

Las crisis existenciales del nuevo siglo

Ana Isabel Zuazu

Psicóloga de la Clínica de Rehabilitación de Salud Mental del Serv. Navarro de Salud.

Fabricio de Potestad

Jefe de Serv. de Psiquiatría y Director del Sector IA de S. Mental del Serv. Navarro de Salud.

Resumen

El narcisismo, la fobia social, la depresión y su consecuencia más grave, el suicidio, constituyen una variedad de problemas psicopatológicos muy comunes, que parecen estrechamente ligados, por lo menos en parte, al devenir socioeconómico de la civilización occidental. Sin pretender huir de los posibles factores neurobiológicos o genéticos involucrados en su génesis, nos hemos centrado especialmente en las formas de reacción clínico-adaptativas, derivadas de acontecimientos vitales desfavorables, no tanto en cuanto a su incidencia puntual, sino a su influencia socio-estructural. Esto es, describimos los tres trastornos adaptativos mencionados como formas existenciales del ser vinculadas a los problemas y características específicas del nuevo siglo.

Summary

Narcissism, social phobia, depression and the most serious of its consequences, suicide, constitute a variety of very common psychopathological problems which seem to be closely connected, at least to a certain extent, to the socio-economic evolution of western civilization. While not trying to disregard possible neurobiological or genetic factors involved in their genesis, we have focused specially in the different forms of clinical-adaptive reactions derived from negative life experiences, not so much in what relates to their immediate impact as their socio-structural influence. That is, we describe the three aforementioned adaptive disorders as existential forms of the individual linked to the specific problems and characteristics of the new century.

Palabras claves.- Narcisismo, fobia social, depresión, suicidio.

Key words.- Narcissism, social phobia, depression, suicide.

Introducción

Tras años de incertidumbre, el hombre moderno afronta el nuevo siglo con una sensación de inquietante angustia colectiva. El siglo XXI ha surgido bajo el impacto de la ciencia, la tecnología y el pensamiento racional. Fenómeno que ha obligado al ser humano contemporáneo a concentrarse en su yo individual y concreto, y a buscar la salvación en su conciencia subjetiva y en la realidad de su mundo interior, pero no en una forma abstracta y universalista a

la manera del idealismo, sino en una forma concreta, original y personal. El ser humano sabe que está ahí, simplemente, sin por qué, sin para qué, sin sentido ni finalidad. Se sabe un ser contingente, perfectamente gratuito, impulsado necesariamente a obrar, a desarrollar una actividad incesante, tendente a construirse a sí mismo en cada momento. El ser humano es consciente de que no es más que el conjunto de sus actos. Es un ser que se lanza libremente hacia un porvenir, solo y sin excusas, con total responsabilidad de lo que hace y



de lo que es, sin la posibilidad de encontrar valores o normas en un cielo inteligible, sin directrices ni en sí ni fuera de sí a las que aferrarse. Sin apoyo alguno ni socorro posible, está condenado a inventarse a cada instante.

El ser humano, cada vez más laicizado, se enfrenta a situaciones de riesgo que nadie en la historia había tenido que afrontar. Muchos de los riesgos e incertidumbres nuevos le afectan independientemente de donde viva y de lo privilegiado o marginado que sea: la mujer está entrando masivamente en el mercado laboral; la familia tradicional está amenazada; se está produciendo un calentamiento global del planeta; las tradiciones, como las vinculadas a la religión, experimentan grandes transformaciones; un fundamentalismo violento nace precisamente en un mundo de tradiciones en derrumbe; el miedo a ser objeto de ataques terroristas se extiende por todo el mundo, mientras el bioterrorismo configura un nuevo frente de intimidación internacional; y, finalmente, un nuevo orden mundial se está instaurando ligado a la globalización política, informativa, tecnológica y cultural, además de económica. Tras años de angustia existencial y de náusea sin esperanza, un fuerte estado transnacional, integrado por el Banco Mundial y el Fondo Monetario Internacional, rigen los destinos de un mundo cada vez más exigente y competitivo. El hombre no es ajeno al carácter profundamente cambiante, inexorable y trágico del nuevo siglo, al que mira con recelo y lo percibe como una amenaza. Unos pocos triunfan, algunos se adaptan, pero la mayoría sucumbe.

Características del nuevo siglo. *El mundo tiene prisa y se aceca a su fin*, dijo un arzobispo llamado Wulfstan en un sermón pronunciado en York, en el año 1014. Hoy es fácil imaginar estos mismos presagios, pues hay buenas razones para pensar que atravesamos por un periodo crucial de transición histórica. Al objeto de evitar extendernos de forma innecesaria, nos vamos a limitar a enumerar las características más relevantes que conforman el perfil del siglo XXI.

