

# LITERATURA, EXPRESIÓN PSICOPATOLÓGICA Y ESPIRITUALIDAD

## II JORNADAS DE HUMANISMO SANITARIO DE SEVILLA

“ARTE Y PSIQUIATRÍA”: LA ENFERMEDAD MENTAL EN EL ARTE Y LA LITERATURA

### I. Introducción

Tres conceptos se aúnan en nuestro título. La creación literaria siempre ha sido frecuentísima ocasión para expresar el propio estado normal o patológico. Y a la vez ha supuesto un medio excelso para mostrar las propias vivencias espirituales ascéticas o místicas. Amplísima resultaría una aproximación a la literatura que conecta con los dos ámbitos antropológicos citados. Hemos seleccionado cuatro fragmentos como muestra de diversos momentos históricos de nuestra civilización para con ellos mostrar la manifestación psicológica y psicopatológica del alma humana abatida por el peso de la vida y el dolor, así como la reacción biopsicosocial que en tales circunstancias puede llegar a provocarse. Sorprende la maestría con que se descubren y describen los entresijos del consciente y del inconsciente de la persona y de su actitud y su conducta cargadas de una libertad que engrandece, ennoblece y responsabiliza.

### 2. La Depresión de Antíoco IV Epífanés

Hace unos años me sorprendió, al escuchar una de las lecturas de la Misa de un sábado de la XXXIII Semana del Tiempo Ordinario, el relato de un cuadro depresivo cargado de precisión y sentido clínico. Posteriormente encontré un comentario al respecto en “**Depresión: Actualización psicológica de un problema clínico**” de A. Polaino-Lorente (Ed. Alhambra). Y al preparar estas páginas lo incluyo como el posiblemente más antiguo relato de un acontecimiento depresivo. El Libro I de los Macabeos forma parte de la Sagrada Escritura (Antiguo Testamento). En su capítulo 6, versículos 1-17 se describe a modo de relato, y recoge “a modo de autoinforme” la derrota, enfermedad y muerte de Antíoco IV, rey de Siria durante los años 175 a 164 a.C. En el Libro II Macabeos, 9,1-29 se muestra otra versión de los hechos, diferente y complementaria, exponente de cómo se recibe en Jerusalén la noticia que relatamos. Su estudio conjunto requeriría la apelación a los exégetas y escrituristas. Pero leamos el texto bíblico (I Macabeos, 6, 1-17):

“Mientras el rey Antíoco recorría las regiones septentrionales, se enteró de que en Persia estaba la ciudad de Elimaida, famosa por sus riquezas, por la plata y por el oro, y que tenía un templo riquísimo donde había armaduras de oro, corazas y armas dejadas allí por Alejandro, hijo de Filipo, el rey macedonio que reinó en primer lugar sobre los griegos. Se dirigió allí con la intención de apoderarse de la ciudad y saquearla, pero no pudo porque su plan fue descubierto por sus habitantes, que le

presentaron batalla obligándole a huir. Y tuvo que marcharse de allí con gran tristeza, y regresar a Babilonia. Durante su estancia en Persia llegó un mensajero para comunicarle que las tropas enviadas a tierra de Judá habían tenido que replegarse; que Lisias había ido primero con un poderoso ejército, pero que había tenido que batirse en retirada ante los judíos; que éstos se habían reforzado con armas, con tropas y con el ingente botín de los vencidos; que habían destruido la abominación erigida sobre el altar de Jerusalén, y que habían fortificado con altos muros el Santuario tal como estaba antes y Bet-Sur, ahora ciudad suya. Cuando el rey escuchó estas noticias quedó atónito, preso de una gran conmoción. Se acostó, sumergido en una gran tristeza, porque las cosas no habían sucedido como él deseaba. Permaneció así durante algunos días, pues su abatimiento se iba haciendo mayor, y vio que se estaba muriendo. Entonces llamó a todos sus amigos y les dijo: -El sueño se aparta de mis ojos y mi corazón desfallece por la congoja. Me he dicho a mí mismo: ¡A qué grado de aflicción he llegado! ¡En qué terrible zozobra me encuentro! ¡Yo, que era tan generoso y apreciado mientras gobernaba! Ahora recuerdo los daños que he perpetrado contra Jerusalén al apoderarme de todos los utensilios de plata y de oro que estaban allí, y mandar exterminar a los habitantes de Judá sin razón alguna. Reconozco que ésta es la causa de que hayan sobrevenido estos males. Mirad, muero con una gran tristeza en un país extranjero. Luego llamó a Filipo, uno de sus amigos, y le puso al frente de todo su reino. Le entregó la corona, su vestidura y el anillo para que cuidara a su hijo Antíoco y lo instruyese para reinar. El año ciento cuarenta y nueve, el rey Antíoco murió en aquel lugar. Cuando Lisias se enteró de que el rey había muerto, dispuso que reinara su hijo Antíoco, a quien había educado desde pequeño, dándosele el sobrenombre de Eupátor”.

