidad y

realización edénica tenía una limitación. Dios le había dicho al hombre: *“De todo árbol el huerto podrás comer; mas del árbol de la Ciencia del bien y del mal no comerás; porque el día que de el comieres, ciertamente morirás”* (Gen. 2:16-17). El hombre hizo sus consideraciones: vio que el fruto del árbol era bueno para comer, que era agradable a los ojos y codiciable (en la LXX se usa el término *ὥπιον*, que significa “propio de la estación, maduro”) para alcanzar la sabiduría y tomó de su fruto y comió. Por este acto de absoluta libertad el ser humano amplió el campo de su conciencia (se le había prometido ser como los Elohines y llegar a ser conocedor del bien y el mal). Esta experiencia está explicitada en Rom. 5:12: *“Por tanto como el pecado (gr- amartia = error, fracaso y frustración) entró en el mundo por un hombre (gr- antropos = ser humano), y por el pecado la muerte, así la muerte pasó a todos los hombres, por cuanto todos pecaron”*. En este estado de conciencia el hombre se da cuenta que está expuesto a vivir una realidad que se va a devenir tanáticamente, convirtiéndose en un ser-para-la muerte. Es a partir de esta realidad existencial cuando surge el primer miedo. El hombre rompe su relación con el SER TRASCENDENTE y con el otro SER HUMANO (el enfrente) con el que debía establecer la comunión y el diálogo para su propia realización. Su situación viene explicitada de la siguiente manera en el capítulo tres del libro de Génesis: *“Y oyeron la voz de Jehová Dios que se paseaba en el huerto al aire del día; y el hombre y su mujer se escondieron de la presencia de Jehová Dios entre los árboles del huerto. Más Jehová Dios llamó al hombre, y le dijo: ¿Dónde estás tu? Y el respondió: oí tu voz en el huerto, y tuve miedo (en la LXX se emplea un término del que se derivan todos los miedos o fobias que pudiéramos experimentar), porque estaba desnudo; y me escondí.”* Desde este momento histórico huye de sus miedos existenciales, neuróticos y psicóticos sin tomar conciencia, de que en realidad está huyendo de un miedo criptogenético consustancial a su propia naturaleza: el miedo por excelencia, el miedo a la MUERTE; miedo a partir del cual surgen todos los demás.

Hasta aquí hemos expuesto, de manera sucinta, el devenir psicopatológico del hombre y la angustia que subyace en el fondo de sus trastornos.

La angustia es un ingrediente psico-emocional que acompaña al ser humano a lo largo o corto de su vida. Es una experiencia humana universal. Existen unos mecanismos de defensa frente a la angustia que, a efectos didácticos, podemos clasificar en “mecanismos de defensa normales” y “mecanismos de defensa psicopatológicos”.

Los mecanismos de defensa descubiertos por Sigmund Freud, y posteriormente perfeccionados por su hija Ana Freud son imprescindibles para entender la conducta humana en su salud y en su enfermedad. A los más habituales los denominamos normales y a los menos frecuentes anormales o psicopatológicos.

Entre los primeros encontramos a los siguientes:

- Represión
- Regresión
- Transformación en lo contrario
- Introyección o identificación
- Sublimación

Y entre los segundos:

- Formación reactiva
- Aislamiento
- Anulación
- Proyección

Antes de entrar en describir las características que configuran la entidad de cada uno de ellos, es necesario manifestar que suelen darse varios, al unísono, en un mismo conflicto

Los mecanismos de defensa son recursos a los que recurre el YO para que los sentimientos de culpa y la angustia que ellos desencadenan sean superados. El término “mecanismos de defensa” determina las luchas del YO contra contenidos inconscientes que podrían invadir el campo de la CONCIENCIA y

desestructurar su homeostasis psico-emocional. El SUPER-YO O CONCIENCIA DEL BIEN Y DEL MAL, se opone a que determinados contenidos del subconsciente puedan ascender a niveles conscientes y por consiguiente su acción represora actúa para dichos contenidos sigan reprimidos a nivel subliminal.

