

Contemporaneidad y sufrimiento emocional

Gloria Lucía Sierra Agudelo

No sabremos decir nunca qué es lo que nos encierra, lo que nos acerca, lo que parece enterrarnos, pero sentimos, sin embargo, no sé qué barras, qué rejas, qué paredes.

Ana Frank

Cuando hablamos de sufrimiento emocional nos referimos a un evento inherente al destino, del que ningún ser humano puede escaparse por más buena fortuna que tenga. De ello nos dan testimonio las múltiples construcciones literarias, de todas las épocas, incluidas las que contienen los libros sagrados de los distintos sistemas de creencias. El sufrimiento emocional, entonces, se liga a la misma esencia de la humanidad.

Y es que el sufrimiento emocional es efecto del pensamiento humano; incluso podemos afirmar, de manera más precisa, que está asociado a nuestra naturaleza de seres hablantes. Es importante señalar este argumento porque muchos podrán pensar que los animales, que por supuesto no son humanos, pueden presentar algunos signos de sufrimiento emocional. Esto se debe justamente a que en nuestro afán de hacernos acompañar de ellos, los introducimos, de

alguna manera, en el lenguaje humano y los alejamos de su naturaleza instintiva. Ellos sufren, entonces, por efecto de nuestro poder domesticador y por nuestro imperativo de moldearlos a nuestra imagen y semejanza.

Este fenómeno, dicho sea de paso, es muy propio de nuestra época. Los animales le han servido al hombre de muchas maneras. Es evidente apreciar en la historia su inclusión en el trabajo, en el transporte, en la mitología, en la producción de alimentos. A todos estos servicios, se suma hoy el de suplir la carencia afectiva que caracteriza a las generaciones de nuestro tiempo. Los animales, perros y gatos principalmente, se convierten en suplencias de la familia, de la pareja, de los hijos. Estas compañías, dadoras infinitas de afecto, reclaman poco a cambio; es mucho más fácil vérselas entonces con un animal que con un humano. Este último, en su condición de hablante, demanda respuestas y exige recortes personales en favor del entendimiento y la convivencia.

Pero esto no es más que una reflexión al margen; volviendo al tema que nos convoca, es importante que acudamos a la lingüística, a la antropología y al psicoanálisis, para entender por qué afirmamos que el sufrimiento emocional está asociado directamente a nuestra esencia como seres efecto del lenguaje.

Nacemos en el lenguaje.

Cada cultura está caracterizada por una serie de elementos que la singularizan y diferencian de las otras; uno de ellos es la lengua, entendiendo esta última como el conjunto de códigos orales y escritos que usa una comunidad para comunicarse y expresar su pensamiento. Es por esto que podemos observar, en el uso de la lengua, la entera

de la cultura expresada en las costumbres, ideologías y tradiciones de una comunidad.

Cuando un niño va a nacer, le precede a su existencia un conjunto de creencias, articuladas en la idiosincrasia de su grupo familiar y social. Es así, como desde antes de llegar, el niño ocupa un lugar, tiene ascendentes, pertenencia, nacionalidad, nombre y apellido. Todas estas últimas condiciones son efecto de su inscripción en el lenguaje, porque es a través del lenguaje que se le nombra.

Pero el lenguaje no solo lo nombra, sino que también lo determina, se convierte en un imperativo que implica límites, ideologías, leyes y modelos afectivos. De acuerdo con lo que estime una cultura deseable, se orientan también los códigos éticos y estéticos. De este fenómeno da cuenta el arte en todas sus manifestaciones. Puede por ejemplo observarse en la pintura, el cine y la literatura, como se van modificando en el tiempo los símbolos de poder, de belleza, de apetencia sexual, entre muchos otros.

La historia permite observar también cómo los comportamientos humanos pueden ser admitidos o censurados de acuerdo al pensamiento, la noción de ética y la legislación que tenga cada población. Es así como lo que es un delito para una comunidad, puede ser una conducta permitida en otra. En razón a lo anterior, podríamos decir que es absurdo hacer un juicio sin contar como determinante fundamental, el contexto cultural e histórico en el que se produce un hecho.