Su figura queda resaltada por la determinación que puso en borrar el judaísmo de Palestina e implantar el helenismo. Sus guerras en diversos frentes le hacían ocuparse de unos y dirigir mediante sus generales los avatares de los otros. Es magnífica la historia clínica; en la que podemos señalar: La experiencia de duelo o pérdida. El sentimiento de incontrolabilidad situacional. La frustración. La pasividad y anergia. Tristeza. Visión negativa y pesimista. Insomnio. Sentimiento de indefensión. Autoestima baja. Retrospección negativa. Sentido de culpa. Atribuciones negativas. Ideas deliriosas de perjuicio. Conciencia de desarraigo. Incapacidad para lo ordinario. Renuncia a derechos y deberes. Muerte por desvalimiento. Hoy sabemos que la Depresión es factor de riesgo cardiovascular, inmunitario, endocrinológico y oncológico. Pero además ya Seligman en 1975 describió la muerte súbita por indefensión y desvalimiento.

Posteriormente Engel, en 1971, estudió más de 70 casos de este tipo de muerte señalando las cinco circunstancias psicológicas más frecuentemente encontradas en estas situaciones de desvalimiento: 1) la ruina o muerte de un ser querido; 2) una experiencia dolorosa aguda; 3) una situación suficientemente amenazante para la propia vida; 4) el luto y/o la elaboración del duelo por un ser querido, y 5) la pérdida del status y de la autoestima. Como vemos en el caso citado se dan casi todas. Desconocemos si Antíoco IV presentaba antecedentes de enfermedad afectiva o si -como es más probable- este fue su primer y único episodio depresivo. Hoy, cuando transitamos en la era de la Depresión y nos parece un mal propio de la época pienso que es interesante resaltar esta estupenda patobiografía quizás la más antigua en referencia al Síndrome Depresivo.

### 3. Depresión y Santidad: Teresa de Jesús.

En su día hice una recopilación de lo referente a la Depresión en las obras de Santa Teresa: nomenclatura, relatos y comentarios en torno a la melancolía de sus monjas o de personajes con los que trataba, remedios psicológicos o materiales, pronósticos, y hasta diagnósticos diferenciales. Es tema que me ilusiona poder abordar con amplitud algún día. Pero es otro el enfoque que hoy daré a la relación entre Santa Teresa y la enfermedad depresiva. Deseo ceñirme a su psicopatología afectiva y más en concreto a la actitud y al sentido profundos que ella misma les da. En “La Psicología de Teresa de Jesús”, Ed. Rialp. Madrid, 1984, el que fue destacado psiquiatra y amigo, José M<sup>a</sup>. Poveda, describe y justifica la cualificación de Enfermedad Afectiva Bipolar para la santa. Aunque me cuesta, me obligo a descartar datos y escenas, interesantísimas y divertidas, para centrarme en la vivencia y sentido de la enfermedad. ¡Qué buenos autoinformes y cuánto pueden ayudar a los pacientes! Yo los he leído en la consulta muchas veces y han servido de consuelo y luz a tantos depresivos. Vayamos al texto original. No pierdan detalle, por el castellano de la época y aguarden hasta el final que resalto. En carta escrita y fechada en octubre-diciembre de 1560 se expresa: “Viéntenme algunos días -aunque no son muchas veces y dura como tres u cuatro u cinco días- que me parece que todas las cosas buenas y hervores y visiones se me quitan, y aún de la memoria, y aunque quiera no sé qué cosa buena haya habido en mí; todo me parece sueño, u a lo menos no me puedo acordar de nada.

