



Erich Fromm y las alternativas de salud y de enfermedad mentales

Jorge Silva Garcia

“Erich Fromm y las alternativas de salud y de enfermedades mentales,” in: *Reunión conjunta: Educación, salud y valores humanos*, Memorias presenting the papers given at a conference March 22-24, 2001 in Tuxtla Gutiérrez, Mexico, pp. 39-44.

Copyright © 2001 and 2009 by Jorge Silva-García M.D., Joaquín Romo 171, Tlalpan, 14410 México, 22 D.F., Mexico; E-Mail: jsilvag82[at-symbol]prodigy.net.mx.

„Por una parte, el hombre es semejante a muchos animales en que pelea contra su propia especie. Pero por otra parte, entre las millares de especies que pelean, es la única en que la pelea es destructiva. El hombre es la único que asesina en masa“. (N. Tinbergen)

No faltan quienes critican a Erich Fromm por no haber escrito un libro dedicado, específicamente, a la técnica psicoanalítica; lo cierto es que todos los escritos de Fromm se basan en sus experiencias clínicas y están llenos de sugerencias e ideas aplicables en la terapia, al precisar aspectos invaluable de la psicodinamia. La clínica psicoanalítica es compleja y pensamos que debe ser un diálogo *vis-à-vis*, donde nos podamos observar y así llegar a nuestra propia impresión acerca del ser del otro; por ello debemos estar alertas y atentos sus mensajes verbales y no-verbales, y a las opciones que se abren ante el analizando.

Marianne Eckardt Horney (2001) aclara que el estilo de Fromm es polarizar para enfatizar; por ello menciona que aunque hay una miríada de soluciones posibles, hace ver que hay una solución regresiva o una progresiva, lo cual refleja el compromiso apasionado de Fromm con la ética humanista. El considera que en las bifurcaciones del camino, se pueden tomar alternativas correctas o equivocadas. Todos sus libros están escritos para que las personas tomen consciencia de las alternativas existentes.

„Lo único que un hombre puede hacer por

otro es mostrarle las alternativas con amor y veracidad, pero sin sentimentalismos ni ilusión alguna. El enfrentamiento con las verdaderas alternativas puede despertar todas las energías ocultas dentro de una persona y ayudarle a elegir la vida en vez de la muerte“. (Fromm. 1955).

Es una pena que los seres humanos se consideran „la“ única forma de vida sacrosanta que debe ser protegida a toda costa; tal vez esto sea porque como dice Valdez (1999. p 138): „En las versiones religiosas... se considera que la vida humana es la obra suprema de la creación divina, en las versiones laicas, se le considera como el producto más refinado de la evolución, por lo que la vida humana tiene un valor intrínseco elevado y estamos moralmente obligados a protegerla y a respetarla“.

Aún a costa de la destrucción de la biodiversidad, de los ecosistemas que la sustentan y de hacer inviable a nuestro planeta.

„El Papa Juan Pablo II señaló, que si la naturaleza no es humillada y violada, vuelve a ser la hermana del hombre... Comentó que en la sociedad actual, el hombre se vuelve ‘árido’, no por falta de maravillas, sino por su dificultad de Maravillarse.“

Siendo el ser humano el único que destruye por destruir y el único capaz de distinguir el bien del mal, consideramos que es necesario plantearle algunas de las alternativas de las que estimulan



su amor a la vida y a lo vivo y las que tienden a lo opuesto: a la afinidad por la muerte y lo muerto, lo cosificado carente de vida. Para Erich Fromm:

„Lo esencial en la existencia del hombre es el hecho de que trasciende la naturaleza al emerger de la adaptación instintiva del reino animal, si bien jamás la abandona y siempre forma parte de ella“
(Fromm:1955).

En tanto el hombre es un animal, su sed y su hambre son imperativos que debe satisfacer o morir; existen también sus necesidades sexuales que, en los demás animales, se cumplen con sus ciclos hormonales, y en el ser humano dejan de ser un imperativo.

„Pero en la medida en que es humano, la satisfacción de estas necesidades instintivas no basta para hacerlo feliz, ni basta siquiera para mantenerlo cuerdo; el conocimiento de la psique humana debe basarse en el análisis de sus necesidades que proceden de las condiciones de su existencia.“ (op. cit. p 29. Cursivas en el texto.)