- Nuevo orden mundial.
 - Extensión planetaria del capitalismo.
 - Globalización de la política, tecnología, cultura, información, comunicaciones, además de la economía.
- Libre comercio.
- Pérdida de soberanía de los estados y naciones.
- Aparición de un fuerte estado transnacional integrado por el Banco Mundial y el Fondo Monetario Internacional.
- Resurgimiento de los nacionalismos locales como respuesta a las tendencias globalizadoras.
- Empobrecimiento insostenible del tercer mundo.
- Incesante flujo de inmigrantes legales e ilegales.
- Mercado laboral.
 - Incorporación masiva de la mujer al trabajo.
 - Incremento del trabajo eventual.
 - Empleo precario.
 - Movilización y inestabilidad del empleo.
 - Paro.
 - Mayor división del trabajo y aparición constante de nuevas subespecialidades.
- Medio ambiente.
 - Efecto invernadero y cambio climático.
 - Deterioro de la capa de ozono.
 - Lluvia ácida.
 - Desertización de amplias zonas del planeta.
 - Disminución de la biodiversidad.
 - Contaminación atmosférica de los mares y de las aguas continentales.
 - Contaminación acústica.
 - Crecimiento sostenible como nuevo paradigma del desarrollo.
- Ciencia y tecnología.
 - Consolidación de la Informática.
 - Expansión de Internet.
 - Descubrimiento del genoma humano.
 - Ingeniería genética.
 - Fertilización in vitro.
 - Clonación.
 - Descubrimiento de un nuevo estado de la materia por condensación.
 - Teoría del Big Bang sobre el origen del universo.
 - Descubrimiento de los agujeros negros, probable destino apocalíptico de toda materia.
- Comunicaciones.
 - Telefonía móvil.
 - Correo electrónico.

- Política.
 - Tendencia al bipartidismo.
 - Sustitución de la política de confrontación por la de consenso.
 - Convergencia en materia política, económica y social por parte de los partidos políticos que se alternan en el poder.
- Organización de los partidos políticos como potentes empresas de gestión económica y de administración eficiente de los recursos públicos.
- Religión.
 - Retroceso de las creencias.
 - Destradicionalización de la sociedad.
 - Avance de la racionalidad.
 - Irrupción del integrista, fundamentalismo y teocracia, como respuestas al retroceso de la religiosidad.
- Familia.
 - Familia tradicional amenazado.
 - Aceptación creciente de la homosexualidad.
 - Mayor frecuencia de la cohabitación.
 - Mayor incidencia de la separación y el divorcio.
 - Descenso de la natalidad.
 - Aumento de la esperanza de vida.
 - Igualdad y libertad sexual.
- Una nueva forma de guerra.
 - Armamento altamente sofisticado frente a quimio y bioterrorismo.
 - Enemigo invisible.
 - Choque de civilizaciones: judeocristianismo versus islamismo.
 - Reacciones básicas de terror de alto poder de contagio.
 - Quiebra de la supuesta invulnerabilidad de los EEUU, garante de la civilización occidental.

Formas de derrumbe existencial

Tres formas de desmoronamiento existencial parecen haber cobrado una relevancia especial en este siglo que nos ha tocado vivir: la necesidad de ser más, el temor de ser y la renuncia a ser.

• **La necesidad de ser más**, pretender incrementar a toda costa la identidad personal, ese núcleo diferenciado y original del que nadie participa, sabiendo que el Yo no es más que una leyenda épica, una lucha por hacerlo realidad, o al menos creíble, es una pasión inútil y peligrosa.

Cada ser humano apenas tiene un cierto parecido consigo mismo, pues no es otra cosa que el resultado de una sucesión de enajenaciones, esto es, su propia mentira. El ser humano es tan sólo un hacerse, un devenir y ninguna mismidad. La gente común, en el curso de su existencia, no busca un cambio radical de su historia personal, sino que se conforma con una adecuación al instante presente, que le permita vivir conforme al estándar social establecido, sin evocar ni un ápice de extrañeza u originalidad que le sitúe fuera del ámbito de sus semejantes.

Sin embargo, la abrumadora humillación y descalificación a la que sistemáticamente se ve sometido el ser humano desde su más temprana edad, debida a las exigencias desproporcionadas de una pedagogía apologetica de la devastadora sociedad competitiva, termina por abrir una profunda herida en los cimientos de su autoestima, que le impele a perseguir con patética falta de pudor la reparación de su erosionada personalidad. El egocentrismo contemporáneo, la insolidaridad, la competitividad salvaje, la falta de compasión y, en definitiva, el desamor causan la imperiosa necesidad de ser más, más de lo que realmente se es y se puede llegar a ser. La ideología popular es, sobre todo, la búsqueda desesperada del éxito a corto plazo y a cualquier precio. Las masas han sido educadas para idolatrar el progreso material, el principio de rendimiento y eficiencia, la categoría del éxito, la fama, el poder y la riqueza por encima de cualquier consideración moral. Todo parece valer en esta estúpida carrera por instalarse en la erótica del dinero y del prestigio. En esta sociedad fascinada por el renombre, indiferente a cuán débil y efímera pueda ser la arquitectura de la celebridad, el necesitado de ser más sólo necesita dejarse arrastrar por la arrogancia generalizada y auparse por sorpresa sobre la espalda de los demás.