Apriétanme los males corporales en junto; túrbaseme el entendimiento, que ninguna cosa de Dios puedo pensar ni sé en qué ley vivo. Si leo, no lo entiendo; paréceme estoy llena de faltas, sin ningún ánimo para la virtud, y el grande ánimo que suelo tener queda en esto, que me parece a la menor tentación y mormuración del mundo no podría resistir. Ofréceseme entonces que no soy para nada, que quién me mete en más de en lo común. Tengo tristeza, paréceme tengo engañados a todos los que tienen algún crédito de mí; querríame asconder donde nadie me viese, no soledad para virtud, sino de pusilanimidad; paréceme querría reñir con todos los que me contradijesen.

Trayo esta batería, salvo que me hace Dios esta merced, que no le ofendo más que suelo ni le pido que me quite esto, más que, si es su voluntad, que esté así siempre, que me tenga de su mano para que no le ofenda, y confórmome con Él de todo corazón, y creo que no me tener siempre así, es merced grandísima que me hace.” ¡Cuánta belleza, realismo y conocimiento propio! Qué gran contraste el de estos textos con la biografía y hazañas de la Santa. Así se ven y se muestran, en nuestras consultas, cientos de personas de cualquier edad y condición. Pero lo que queremos destacar -resulta envidiable y específicamente diferencial- es la actitud trascendente, la comprensión del sentido del propio padecer capaz de servir como soporte inviolable. Leamos más de sus palabras que explicitan lo que anunciamos. Parece ser, escribe desde Valladolid en 1582 según recoge el Dr. Poveda: “Quedé tan desgana y tan fuera de parecerme podría hacer nada, que aunque la priora de nuestro monasterio de Valladolid, que deseava mucho está fundación, me importunava, no podía persuadirme ni hallaba principio... “No sé si era el mucho mal y flaqueza que me había quedado, u el demonio que quería estorbar el bien que se ha hecho después. Verdad es que a mí me tiene espantado y lastimada ... lo mucho que participa la pobre alma de la enfermedad del cuerpo, que no parece sino que ha de guardar sus leyes, según las necesidades y cosas que le hacen parecer. “Uno de los grandes trabajos y miserias de la vida me parece éste, cuando no hay espíritu grande que le

sujete; porque tener mal y padecer grandes dolores, aunque es trabajo, si el alma está despierta, no lo tengo en nada ... Mas por una parte padeciendo y por otra no obrando, es terrible cosa, en especial si es alma que se ha visto con grandes deseos de no descansar interior ni exteriormente, sino emplearse toda en servicio de su gran Dios ... De esta manera estaba yo entonces, aunque ya en la convalecencia, más la flaqueza era tanta, que aun la confianza que me solía dar Dios en haber de comenzar estas fundaciones tenía perdida. Todo se me hacía imposible, y si entonces acertara con alguna persona que me animara, hiciérame mucho provecho; más unos me ayudaban a temer, otros, aunque me daban alguna esperanza, no bastava para mi pusilanimidad.” No es la primera solicitud de Teresa hacia Dios el que le cure la Depresión, el que le ahorre el dolor sino el que sepa bien llevar su enfermedad. He ahí el secreto para iniciar los feed-back terapéuticos desde la psique hasta el soma, desde la actitud y la libertad hasta las sinapsis y los neurotransmisores. Si la santidad es esencialmente la identificación de la propia voluntad con la de Dios, en este caso la enfermedad depresiva con el enorme dolor moral que conlleva, cuesta especialmente escalar los peldaños que la relación con Dios nos ofrece, tan plásticamente expuestos en “Camino” en la obra de San Josemaría Escrivá, (Edic. Rialp, puntos 758, 762 y 774).

“La aceptación rendida de la Voluntad de Dios trae necesariamente el gozo y la paz: la felicidad en la Cruz. –Entonces se ve que el yugo de Cristo es suave y que su carga no es pesada”. (nº 758).  
“Acto de identificación con la Voluntad de Dios: ¿Lo quieres, Señor? ¡Yo también lo quiero!” (nº 762).  
“Escalones: Resignarse con la Voluntad de Dios: Conformarse con la Voluntad de Dios: Querer la Voluntad de Dios: Amar la Voluntad de Dios”. (nº 774).

#### 4. Santo Tomás Moro: genio y figura ...

Bien conocido es el sentido del humor de Santo Tomás Moro que, sin duda, se fue afinando a lo largo de su vida. El encierro en la Torre, durante los meses previos a su decapitación fueron la ocasión, un tanto significativa, para la expresión literaria de su peculiar estado psico-físico-espiritual. Ahí nacen sus “Bienaventuranzas desde la Torre” , de las que citamos algunas:

- » “Bienaventurados los que saben reírse de sí mismos porque tendrán diversión para rato”.
- » “Bienaventurados los que saben descansar y dormir; sin buscarse excusas llegarán a ser sabios”.
- » “Bienaventurados los que saben apreciar una sonrisa y olvidar un desaire. Su camino estará lleno de luz”.