En esta misma vía se introducen los afectos y sus diversas formas de expresión al interior de las comunidades. Para algunas culturas, la monogamia, por ejemplo, no es una costumbre propia y esto implica que la poligamia no se

asocie a la infidelidad. Una mujer en una cultura como la nombrada, no tiene que sufrir entonces por compartir el lecho y el afecto de su hombre con otras mujeres de su contexto. Podemos observar de manera evidente, de acuerdo con lo planteado, cómo el sufrimiento puede estar ligado únicamente al pensamiento y este a su vez a los cimientos del lenguaje. Lo que se ha transmitido a través del lenguaje, en este caso, es que la poligamia no implica sufrimiento.

El momento histórico también es determinante. Fenómenos que hoy pueden considerarse abominables, como la esclavitud, fueron aceptados y socialmente aprobados en otras épocas. Es el devenir de la lengua y la transmisión de preceptos, valores, pensamientos y posiciones, los que hacen que la cultura se transforme y de allí la posición psíquica como efecto de ella.

Sufrimiento y subjetividad.

El sufrimiento emocional está asociado sin lugar a duda a los afectos. Tal como quedó sustentado en el apartado anterior, sufrimos no solo por lo que pensamos, de acuerdo con lo que está determinado culturalmente, sino también como efecto de lo que se nos ha transmitido a través de la lengua.

En el ámbito de los afectos, el sufrimiento está muy ligado a la falta; es así, como sufrimos no tanto por lo que nos pasa objetivamente, sino por la sensación de pérdida o incompletud, en la que nos ubicamos cuando un acontecimiento determinado impacta nuestras vidas. Podríamos decir, en consecuencia a este planteamiento, que en la vida afectiva estamos siempre en búsqueda de algo que nos complete y mitigue el dolor de existir. Esta singularidad, asociada al lenguaje, no se presenta en los

animales, en su estado natural, puesto que ellos tienen un ordenamiento comportamental directamente relacionado con la supervivencia. Partiendo de este postulado, se puede concluir que el dolor o el sufrimiento emocional, es exclusivo de la condición humana.

La lógica de la falta, que conduce a la búsqueda y al deseo, es un postulado originado en teorías psicoanalíticas. De acuerdo con esta concepción, la criatura humana pierde al nacer la homeostasis física y psíquica en la que ha vivido desde su concepción. En este momento crucial y traumático aparece la madre, u otro que opere como cuidador o cuidadora, y empieza a poner palabras allí donde la angustia del niño es manifiesta. Este proceso da origen a la inscripción del niño en el lenguaje, la cultura y la civilización y a su vez produce efectos en el cuerpo, que permiten la posterior identificación de la imagen y la erotización.

Este proceso es particular en cada sujeto y depende mucho de la manera como este responda psíquicamente a lo que acontece. Hay allí una suerte de elección subjetiva, que aunque no es consciente ni voluntaria, implica una destinación insondable por la que se ha de responder siempre. De este postulado se desprende la lógica que ubica al sujeto como responsable y único.

La manera como cada uno recibe y es “marcado” inicialmente, fija entonces rasgos de la vida psíquica que se hacen indelebles. No obstante, la formación, el contenido de las afirmaciones de los padres y el lugar en el deseo en el que estos últimos ubiquen al niño, son determinantes. Podemos decir, para concluir, que sufrimos emocionalmente por lo que determina la cultura, por la manera como nos atraviesa el lenguaje, por las elecciones subjetivas que hacemos en

los primeros momentos de nuestra existencia y finalmente por la manera como respondemos a lo que nos viene del “otro” de los afectos.

Sufrimiento emocional en niños y adolescentes.

El desarrollo que venimos haciendo nos conduce a comprender que el sufrimiento emocional no está entonces determinado, únicamente, por los factores externos. Esta claridad permite a su vez que interroguemos el ideal de plenitud al que está asociado la infancia y que accedamos a la idea de que el sufrimiento emocional no solo hace parte de la vida adulta. Los niños y los adolescentes sufren en cantidades, actualmente, alarmantes.

Es cierto que en la actualidad hay una serie muy importante de factores externos, derivados de las diversas fenomenologías sociales a nivel mundial, que sumergen a los niños en guerras, abusos, hambrunas y demás manifestaciones del abandono estatal. Sin embargo, existen también causas internas, con mayor impacto inclusive, trazadas por la lógica en la que funciona el discurso de la contemporaneidad y la concepción de familia que se desprende de este.