Hace unas décadas, el **narcisismo** era tan sólo el problema de un puñado de personas que habían sufrido por defecto o por exceso un grave daño en su autoestima, producido por las severas descalificaciones por parte de sus progenitores o por haber sido colmados de una excesiva admiración y reconocimiento. Hoy es un mal cada vez más generalizado. Las exigencias de la era de la globalización económica son tan des-

proporcionadas, que los seres humanos desde su nacimiento llevan grabada en su piel la fecha cercana de caducidad. El sentimiento generalizado de inutilidad y brevedad que les invade, quiebra con facilidad las bases de su personalidad. Después, ponen en marcha una estrategia encaminada a disimular el insufrible sentimiento de inferioridad, precariedad y fugacidad, presentándose ante la sociedad con una máscara de autosuficiencia y superioridad, que tiene como objeto buscar, con vergonzante mendicidad, el aplauso y el reconocimiento de los demás, en un intento desesperado de supervivencia.

Este tipo de ser humano se muestra vanidoso, esclavo de un anhelo de notoriedad permanentemente insatisfecho y de una penosa sensación de insuficiencia general que le empuja a perseguir la adhesión incondicional de sus semejantes. Sin embargo, los momentos estelares de su vida, cuando su vanidad se ve al fin colmada, son tan fugaces, que sólo representan instantes que van de la nada a la nada. Su propia estima es tan frágil que depende de la admiración que los demás le profesen. Necesita ocupar un lugar de privilegio en la mente de sus amigos, de su pareja y de sus compañeros de trabajo; le urge creerse capaz de ocupar puestos de responsabilidad; precisa ser el héroe en los momentos más difíciles; desea sentirse único, diferente y superior a los demás; tiende a rodearse de mediocres aduladores, porque le hacen sentirse importante. Pasa por humilde, por virtuoso o por pacífico, para resultar atractivo a los demás y así conquistar su admiración. Sólo así puede quererse y aceptarse. Depende pues de la constante aprobación de sus congéneres, que son los que dan testimonio de su propia valía. Es mendigo del elogio y sin él no vale nada. Si el suministro de adulaciones le falla, se desmorona y cae en una profunda depresión. Entonces, le invade un total desinterés por todo lo que le rodea y huye de la presencia de los otros seres humanos como de la peste. Es incapaz de amar ni de interesarse sinceramente por nadie ni por algo. Sólo le interesa la gente, el trabajo o las causas nobles, si le sirve para promover su propio prestigio. El anhelo de ser reconocido es, sin embargo, errante. Da igual que sea en esto o aquello. Lo que importa, en última instancia, es que, cuando se deci-

de a desplegar su capacidad en algo concreto, exista la posibilidad real de recibir rápidamente la admiración pretendida, pues la vital necesidad de ser más es muy impaciente. Él, por el contrario, se muestra ingrato y poco proclive a reconocer las cualidades de sus semejantes. Si fracasa, termina por odiar a todos los que decaen en el elogio y a todos los que osan ignorarle. Envidia a todos aquellos que brillan con luz propia, y los envidia de forma solapada y abyecta, lo cual devora día a día lo más indefenso de su personalidad. En su interior no participa de nada, tan sólo finge apasionarse. Los problemas, el dolor y el sufrimiento de sus congéneres son cosas por las que sólo se interesa para sacar provecho.

Vive, sin embargo, en el horror a la soledad, sombría como las tinieblas, que amenaza por sofocar sus pretensiones estelares. Su estrellato, empero, es superficial: prefiere mirarse en las aguas de un estanque, pues su reflejo es más difuminado, irreal, temeroso e indulgente, lo cual hasta le permite idealizarse; que mostrarse ante el espejo real, implacable taller de desguace de autoestimas, que le devuelve una imagen cruda y sin clemencia, y le conduce irremediamente al fallecimiento de la ilusión de ser más que los demás.

No le gusta llevar una vida rutinaria. La rutina está bien para la mayoría de los mortales, pero no para él. Antes prefiere nutrir su biografía de quimeras, de historias inventadas y personajes irreales, que conformarse con una realidad mediocre y prosaica. Su vanidad irrestricta, su pretenciosidad centrada en sus atributos y éxitos, el exhibicionismo constante de sus excelsas cualidades, el irritante brillo de su talento personal y sus exageradas aspiraciones, esconden, no obstante, la dramática necesidad de aceptarse solamente bajo una forma ideal de ser. De ahí, el ánimo depresivo y la rabia apenas contenida que muestran como respuesta ante sus propias limitaciones, el fracaso, la crítica y la indiferencia de los demás.