En la biografía de Santo Tomás Moro, “**La hora de Tomás Moro**”. Edic. Rialp, escrita por el médico e historiador Peter Berglar, en 1993, encontré un texto peculiarmente psicossomático. “El cuerpo y el alma son en el hombre una unidad. Juntos enferman y juntos reclaman curación. Nadie se extraña de que a una persona con un sufrimiento moral-religioso le recetara consultar a un médico para el cuerpo. Dado que el alma y el cuerpo están tan estrechamente enlazados y unidos el uno con el otro, de forma que los dos constituyen una persona, el desorden en uno de ellos conlleva con frecuencia la destrucción de ambos. Por eso también aconsejaría a una persona con una enfermedad corporal que se confesara y buscara curación para su alma gracias a un buen médico espiritual. Esto no sólo es bueno para el caso de peligro, resultante por ejemplo de un empeoramiento de la enfermedad, no supuesto al principio; sino que la consolación que de ahí procede y la gracia divina que con ello

aumenta también son buenas para el cuerpo”. Así pues este párrafo de “Consolación en el sufrimiento” del Sir inglés anticipa cuatrocientos años lo que empezaría a tomar en serio la Medicina Psicosomática. En otra de sus obras, “Diálogo de la fortaleza contra la tribulación”. Edic. Rialp, 1999, también aparece una estupenda descripción de la mutua influencia alma-cuerpo afirmando el beneficio orgánico de la persona tras los beneficios espirituales, y al contrario.

Es llamativo que en el siglo XVI el gran sentido antropológico de un fino y perspicaz humanista plasmase tan clara y expresivamente la realidad de la unidad psicosomática y sus consecuencias prácticas. Destacamos pues en Tomás Moro su profundidad antropológica, su buen decir literario, el fino humor inglés y la sensibilidad espiritual, unidas como un haz que ilustra y motiva desde la belleza al mantenimiento o al logro de la salud psicosomática de la persona. Genio y figura. Sí, pero contando con el progreso y la perfección personal que se muestran en las propias en las obras. En nuestro caso además con el efecto catalizador que añade el dolor bien asumido. Ya sabemos -por teoría y práctica- que el dolor es piedra de toque para el amor. Un dolor -físico o moral- bien asumido engrandece y eleva la propia condición; mal llevado aplasta y aniquila. Tomás Moro resulta ejemplar en este aspecto pues su talante digno, la calidad de sus lealtades y su finura de alma compusieron “in crescendo” una melodía vital y sublime. Algo bien aprovechable desde el ejercicio clínico de la Psicosomática o de cualquier otro ámbito de la Medicina.

## 5. La conciencia del propio límite como riqueza, en Bernanos.

Con frecuencia se han identificado creatividad y psicopatología. Destacados y experimentados profesionales de la Psiquiatría han estudiado esta correlación con dispares resultados. Nosotros queremos apostar por la necesidad del realismo cognoscitivo para la creatividad. Luego vendrá esa personal perspectiva, ese “saber percibir” rasgos y aspectos que sugieran nuevas realidades. Aplicando ésto a la propia conciencia del yo todo se complica más aún por el subjetivismo que se añade de modo implícito. En la abundante expresión de la vivencia interior de la persona, del creativo, del artista, no suele aparecer la descripción del paisaje intrapersonal junto a reflexiones que puedan sugerir vías terapéuticas de los sufrimientos que se refieren y describen. Por eso me llamó la atención la lectura de “Diálogo de Carmelitas” de G. Bernanos enriquecida por los comentarios en la edición preparada por Edic. Encuentro. Madrid, 1992. Allí se describen, entre otros, dos aspectos: “Una nueva lectura de Diálogo de Carmelitas” y “La fragilidad de Blanca”. Pero entremos en la obra. Blanca de la Force es la protagonista, un personaje inventado por Gertrud von le Fort en “La última en el patíbulo”, novela que leyó Bernanos. Blanca es una mujer agarrotada por el miedo. Las circunstancias de su nacimiento y el desarrollo de su juventud en plena revolución alimentan esta fragilidad. Podría pensarse que su ingreso en el Carmelo fuese consecuencia de una huida mundanal y búsqueda de refugio. Pero su evolución psicológica y espiritual a lo largo de la obra de Bernanos va desvelando el sustancial cambio que se va dando como consecuencia de la conciencia de la propia poquedad y la búsqueda de sentido para su indigencia. Quizás la clave de la enseñanza psicológica de la obra esté en la consideración de la debilidad como signo. “Mi fragilidad no es una simple humillación humana que Él me impone, sino el signo de su voluntad sobre su pobre sierva”.