El paso a la vida extrauterina es sólo un inicio, porque en realidad el proceso del nacimiento continúa dado que es lento el aprendizaje de amar, de desarrollar la razón y de ver al mundo con objetividad

„de vencer la seducción de los sentidos en beneficio de una vida de integridad, por lo que el nacimiento, en su sentido convencional, no es más que el comienzo del nacimiento en un sentido amplio... Cada paso en su nueva existencia humana, está llena de miedo, de un gran temor porque significa siempre la renuncia de un estado seguro, relativamente conocido, por un estado nuevo, [desconocido], que todavía no se domina. Si el niño fuese capaz de pensar, sentiría miedo de morir en el momento de cortar el cordón... y sentimos miedo en todo paso nuevo de nuestro nacimiento. Por ello, nunca nos sentimos libres, de dos tendencias antagónicas: una, de salir del útero, de la forma animal de existencia, para entrar en una forma de existencia más humana, pasar de la sumisión a la libertad; la

otra, de regresar al útero, a la naturaleza, a la certidumbre y a la seguridad... En realidad, la enorme energía de las fuerzas que producen las enfermedades mentales, así como las que están detrás del arte y de la religión, nunca podrá entenderse como resultado de necesidades fisiológicas frustradas o sublimadas, sólo se les puede entender como intentos de resolver los problemas que surgen al nacimiento del ser humano. Todos los hombres son idealistas y no pueden dejar de serlo, si entendemos por idealismo el impulso a satisfacer necesidades que son específicamente humanas y que trascienden las necesidades fisiológicas del organismo“. (op. cit. pp 29 ss).

La Biblia nos dice, en el mito del paraíso perdido, que el ser humano dejó de ser animal cuando, al comer el fruto de uno de los árboles prohibidos, aprendió a distinguir el bien del mal, se supo desnudo y sintió la atracción por las diferencias de la „otra“, que se le hicieron del todo aparentes.

Fromm hace hincapié, partiendo del conocimiento de la naturaleza humana y de las leyes que rigen su desarrollo, cuales pueden ser las alternativas creativas adecuadas para el proceso de humanización y cuales son contrarias a dicho proceso. El sugiere las siguientes posibilidades:

1. La necesidad de unión: relación vs narcisismo
2. La necesidad de trascendencia: creatividad vs destructividad
3. La necesidad de arraigo: fraternidad vs incesto
4. La necesidad de identidad: individualidad vs conformidad gregaria
5. La necesidad un marco de orientación y devoción: razón vs irracionalidad
6. La necesidad de ser eficiente: potencia vs impotencia (psicológicas)
7. La necesidad de excitación y estímulo: estímulos activantes vs estímulos primarios



1. Necesidad de Unión: Relación vs Narcisismo

El ser humano necesita relacionarse con sus semejantes porque no puede vivir cuerdo en aislamiento; en la soledad total, enloquecería; si se encuentra solo, lejos de otros seres humanos por largo tiempo, necesita que lo acompañen su caballo, su perro, sus armas, utensilios, enseres y demás bagaje como libros, música, que lo unen a su presente, su pasado y su futuro. Uno de los elementos potentes de la depresión, es la soledad, como es la soledad el elemento destructivo para nuestra salud mental, al encontrarnos en confinamiento solitario.

El ser del hombre es con los otros, nos dice Martin Buber:

„¿Qué es el hombre? Acertamos a comprenderlo como el ser en cuya dialógica, en cuyo ‘estar-dos-en-recíproca-presencia’ se realiza, y se reconoce cada vez en el encuentro del ‘uno’ con el ‘otro’.”

„Hay otros medios de restablecer la unidad: el hombre puede anestesiar su consciencia provocando estados de trance o éxtasis mediante drogas, orgías sexuales, el ayuno, la danza u otros rituales. Puede tratar de ‘olvidarse de sí mismo’ en el sentido de adormecer su razón con alcohol, aunque en este caso es de muy corta duración. Las grandes religiones de China, India, Egipto, Palestina, Grecia, enseñaban que el hombre puede lograr la unidad, sin eliminar la razón, desarrollando plena y precisamente, la razón y el amor humanos“ (Fromm. 1974 p 238).

La alternativa a la relación es el narcisismo, entendido como el encerrarse dentro de uno mismo y la incapacidad de establecer vínculos afectivos con los ‘otros’. El narcisismo nos puede minar y matar como al Narciso de la leyenda o nos puede alejar de la realidad, en un estado de enajenación y locura, donde su única realidad, son sus alucinaciones, que tienen su lado positivo, porque plantea que dentro de la locura, hay un ‘otro’, que nos puede ayudar a ingresar en su mundo interior (comunicación personal de Gaetano Benedetti). Ahora bien, debemos conside-

rar que...