Su tragedia alcanza su cenit cuando su insuperable necesidad de ser más que los demás, única fuente de satisfacción, le lleva de forma irremediable a revalidar constantemente sus supuestas elevadas capacidades ante los demás, mediante una desenfrenada y agotadora carrera por



sobresalir, falsificando incluso su propia historia, si el guión lo exige. Su drama comienza precisamente ahí, cuando se da cuenta de que no le basta con percibirse él mismo como una persona importante, sino que requiere de forma desgarradora que los demás le vean como él mismo se imagina. Y cuando esto no acontece, hecho que ocurre con relativa frecuencia, la perentoria necesidad de restañar su herida narcisista y recuperar su autoestima, le conduce a crueles y retorcidas venganzas, en un tortuoso intento de demostrar su omnímodo poder.

¿Quién puede resistirse a reconocer la santidad de una persona abnegada, generosa, humilde y devota, aunque sea interiormente mezquina? ¿Quién va a negar el voto a un entusiasta político que promete modestamente subvertir el orden de las cosas y proceder a un equitativo reparto de la riqueza, sin despeinarse y sin hacer retórica de los primos del mercado?

La necesidad de ser importante, que tiene, en principio, como destinatario a sus seguidores y después, a cuantos más mejor, acaba resonando ensordecedoramente en su desasosegado mundo interior y en su mediocre e inaguantable realidad que se niega a admitir. Si tiene que elegir entre la verdad y su excelsa quimera se queda indudablemente con su impostura.

Al final, todos los esfuerzos y amagos del narcisista se van enfriando por entropía natural, por el cansancio del mismísimo vivir y porque las aspiraciones absolutamente frustradas y no reconocidas dejan una flojedad psicológica difícil de superar. Al fin y al cabo, el deseoso de notoriedad es en realidad un ser humano gris y con escasos matices, que no se sale de lo común, pero que vive en un mundo totalcapitalista, bucanero y salvaje.

• El temor de ser

No cabe duda de que la vida es difícil y cada vez más exigente. Está, sin duda, llena de injusticias y sinsabores. Ante unas y otras, el ánimo, frecuentemente, se encanija y vacila.

La salvaje competencia, amparada en la racionalidad económica del sistema capitalista, toma con la globalización proporciones inquietantes, y quiebra con relativa facilidad a los seres humanos independiza-

dos de forma provisional y tan sólo en apariencia del ambiente familiar. La inmadurez y la dependencia irresuelta pasan pronto factura. Si el Yo no es más que una herencia con denominación de origen, un montón de deudas, una mediocre imitación, un producto *prê orter* o, en definitiva, el resultado de una lectura deformada por la propia subjetividad de cada uno; la identidad del temeroso de ser o **fóbico social** arriba patéticamente a la noción de conformismo. Si como decía Freud: *la felicidad es la satisfacción de un deseo prehistórico*, la dicha del que no se atreve a ser él mismo, se apaga en la infranqueable contraposición entre su deseo y la realidad amenazadora.

El temeroso de ser se siente, en efecto, obstaculizado en su despliegue personal por una angustia irracional e invencible hacia el complejo entramado social. Sin embargo, la sociedad, de acuerdo con el sentido común, no debería provocarle tal temor. Él es, empero, racionalmente consciente de que su miedo es injustificado, pero sin que por ello consiga vencerlo. El encuentro con la situación temida es, por lo tanto, ciego: el fóbico no afronta realmente la escena que es fuente de angustia tal y como es, sino que la distorsiona con siniestras proyecciones procedentes de su inconsciente, creando en torno a ella un mito destructivo, que no es capaz de mirarlo frente a frente, y en el momento preciso, cuando intuye cercana su presencia, se recluye en el efectivo baluarte de la evitación, que, en definitiva, no es otra cosa que negarse a una verificación de la realidad para que así sobreviva el enigma.

El miedo a ser se basa siempre en la inseguridad del sujeto sobre su posible manera de reaccionar. En este punto guarda el fóbico una estrecha relación con el narcisista, pues lo que en realidad le paraliza no es la situación temida en sí misma, sino el miedo a la inadecuada e inadmisibles respuesta que podría dar en el caso de verse obligado a enfrentarse con el objeto de su temor. Encierra pues un miedo irreductible al ridículo y al subsiguiente sentimiento de humillación. Dicho de otra manera, el fóbico no puede permitirse el lujo de que se ponga en evidencia su posible inferioridad. El fóbico es un narcisista que no se atreve a serlo.

Así pues, el temeroso de ser él mismo es un ansioso con una intensa preocupación

acerca del control racional e inteligente con el que cree que debe afrontar las situaciones que le horrorizan y que podrían poner en entredicho su dignidad y su capacidad de control emocional. En el fondo, lo que teme es el resultado catastrófico de una liberación imprevista e inadmisibles de sus deseos inconscientes. El fóbico es pues necesariamente un reprimido, además de ser un inseguro.