De estas últimas causas, por su importante efecto en los casos que se reciben en consultorios e instituciones, vamos a ocuparnos en el siguiente análisis. Para ello vamos a abordar el problema a la luz de los fenómenos asociados al discurso contemporáneo, manifiesto en los imperativos que ordenan los modelos actuales de crianza.

Las paradojas del discurso contemporáneo.

Las pautas de desarrollo, crecimiento y progreso, en todos los contextos del pensamiento humano, suponen una evolución en el tiempo en la medida en que son el

resultado de una construcción colectiva y progresiva en cada uno de los ámbitos del conocimiento. En las diversas corrientes de la psicología y en la psiquiatría, por ejemplo, las disciplinas han especificado su quehacer; es así como las investigaciones, que se desprenden de la observación de los distintos fenómenos sociales, abren caminos a posteriores comprensiones y análisis de las realidades humanas. Estos nuevos conocimientos dan pie a tratados que atraviesan a su vez políticas públicas y coordinadas que trazan direcciones en los principios de la educación, la normatividad social y la salud, entre otros.

De esta manera se va construyendo un determinado discurso que deja de ser local para ser mayormente colectivo y que, en consecuencia, empieza a dirigir las coordenadas en las acciones de todos los que constituyen un conjunto de poblaciones. Debemos señalar, sin embargo, que el discurso actual, en general, está cada vez más globalizado por la inmediatez y simultaneidad con la que se transmiten los mensajes al mundo entero, gracias al uso de las comunicaciones y de la tecnología. Esta condición implica que, además de global, sea frágil porque no contiene un planteamiento sólido, particular y adecuado a una comunidad determinada, sino que es un discurso que se homologa y aplica sin las distinciones que le son propias a las diferencias de los distintos contextos.

Las concepciones contemporáneas, en cualquier ámbito, cambian entonces rápidamente, y los sistemas de creencias se ven afectados por un sinnúmero de influencias de todas partes, que terminan produciendo un discurso ligero, frágil y sostenido básicamente por el amor de nuestros tiempos, el placer. Amor, que como tal, produce en su exceso, cantidades enormes de sufrimiento.

En el ámbito de la educación y en particular de la formación de niños y adolescentes, hemos observado un cambio de paradigma drástico. Del padre todopoderoso y omnipresente, para bien y para mal, hemos pasado a un padre que se caracteriza por su omisión y desconcierto. Aclaramos que cuando hablamos de padre, nos referimos a ambos progenitores en su función parental.

Los padres de los años 50, por ejemplo, tenían parámetros claros de autoridad y de ubicación en su rol. Ellos sabían lo que tenían que hacer, así siempre no lo hicieran bien. Los hijos, en consecuencia, tenían un marco delimitado y preciso en el que sabían cómo y cuándo moverse. Las condiciones eran conocidas por todos, y así fueran injustas, absurdas, e incluso malsanas, eran finalmente claras. Esta precisión en la distribución de los roles y jerarquías, se la daba un discurso único, público y socialmente avalado, que ubicaba de acuerdo con el género y la posición al interior de la familia, una función específica para cada miembro.

Hoy, sabemos bien que eso no sucede. En medio del discurso de los derechos, y de su equivocada interpretación, los hijos se han quedado sin coordenadas que les permitan ubicarse dentro del marco de los límites. Los padres, entonces, inhibidos y extraviados, empiezan a operar orientados por ideales, muy complejos, que en lugar de beneficiar a los hijos, favorecen un estrago que solo los hace víctimas.

Que nada le falte.

Esta afirmación tiene una apariencia generosa y protectora que generalmente se desprende de un deseo, anclado en las propias carencias de los padres y en su imposibilidad de asumir una posición consistente. El deseo de que el hijo tenga lo que él mismo no tuvo, impide que su función civilizadora, que implica un recorte, quede inhabilitada.

Partamos además de la claridad de que ese ideal “de que nada le falte” es en principio imposible. Es evidente que por más que un padre se empeñe en cubrirlo todo, a nivel material y emocional, un hijo es un ser humano que posee una existencia propia, que implica sufrimiento y falta, sin posibilidad de evitarlo. Tenemos entonces que además de imposible, el deseo de que nada les falte a los niños, hace parte de una posición protectora que, en su desproporción, termina causando daño.