La posible humillación, el supuesto castigo o defecto dejan de serlo al descubrir, desde la fe, que su persona no acaba en sí misma, sino que es súplica al Otro, su ser remite a Dios, su debilidad no es algo que deba resolver ella sino que es suya, estructural, querida y grande o virtuosa en el contexto del plan divino. Reconocer la contingencia como signo es ya afirmar un infinito que la sostiene, la enriquece y la ama. El límite es humillación cuando la razón se cierra sobre sí misma. Y, por el contrario, se convierte en grandeza cuando se contempla sabiéndose finita y creada, en el ámbito de la trascendencia. Por eso, la conciencia de esa dependencia estructural que va creciendo a lo largo de la narración por la convivencia con las demás carmelitas, por las enseñanzas de la Priora, en diálogo vivo y finísimo, y por la acción de la gracia, posibilitarán a Blanca el ofrecimiento en el martirio -tras la huida temerosa y el regreso- como superación de la debilidad. Y una puntualización de gran interés: Blanca aprende en la Escena VIII de labios de la Priora que “la rebelión es siempre cosa del diablo”. Y sigue el consejo: “Hija, sed siempre entre sus manos algo suave y dúctil. (...) “Y sobre todo no os despreciéis nunca. Es difícil despreciarse sin ofender a Dios que está en nosotros. El desprecio de vos misma os llevaría directamente a la desesperación. Recordad estas palabras, aunque ahora os parezcan incomprensibles”. “Cuando miramos el miedo y la valentía desde el Huerto de Getsemaní donde, en el Corazón de Jesucristo, fue divinizada toda la angustia humana, la distinción entre uno y otra me parece casi superflua, y ambos se me antojan poco más que chucherías de lujo”. No es fácil encontrar una conducta bio-psico-social integrada en la libertad y la Gracia que den como resultado la contemplación de un cambio radical. Ese cambio que tantas veces procuramos y contemplamos en y desde nuestras consultas. Es el Proceso Radical del Cambio descrito por Rof Carballo y Javier del Amo en su “Terapéutica del hombre”, Edic. Descleé de Brower, Bilbao, 1986. Toda una lección de vida.

## 6. Epílogo.

Como vemos, grandes beneficios y satisfacciones se derivan de un estudio conjunto de psicopatología y espiritualidad en los textos literarios. Nosotros, mediante la contemplación reflexiva de estos cuatro textos podríamos concluir afirmando que hemos podido conocer:

1. Hasta qué punto la insana frustración, la rebeldía frente a la realidad fáctica de nuestro vivir estorba a la salud y la consume en ocasiones. Con razón se dice que la soberbia es el principal entre los factores personales depresógenos.
2. Por el contrario una adhesión adaptativa, difícil pero asequible incluso en los estados o procesos más duros, resulta altamente saludable. No están lejos, de ordinario, santidad y sensatez. Teresa de Jesús es un clarísimo exponente.
3. El dolor, pequeño o grande, incluida la cercanía de la muerte injusta, debe ser ocasión y motivo de crecimiento personal. Si se le añade el buen humor que Tomás Moro muestra y contagia crecen el valor humano y el mérito divino.
4. La debilidad psicológica, innata o adquirida, no es obstáculo para el crecimiento interior de la persona. La gracia no anula sino que recrece y perfecciona a la naturaleza. Es Blanca, el personaje de Bernanos, un ejemplo de tal crecimiento capaz de culminar superando la prueba sublime del martirio. Personalidad y Gracia son dos elementos que se funden en la ascética cristiana de todos los tiempos.

Psicología, psicopatología y espiritualidad personal son ámbitos desveladores y ejemplares en la consideración del misterio del hombre. Es todo un reto, adentrarse en sus simas y en sus cumbres para aprovechar en nuestras vidas -actualmente “in fieri”, en pleno proceso de construcción- tanta riqueza como se contiene en la literatura.