El temor de ser uno mismo nace de la ineluctable tendencia a encerrar los deseos más recónditos en una razón entendida como represión, orden, normalidad y moral. La fobia social es, en este sentido, una negación del derecho de desear. El fóbico aparta de su consciencia todos aquellos afectos, emociones e instintos inaceptables, e intenta abolirlos con tal rigidez que quedan cautivos en el inconsciente, pero con tal fuerza perturbadora que parecen una olla a presión a punto de estallar. El control de los deseos a los que ha negado el derecho de existencia es difícil, hasta el punto de que éstos pugnan constantemente por emerger y arrastrarle hacia conductas que teme sean repudiadas por su entorno, y en particular por las personas de autoridad.

El deseo, que la represión ha separado de su representación simbólica por miedo al repudio, queda libre en forma de angustia, la cual es elaborada y ligada a numerosas situaciones sociales. Además, el fóbico tiene interiorizado un orden moral tan rígido, persecutorio y destructivo, que necesita re proyectarlo y ubicarlo fuera, donde lo percibe amenazador, formándose mediante este complejo mecanismo las situaciones temidas, que incluyen tanto el deseo como su recusación. Quedan así estranguladas sus posibilidades de un desenvolvimiento social satisfactorio.

El fóbico se siente sofocado en sus iniciativas y empobrecido en sus posibilidades personales. Evita mirar cara a cara, pues su escasa seguridad queda en evidencia. No le gusta que le observen mientras desarrolla una actividad que no domina, ni ser objeto de críticas ni de comentarios chistosos. Se retrae, se refugia en un mundo imaginario, no atiende a las solicitudes de los demás y parece ensimismado.

Hablar en público tiene para él connotaciones apocalípticas, supone un apunte dramático, urgente y dantesco. Las palpitacio-

nes, el temblor, la sudoración y una inoportuna sequedad de boca acuden a la cita con puntualidad inglesa y atenazan implacablemente su discurso ante la mirada escrutadora del público.

La valoración que hace de sí mismo es baja y tiende, por ello, a considerar a los demás como críticos despiadados, por lo que opta por el laconismo en cuanto intuye la presencia de un semejante. Odia a los demás, pues problematizan más aún su vida, que ya de por sí es una angustiosa incógnita. Se siente incómodo ante las figuras de autoridad. No es extraño pues que adopte frente a ellas una actitud sumisa e incluso suplicante.

Nunca se atreve a negarse a nada ni protesta si cree ser víctima de un engaño. Es un artista de la resignación, un especialista en la aquiescencia y un mártir sin causa. Ejerce sus derechos ciudadanos con timidez, de puntillas y sin hacer ruido, pidiendo perdón por el atrevimiento.

Es más espectador que actor de su propia biografía. Dubitativo ante las exigencias cada vez mayores de la vida social y laboral, se muestra huidizo de los compromisos y responsabilidades.

Inseguro y dependiente, el temeroso de ser exterioriza una queja permanente en forma de cansancio crónico, ansiedad y temor a la soledad, nacida de un agrietamiento de su frágil estructura psicológica; derivada, a su vez, de la frustración producida por su insignificancia existencial, que choca frontalmente con un mundo extremadamente complejo.

Prefiere hablar por teléfono o expresarse por escrito que enfrentarse a la hostil mirada del otro. Alérgico a la burocracia, detesta ir a las ventanillas de la administración pública, sobre todo si va con la razón, pues teme no saber defender sus intereses y quedar además como un imbécil.

Vive las relaciones interpersonales como conflictos inevitables que provocan la necesidad de protegerse de ellas. De ahí, la urgencia de enviar su cuerpo adecuadamente vestido a luchar contra los elementos, mientras su propio Yo queda en casa bien arropado.

Está de tal modo habituado a temer el ridículo, la crítica o la desaprobación, que su mirada, su voz y sus gestos, contra su voluntad, expresan un miedo irracional ante la proximidad de cualquier potencial



adversario. Es una de esas patéticas personas cuyo principal problema consiste en protegerse de los demás. Es rígido, cauteloso, silencioso si es necesario, receloso siempre e incapaz de mostrarse natural y confiado. Ante el prójimo su escasa espontaneidad se pierde y su despreocupación termina.

Parece resignado con el espacio logrado. No siente demasiada curiosidad por lo que rebasa la línea de su horizonte, pues teme a lo que puede haber más allá. Insiste una y otra vez en lo conocido, en un inamovible recorrido dentro del repertorio de lo consuetudinario. Sus iniciativas se reducen a la consumación de recorridos harto repetidos y familiares, en un marco social atestado de temores injustificados, del cual sólo emerge hacia destinos estrictamente previstos. Y si traspasa este umbral, no lo hace sin la presencia de su acompañante habitual-objeto contrafóbico-, con quien mantiene una estrecha relación dependiente, inmadura y cargada de agresividad, que incluso puede llegar a ser sádica.