Cuando no le enseñamos a los pequeños a soportar la falta, en todos los sentidos, los estamos dejando sin recursos para enfrentar la vida. Los niños y adolescentes que son complacidos siempre, pierden poco a poco el interés en todo; pierden la capacidad de disfrute y la oportunidad de experimentar la satisfacción de lograr lo que se lucha. No podemos olvidar que hay que contar con un principio lógico que nos indica claramente que solo podemos desear aquello de lo que carecemos. Sin carencia entonces, no hay deseo y sin deseo la vida se hace muy difícil. La depresión, por ejemplo, se evidencia cuando un sujeto no siente deseo de nada.

Pero los efectos pueden ser aún más complejos. Es conocido por todos que cada vez son más frecuentes las noticias que denuncian desafortunados episodios, en los que algunos sujetos acostumbrados a que nada les falte, y desesperados por la falta de estímulos, acudan a conductas extremas, mortíferas y destructivas que no miden sus consecuencias. Los casos de abusadores, asesinos y perversos, están asociados a este tipo de formación.

La sociedad de consumo, los medios de comunicación e incluso la desorientación generada por el discurso de los derechos, transmiten todo el tiempo un mensaje imperativo: complácete, llénate, goza. En esta transmisión avalada

muchas veces por sectores oficiales mal orientados, es que se pierde la lógica trazada por la naturaleza y demostrada por el acontecer de la historia. Sin duda es más fuerte aquel que aprende a enfrentar sus sinsabores, el que tiene que esforzarse, el que logra someterse a sí mismo.

Es paradójico y a veces poco creíble, que mientras más oportunidades le demos a un niño de enfrentar la falta, más recursos le estamos proporcionando en el acto. Hay que permitir, sin proteccionismo, el proceso de encuentro del niño con el mundo; hay que someterlo a los límites, hay que enseñarle a respetar los turnos, a soportar la contradicción, a tolerar el disgusto y la espera. Si no hacemos esto, el niño no tendrá como aprenderlo, y sin salvación posible, tendrá que enfrentarse a una mayor dosis de sufrimiento, de la que invariablemente le corresponde. Patologías como la anorexia, la depresión, los trastornos asociados a conductas desafiantes, ideación suicida, entre muchos otros, pueden ser consecuencia de estilos de formación que se amparan en el imperativo de cubrir la falta.

Que no sufra.

Es innegable que el sufrimiento siempre se quiere evitar, no solo cuando está relacionado con nosotros mismos, sino también cuando implica a los que amamos. Los niños y adolescentes, entonces, son los primeros en ser protegidos cuando algo amenaza en esta dirección. El sufrimiento, sin embargo, puede ser edificante cuando no supera los límites de lo tolerable y lo ético.

Es importante reconocer que en nuestra naturaleza humana, el sufrimiento es imposible de evitar. El sufrimiento, en su definición principal, está asociado al organismo y por lo tanto al sufrimiento físico. De este tipo de sufrimiento

somos víctimas todos los seres vivos, que contamos con un organismo conducido por un sistema nervioso, que nos hace sensibles al dolor. El ser humano, sin embargo, también presenta un sufrimiento emocional vinculado, tal como lo señalamos al principio, a su naturaleza como ser hablante. Ambas condicionan, la orgánica y la psíquica, nos hacen irremediamente susceptibles al sufrimiento.

El discurso contemporáneo está orientado, como ya lo dijimos, por el principio del placer. Este extravío, podría pensarse que parte del ideal de bienestar que es resultado lógico de la industrialización y del desarrollo tecnológico. Todos los productos que genera la industria, bien sea de objetos o de servicios, ofrecen bienestar para poder ser comercializados. Esta es una lógica derivada del imperativo de evitar el sufrimiento, que genera grandes rentabilidades. El revés de esta lógica es el efecto que se produce en la constitución psíquica de las poblaciones contemporáneas, habladas por ese discurso amo, consumista y adorador del placer y el bienestar.

Capturados entonces por ese discurso hedonista, aparecen otros, avalados por la academia y el sector oficial, que engañados por el imperativo de bienestar y justicia, olvidan la necesidad humana de adquirir recursos para enfrentar el sufrimiento. La ley, la ciencia y la sociedad en pleno, empiezan a creer y a divulgar un discurso proteccionista en extremo que produce efectos debilitantes.