„El narcisismo es una pasión cuya intensidad sólo puede compararse con el deseo sexual y el deseo de seguir viviendo... Biológicamente, desde el punto de vista de la supervivencia, el hombre tiene que atribuirse a sí mismo una importancia muy por encima de la que da a cualquier otro“. (Fromm 1964 pp 80 s)

2. La necesidad de trascendencia: Creatividad vs Destructividad

En innumerables ocasiones nos sentimos juguetes de los dioses, de la sociedad, impotentes para decidir nuestro „Aquí“ y nuestro „Ahora“. Nacemos sin nuestra voluntad y depende del azar que nuestros progenitores pertenezcan a un grupo o etnia aceptable. ¿Nacer musulmán en Bosnia? ¿Negro cuando ser negro es ser nadie o menos que nadie? Igualmente. morimos, en general, cuando se pinta nuestra raya... y se acabó. Ante tanta impotencia, necesitamos trascender la pasividad, la parálisis que implica, para sentirnos potentes... y sólo lo podemos lograr construyendo algo, creando algo... Los árabes decían: „Debes criar un hijo, sembrar un árbol y escribir un libro“... o, en caso contrario transformarse en un Amok, un Berserker, seres poseídos de una ira ciega, vesánica, destructiva. Agigantados por esta pasión, destruyen por destruir para así mostrarse potentes, controlando todo, como en el „Síndrome de Violación y Saqueo“ (Fromm: 1990. p 124)

Podemos decir que producir, crear, está al servicio de la vida, en tanto destruir, cosificar, lo están al servicio de la muerte, de lo muerto.

3. Necesidad de Arraigo. Fraternidad vs Incesto

El ser humano necesita sentir que tiene raíces que lo unen a sus semejantes. Puede prescindir de sus raíces *naturales* con su madre, con la tierra, con la sangre, sólo en la medida en que encuentra nuevas raíces *humanas*. Aquí también es importante conocer la naturaleza de dichas raíces; por ejemplo, las fraternas son de respeto, de camaradería y solidaridad, de apoyo en la



búsqueda de una vida cada vez más humana. Otras son las raíces de una relación incestuosa pregenital, de miedo a la libertad y a la soledad, implícitas en el proceso de individuación...

„El más elemental de los vínculos naturales es el que une al niño a su madre. El niño empieza a vivir en el seno materno y permanece ahí mucho más tiempo que la mayor parte de los animales. Aún después del nacimiento sigue siendo físicamente desvalido y completamente dependiente de su madre... período mucho más largo que el de cualquier animal“

„Freud consideró la fijación a la madre como el problema decisivo... pero derivado de la atracción sexual que ésta ejerce, como expresión, según Freud, de la tendencia incestuosa inherente a la naturaleza humana“ (Fromm: 1955).

„Puede relacionarse con los demás de modos diferentes y que se pueden precisar: puede amar a los demás lo que requiere independencia y productividad. Pero si su sentido de libertad no está desarrollado, puede relacionarse simbióticamente en cuyo caso puede tender a dominar a los demás (sadismo), sea siendo dominado por ellos (masoquismo) o puede resolver el problema relacionándose en forma exclusiva, consigo mismo (narcisismo)... entonces él es el mundo y ama al mundo ‘amándose’ „ (Fromm. 1974 pp 236 ss).

4. Necesidad de Identidad. Individualidad vs Conformación Gregaria

Su identidad la alcanza al desarrollar su propia Individualidad o al caer en una Conformidad Gregaria, conformidad de manada, de un rinoceronte más, como lo plantea Ionesco en su obra teatral del mismo nombre.

„Por que el ser humano no es *vivido*, sino que *vive* ; por haber perdido la unidad originaria con la naturaleza, tiene que tomar decisiones, tiene consciencia de sí mismo y de su vecino como personas diferentes... Unicamente después de concebir al mundo

exterior como algo separado e independiente de sí, aprende a usar ese ‘yo’, con referencia a sí mismo“ (op. cit. p57. Cursivas en el texto).

Si bien es cierto que en el medioevo la identidad la daba el gremio, sufrió ésta, una fuerte sacudida al caer el régimen feudal y surgió la pregunta punzante: ¿Quién soy yo? Y Descartes formuló su respuesta: *„cogito, ergo sum* (pienso, luego existo) que ignora al ser humano como centro de sentimientos y de su acción creadora. Se comprende que ese mismo Descartes pudo comparar el organismo del hombre, a un mecanismo de relojería y no al revés.

5. Necesidad de un Marco de Orientación y Devoción: Racional vs Irracional

La vida impone un marco racional o irracional. Como somos seres con imaginación y razón, necesitamos ubicarnos, familiarizarnos con nuestro entorno, no sólo en el espacio que nos rodea, sino también con las personas, otros seres y cosas, con el macro y microcosmos así como con las reglas y normas que rigen en el medio ambiente. Podemos decir que entre más se desarrolla la capacidad de reflexión, de razonar, el marco de orientación se aproxima más a la realidad. Sabemos que el ser humano, por su ignorancia, ha tenido marcos ilusorios, de pensamientos mágicos o equivocados; como sea, el marco debe satisfacer la necesidad de que haga sentido y de que sea una estructura orientadora.