Como todo solitario tiene una gran vocación de masas, vive y sobrevive rodeado de gente, aunque sea imaginaria. Hace las cosas para que lo quieran los demás, y también para que le odien un poco, que el odio bien llevado acompaña mucho.

En fin, en esta sociedad darwiniana, en la que hasta para comprar el pan se necesita una Anfetamina, lo que se lleva es temperamento, mucho temperamento, una cosa que ya inventaron los románticos.

• La renuncia a ser

El opulento mundo desarrollado vestido de volantes de billetes y adornado con abalorios de monedas, vive inmerso en una danza de flujos financieros y de capitales, en un baile de oro y piedras preciosas, en un frívolo ritual de dinero. Por mor de la riqueza se vive en un permanente conflicto, enfrentados unos contra otros. Todos contra todos. De esta forma, el estrés producido por la feroz competencia ha alcanzado una magnitud de tales proporciones que no es extraño que haga estallar a un número cada vez mayor de personas. Son los mártires del andamiaje capitalista, los que ignoran dónde está Wall Street. Las aturridas calles de las ciudades están llenas de hombres y mujeres incapaces de seguir el

ritmo desenfrenado propio del crecimiento material y tecnológico. Llega un momento en el que la marea humana, impregnada de olor a fatiga social, se ve desbordada y, tras una titánica lucha por mantenerse de pie en su frágil peana freudiana, repleta de complejos, termina por claudicar. Su mundo se convierte en un pequeño rincón sin luces. Su horizonte se pliega y se centra sobre un punto único y trágico: la muerte.

El mundo occidental acostumbra a utilizar las fiestas, los banquetes, los regalos, las vacaciones, los homenajes, los premios, los juegos, las bromas, el humor e incluso el sexo, para reactivar y mantener el clima eufórico que la sociedad considera aceptable. Sin embargo, el estable bienestar, que lógicamente se deriva de un empleo estable y de una justa distribución de la riqueza, se excluye paradójicamente como estímulo apropiado para producir alegría. Los ricos, en consecuencia, son cada vez más ricos y los pobres cada vez más numerosos. Y para qué nos vamos a engañar, los pobres de solemnidad, no están para saraos y cuchipandas, pues la miseria no se festeja.

Cuando el desmoronamiento personal es vivido como un hecho lógico y comprensible, como ocurre ante un desengaño amoroso, el sujeto es consciente de que puede salir de su estado de crisis; pero cuando la **depresión** viene marcada por la soledad, las desgracias, las enfermedades, el desempleo o el trabajo eventual, las inhumanas condiciones de trabajo o la insoponible turbiedad laboral; cuando el futuro está desprovisto de perspectivas, la fractura vital asume características estables. Si en un principio, la crisis se atribuye a las miserables condiciones de vida, pasado un tiempo, el deprimido llega a convencerse de que es, en realidad, un perdedor, un fracasado que no ha sabido luchar con el suficiente coraje, y se encierra en una clausura autopunitiva.

A partir de este momento, la vida se convierte para él en un abismo de dolor; el tiempo se detiene y eterniza; la idea de tener que soportar un día más le asusta: no consigue imaginarse cómo conseguirá llenar unas pocas horas que se le antojan vacías, inútiles y desprovistas de sentido. El desazonado y pequeño hombrecillo que, lejos de aspirar a una vida regalada, sorprendente y atractiva, tan sólo buscaba un

insignificante lugar en el planeta, un rinconcito donde vivir con dignidad, se da cuenta, de pronto, de que su existencia es incolora, uniforme y petrificada. Privado de creatividad e incapaz de formular proyectos concretos, percibe que está escribiendo la página más inútil de su vida. Se ve, por ello, obligado a replantearse de forma urgente, profunda y radical su relación con la sociedad y consigo mismo, sin embargo, cuando experimenta sobre su propio pellejo la dureza e inutilidad de sus afanes contestatarios, se torna, tras los primeros embates, manso hasta la impertinencia. Se encoge hasta hacerse diminuto y entonces, cuando ya no ve salida alguna, sucumbe y da todo por concluido. ¿Qué puede esperar de la degradación de la generosidad, la solidaridad y la compasión, magnitudes óptimas para la vida del ser humano, sino el colapso personal? Su suerte está echada.

Después, vaga entre tinieblas buscando algún camino que modifique su deprimido y afligido estado de ánimo, que si por algo se caracteriza es por su arrasadora esterilidad. Con el pensamiento ralentizado, la despensa casi vacía de ideas, la memoria jadeante y asmática, la concentración en Babia, el sexo a punto de desencuadernarse y una congoja devastadora, es incapaz de dar un paso adelante ni siquiera para acostarse.