Frecuentemente llegan a nuestros consultorios niños y adolescentes que no saben cómo afrontar su vida cuando salen de su casa al primer contexto externo, la escuela. No saben cómo hacerlo, porque gracias a la excesiva protección de sus padres, poco han tenido que enfrentar el malestar en cualquiera de sus manifestaciones. Son víctimas entonces

de sus compañeros, que los maltratan, de sus maestros, que los acosan, de las normas escolares, que los reprenden. Son víctimas, finalmente, de un sistema que desconocen y al que no saben cómo responder.

Este tipo de niños y jóvenes, pueden ser también acusados y hasta diagnosticados como desafiantes, porque no conocen los límites del respeto por aquello que les recorta el placer. Pueden también convertirse en déspotas, que solo viven para sí mismos y consideran que el universo entero debe proporcionarles bienestar.

Otra vertiente del imperativo “Que no sufra” es el “Que no se aburra”, y para ello existe una producción y oferta de objetos, cada vez más avasalladora e intrusiva. Los padres, en esa carrera absurda de evitar el dolor, proveen a sus hijos de todo lo que venda el medio y saturan además el tiempo libre que les queda, después de sus horarios escolares, con una multitud de actividades extracurriculares que lo único que logra es agobiarlos.

Que triunfe.

La competitividad es otro de los atributos que se ha valorizado, en exceso, en nuestro tiempo, y que ha terminado siendo convertida en una condición indispensable en la consecución de la felicidad.

La lógica de los estándares de calidad, de la competencia y del éxito, no solo marca el destino de la vida empresarial; determina a su vez un paradigma que empieza a filtrarse en los estilos de vida en todos los contextos, incluidos el familiar y el educativo.

La idea de los padres, cuando favorecen todo tipo de oportunidades a sus hijos, está obviamente dirigida por buenos propósitos, asociados al sueño de proveer a sus hijos

de competencias que les permitan labrarse un buen camino en la vida. Hasta este punto, la exigencia que este proceso implica, puede ser razonable y útil. El problema es cuando este propósito pierde su dosificación y se hace excesivo. La buena intención de los padres termina siendo dañina, cuando el objetivo se hace ciego y se vuelve imperativo el propósito de lograr que los niños y adolescentes se conviertan en competidores inderrotables.

Son muchos los casos de muchachos que en cualquier momento de su vida y sin causa aparente, revientan porque no soportan más la presión de ser exitosos en todo. Ellos hablan del enorme sufrimiento que les causa mantener ese nivel de competitividad para el que están siendo preparados, y del temor que abriga de decepcionar a quienes han creído e invertido en ellos. Algunos de ellos tienen el valor de bajar las expectativas que cargan sobre sus hombros, enfrentando a padres y educadores y hablando sobre su angustia. Otros, en cambio, toman un nuevo aliento y siguen firmes en el imperativo de triunfar para complacer a los demás.

Este fenómeno se presenta, con frecuencia, en deportistas de alto rendimiento que pasan su infancia y adolescencia, inmersos en un mundo que solo les permite entrenar, estudiar y dormir. Es cierto que en muchos casos surgen de allí las grandes glorias del deporte que engalanan olimpiadas y llenan de orgullo a padres, escuelas y países enteros. No obstante, es importante preguntarse por el impacto emocional del ser que vive dentro del competidor, cuando éste no porta sus trofeos.

Hay que aclarar que hay muchos seres humanos que logran construir un camino propio, exitoso y gratificante, ubicándose en el lugar de triunfadores. Sucede igual con

otros que se sitúan en otros lugares y dirigen su vida de acuerdo con propósitos menos rutilantes. El asunto que tal vez hay que nombrar y dejar establecido, es que triunfar no debe ser un objetivo sobredimensionado e impuesto, si queremos acompañar en su formación, a niños y a jóvenes tranquilos y alegres.

No olvidemos que cada ser humano, en su proceso de constitución psíquica, construye unos recursos propios, inéditos y suficientes para enfrentar la existencia y ser razonablemente felices. Estos recursos le permiten al sujeto vérselas con el sufrimiento y ubicar ese afecto en un lugar en el que pueda tramitarlo. Es cierto que a veces esa construcción colapsa y presentamos crisis; pero es justamente allí donde tenemos que acudir a otros recursos de reserva, que solo pueden haber sido adquiridos, si nos permitieron en el tiempo de formación, enfrentarnos a la vida tal como es.