Transformación en lo contrario, posiblemente sea el mecanismo de defensa mas antiguo, tanto como el de los mismos instintos. Se trata de una vuelta del ser humano contra si mismo. Por ejemplo sentirse culpable cuando no lo es. Es algo que se aprecia en los hijos de los divorciados que para liberar a sus progenitores de la angustia de la fractura conyugal, consideran que ellos son los verdaderos culpables.

La represión es un mecanismo de defensa que tiene como finalidad expulsar del campo de la conciencia todo aquello que resulte doloroso o traumático para una persona, y mantenerlo reprimido a nivel inconsciente. Este mecanismo intenta conseguir que el individuo no sea consciente de todos aquellos contenidos que originan su disertar. Las ideas, pensamientos y deseos seguirán influyendo en la conducta del individuo; y podrán aparecer en sus elaboraciones oníricas, en sus actos fallidos o en determinados síntomas del trastorno que puede padecer.

La regresión, es un mecanismo de defensa que consiste en que en el desarrollo de su personalidad (sobre todo en la evolución de la psicosexualidad) la persona afectada por un trastorno psíquico retrocede a una fase anterior a la que había alcanzado. Esto se deviene a nivel inconsciente y el paciente no tiene poder para cambiar esta realidad tan compleja. Un ejemplo sería reproducir conductas infantiles en la edad adulta.

La introyección o identificación es un mecanismo de defensa consistente en la identificación y introyección de otro YO, para no tener que enfrentarse con la angustia que le supone aceptar su verdadera personalidad y sus características idiosincrásicas.

Formación reactiva es un mecanismo de defensa por medio del cual el individuo se enfrenta a conflictos emocionales, pensamientos y sentimientos que le resultan inaceptables y los cambia por otros que "le liberan", transitoriamente de la culpa.

Aislamiento, trata de un mecanismo de defensa típico de las neurosis obsesivas. En este tipo de trastorno predomina el pensamiento obsesivo-compulsivo, los actos ritualísticos y guarda una relación con la regresión a la fase sádico anal.

Anulación, consiste en la realización de un acto determinado, que produce angustia, con el fin de anularlo por otro que no la genere.

Sublimación, consiste en un mecanismo de defensa que transforme la energía reprimida en una realidad que no genere sentimientos de culpa. Este mecanismo funciona como reacción compensatoria en muchas supuestas vocaciones artísticas, religiosas, etc. En cualquier caso considero que es el mecanismo de defensa más deseable en la mayoría de los casos.

Proyección, mecanismo de defensa que consiste en atribuir a otros, y en general al mundo que nos rodea, motivaciones que se rechazan o no se reconocen en uno mismo. Se suele dar en personas que sufren delirios alucinatorios y trastornos paranoicos.

En la Biblia nos encontramos con todo tipo de trastornos psico-emocionales en los que se dan alguno o algunos de estos mecanismos de defensa.

Entre los personajes en los que podemos encontrar funcionando este tipo de mecanismos, estarían: Adán y Eva (después de haber sufrido su desestructuración amártica: utilizan la represión, la proyección y el aislamiento), Abran y Sara (proyección, anulación, formación reactiva y sublimación), David (represión, anulación, formación reactiva y sublimación).

Podíamos seguir con más ejemplos, pero considero que no es necesario. Cuando los mecanismos de defensa que consideramos más normales fallan y entonces entran en función los que denominamos psicopatológicos: Las enfermedades mentales, tales como trastornos del carácter y de la conducta, depresiones, trastornos histéricos, trastornos psico-somáticos, alcoholismo, toxicomanías y trastornos psicóticos de todo tipo.

En el próximo capítulo trataremos las psicosis como mecanismos de defensa frente a la angustia, especialmente psicosis por drogas y esquizofrenias.