Si sus aspiraciones están suspendidas, sus obligaciones, desterradas: hacer la compra, arreglar la casa, hacer la comida, asearse, ver la televisión, ir al cine, leer la correspondencia o salir a tomar un café, suponen un dispendio que no puede permitirse.

Su vida es ciertamente esquinada, sombría y gélida. Nada le colma de satisfacción y nada le divierte. Lo que antes, en algún momento, le arranca instantes de felicidad, ahora no es capaz de procurarle siquiera un efímero destello de alegría. Le embarga una tristeza inmensa y torturante. El reloj vital se detiene y el espacio se espesa: ya no camina, reptar. El temor viene de todas partes y de ninguna; espera lo peor, lo que le hace estar al acecho, insomne una noche tras otra.

Una corriente fría y lacerante se le cuela por todos los poros de su piel hasta producirle un extraño sentimiento de culpabilidad, tan asfixiante como innecesario. Así, sin un juicio justo, rebajado y humillado, es

condenado a una existencia sin aliento vital; después, melancólico, abatido y agotado, se siente como un reo que presiente cercano el patíbulo.

Hay momentos en los que se resigna a la muerte, la llega a desear, se da por muerto, pero algo esencial falta: el grito final, el estremecimiento definitivo, el sentido último de lo irreparable, la autenticidad de la muerte misma.

Aturdido, inmóvil y con el corazón enajenado, nada tiene ya para él resonancia emocional. Sus afectos no pueden ser proyectados en ninguna de las múltiples direcciones posibles. La ilusión y la esperanza se derrumban conjuntamente. Presiente confuso que se halla ante un extraño umbral de sombras, tras el cual le acecha la nada.

La depresión llega a ser espantosa. Una sensación atroz, una descomposición del espíritu y un horrible espasmo del pensamiento, estallan finalmente en un llanto incoercible y angustioso. Cuando, presa del desaliento y ausentes las metas y, con ellas, las razones de la existencia, las fuerzas se agotan y el deseo se disuelve, el pensamiento se orienta unidireccionalmente hacia la muerte. Hasta pierde el apetito, se desnuda, y el cuerpo, poco a poco, se consume. Es la muerte, precisamente, la que puede poner fin a una vida miserable, sin sentido, sin objeto alguno y sin actitud digna y erguida. La muerte se convierte en el único deseo. Llega un momento en el que no le es posible aferrarse a la vida a toda costa y a cualquier precio, no puede exigirse aguantar lo insoportable. El sufrimiento forzoso y acentuado choca frontalmente con su maltrecho decoro, y si no puede hacer nada, si no puede cambiar las cosas, si se encuentra con unas circunstancias que ni ha creado ni puede modificar: ¿qué otra cosa puede desear más que su propia muerte? Cuando no puede más, la muerte le parece la única elección posible. La fatiga se hace irreversible y una inquietud difusa se apodera de él. El cuerpo le tiembla y un sudor frío le empapa la piel. Instantes después, los somníferos o un soga eficazmente anudada al cuello siegan su vida definitivamente. Inicia un insensible y delicado viaje hacia una profunda oscuridad tranquilizadora, sin fondo ni distancias, sin puntos de referencia, vacía e insonorizada, interminable e irreconocible y, sin embargo, familiar. Una sima absur-



damente lógica. Pierde la sensación de su cuerpo, es testigo de su caída, deshaciéndose, disolviéndose y desapareciendo de su propia mirada. Se aleja, duerme en la indecisa frontera de la nada, desprovisto de palabras y deshabitado de recuerdos. La huella de su identidad, tenue y evanescente, casi imperceptible y remota, va desapareciendo de umbral de la consciencia y desflecándose insensiblemente hacia la nada. El **suicidio** se ha consumado. Ha renunciado para siempre a ser. Éste es, *velis nolis*, el final de muchos desheredados de la tierra de promisión.

Conclusiones

Se pueden extraer tres conclusiones de lo expuesto anteriormente:

-El mundo actual es cada vez más intrincado, competitivo y exigente.

-A esta dificultad creciente, sólo podrán adaptarse los mejor dotados y más preparados.

-Los más vulnerables sucumben víctimas de importantes desajustes adaptativos. En efecto, la vorágine de cambios tan profundos y sobre todo vertiginosos, han determinado la conformación de un mundo cada vez más complejo, desafiante, competitivo e inflexible. El mundo en que nos encontramos hoy en vez de estar cada vez más bajo nuestro control, parece fuera de él. El progreso de la ciencia y la tecnología parecían augurar una vida más segura y predecible para la humanidad, sin embargo, hemos podido constatar que tienen a menudo el efecto contrario. La inseguridad y la incertidumbre impregnan el futuro de la condición humana. El ser humano parece un pímeo zarandeado por las fluctuaciones de la economía mundial, los riesgos ecológicos, los incesantes cambios tecnológicos, el exceso de información que debe procesar y por la pérdida de valores: lo que ayer parecía venerable y digno, de la noche a la mañana, parece pintoresco o incluso ridículo. La humanidad no ha tenido tiempo para adaptarse a las bruscas y potentes transformaciones que se han producido a su alrededor. Este desajuste exige un titánico esfuerzo adaptativo, que sólo los mejor dotados van a poder realizar. Quizá estemos asistiendo al nacimiento del superhombre de Nietzsche. Mientras, los más

desafortunados sucumben en la profundidad de su desgracia y avanzan por el nuevo milenio con la incertidumbre de quien avizora un abismo.

Independientemente de la vulnerabilidad individual derivada de anomalías genéticas, de experiencias traumáticas precoces o de daños neurobioquímicos, la explosión de contradicciones lentamente acumuladas y durante demasiado tiempo irresueltas, determinan un viaje al sufrimiento, que termina por desencadenar una situación de crisis existencial de mayor o menor envergadura y duración, en muchos casos tan persistente, que adopta la forma de reacciones del ser frente a un mundo hostil. No se trata pues de excrecencias casuales del psiquismo, y tampoco de fortuitos giros viciosos a lo largo de la línea de la propia biografía: son, por el contrario, parte integrante y significativa del acontecimiento humano en una vida concreta, de una época histórica determinada y de una estructura socioeconómica bien definida. El ser humano, esa cosa tan insignificante y transitoria, tan reiteradamente aplastada por catástrofes y guerras, tan cruelmente puesta a prueba por enfermedades y muertes de seres queridos, se enfrenta ahora a una sociedad virtual que le aleja del corazón de las cosas y le hunde en una indiferencia metafísica que le hace olvidar el latido de la vida. Es la crisis de una concepción del mundo y de la existencia. En nuestra experiencia, tres han sido las posiciones existenciales identificadas como respuesta a esta difícil encrucijada de la historia: la necesidad de ser más, el temor de ser y la renuncia a ser.

Únicamente los valores del espíritu nos pueden salvar de la catástrofe que amenaza la condición humana.

Dirección de contacto:
Fabrizio de Potestad Menéndez
 Sancho El Fuerte, 69 bis, 5° C
 31007 Pamplona.
 Tel: 948 25 63 65
 Móvil: 676 684 908
 E mail: fabdepopa@latinmail.com



Bibliografía:

- Andreas-Salomé, L., "El narcisismo como doble dirección" Tusquets Editores, 1982
- Angley, N., "The phenomenological study of 90 patients with panic disorder," *Psych Dev*, 1989; 3, pp.187-209
- Bleichmar, H., "El narcisismo" Ediciones Nueva Visión, 1982
- Berkowitz, L., "Suicide self directed hostility" *Reading in Psychology and Human Experience*. Glencoe Press, Londres, 1974
- Cox, B.I., "Suicidal ideation and suicide attempts in panic disorder and social phobia" *Am J Psychiatry*, 1994, pp. 882-887
- Chomsky, N., "El nuevo orden mundial" Ediciones Grijalvo, Barcelona, 1996
- Davidson, J.R.T., "The Boundary of social phobia" *Arch Gen Psychiatry*, 1994, 51, pp.975-983
- Deleuze, G., Guattari, F., "El antiedipo" Barral Editores, Barcelona, 1974
- Deshaies, G., "Le suicide" *Enc. Med. Chirurg. Psychiatrie I*, 371 40 G-10, 1955
- Fyer, A.J., "A direct interview family study of social phobia" *Arch Gen Psychiatry*, 1993, 50, pp.286-293
- Freud, S., "Introducción al narcisismo" *St. Ed; Vol XIV*, p 77
- Hippius, H., "Das depressive Syndrom" Urban and Schwarzenberg, Munich, 1964
- Kierkegaard, S., "El concepto de la angustia" Espasa Calpe, Madrid, 1967
- Laín Entralgo, P., "Qué es el hombre" Ediciones Nóbel, Oviedo, 1999
- Laín Entralgo, P., "Esperanza en tiempo de crisis" Galaxia Gutemberg, Barcelona, 1993
- Sartre, J.P., "El Ser y la Nada" Editorial Losada, Buenos Aires, 1976
- Sartre, J.P., "Crítica de la razón dialéctica" Editorial Losada, Vol I, II, Buenos Aires, 1963
- Sartre, J.P., "Bosquejo de una teoría de las emociones" Alianza Editorial, 1987
- Steiner, G., "La barbarie de la ignorancia" Taller de Mario Muchnik, Madrid, 1999
- Stevenson, L., "Siete teorías de la naturaleza humana" Ediciones Cátedra, Madrid, 1974
- Yllá, L., "Las fobias desde el punto de vista psicoanalítico" *Rev Symposium sobre Neurosis fóbicas*" Bilbao, noviembre 1973, pp. 51-56