„Si el hombre no fuera mas que un intelecto descarnado, conseguiría su objetivo con un sistema amplio de ideas. Pero como es una entidad dotada de cuerpo y alma, tiene que reaccionar contra la dicotomía de su existencia no sólo pensando, sino con el proceso total de la vida, con sus sentimientos y sus acciones. De aquí que todo sistema satisfactorio de orientación contenga también elementos sensoriales y sentimentales que se manifiestan en la relación con un objeto de devoción o vinculación afectiva... que dé sentido a su existencia y a su situación en el mundo“. (op. cit. pp 59 ss).



Y Fromm agrega:

„La intensidad de la necesidad de un marco de orientación y devoción ha maravillado a muchos estudiosos del hombre, al ver la facilidad con que la gente sucumbe a la seducción de doctrinas irracionales sean políticas o religiosas o de otro tipo, mientras que quien no está bajo su influencia comprende perfectamente que son estructuras sin valor alguno... Probablemente el hombre no sería tan sugestionable si no fuera de tan vital importancia su necesidad de un sistema cohesivo de orientación. Cuanto más pretende una ideología que posea todas las respuestas, es más atractiva, tal vez este sea el motivo de que sistemas irracionales y aún completamente locos, cautiven tan fácilmente las mentes humanas“ (Fromm. 1974 p 235).

6. La Necesidad de Efectividad: Potencia vs Impotencia (psicológicas)

El ser humano tiene que ser capaz de afectar algo, prueba indubitable de que uno *es* efectivo, potente. K. Groos, el clásico interprete del jugar escribió, que un motivo esencial en el juego infantil era la alegría de ser causa de algo, de afectar algo, tal era su explicación del placer que tiene el niño en hacer ruido, mover objetos, brincotear en los charcos, además de sus berrinches, sus lloros, su testarudez... todo para llamar la atención de los adultos y sacudir a sus padres indiferentes y distantes.

„La impotencia vital completa (de la que la impotencia sexual es sólo una pequeña parte), es una de las sensaciones más dolorosas, casi intolerable y se hará lo imposible para sobreponerse a ella, desde la adicción a las drogas, hasta la crueldad y el asesinato.“ (op.cit. p 241).

7. Necesidad de Excitación, de recibir Estímulos

Nos relata Fromm (op.cit. p 242), que el neurólogo ruso Sechenov, en 1863, fue el primero en asentar que el sistema nervioso central tiene la necesidad de ‘ejercitarse’, de experimentar un

mínimo de excitación. R.B. Livingston expone el mismo principio al señalar que el cerebro no es solamente reactivo, sino que es también eminentemente activo y consume el oxígeno a un ritmo comparable al de un músculo en acción, y mantiene ese ritmo elevado toda la vida, despierto o dormido, desde su nacimiento hasta su muerte.

Los sueños son un ejemplo de esa necesidad de estímulo y de actividad del cerebro y sabemos que puede haber reacciones patológicas serias o severas si se impide el soñar, como lo demostró Dement en 1960 (op. cit. p 242). Los experimentos sobre privación sensorial, en la Universidad de McGill en Canadá muestran que tal privación, produce trastornos de la percepción (p 243).

Sabemos, asimismo, que hay estímulos que degradan al ser humano, ejemplo de ello nos lo hizo saber Seneca, quien fue al circo romano un día, pensando en que la diversión lo relajaría, y salió escandalizado, asqueado por tanta crueldad y con un profundo desasosiego; mientras que hay espectáculos que pueden estimular la humanización del ser humano, como mucho del teatro griego y las artes en general.

Las observaciones de la vida diaria indican que el organismo humano y el animal, necesitan un mínimo de excitación, de estimulación, al igual que un mínimo de descanso. El *estímulo sencillo, primario*, produce un *impulso* que empuja a la persona, entanto el *estímulo activante* produce un *empeño*, un esfuerzo activo, sostenido, a lograr un fin. Observamos el estímulo primario en los niños quienes con facilidad se distraen y su lábil atención salta de un objeto a otro, de un suceso a otro (lo cual no quiere decir que no pueden quedar absortos por algo que los atrae). Es de desearse, en cambio, que desde una temprana edad, el ser humano desarrolle su capacidad para ser movido por estímulos activantes que lo motiven a una indagación, a una actividad o a un proceder comprometidos. Son muchos quienes no alcanzan este último nivel de desarrollo y se quedan en etapas de estímulos primarios de duración variable ... seres con marcada inmadurez emocional y psicosexual.

Si para Freud el Complejo de Oedipo es el principio psicopatológico, para Fromm lo es la dicotomía que se le presenta al ser humano de crecer, progresar, alcanzar su independencia y su



individuación o, por lo contrario, mantener la fijación pregenital con su madre en franca regresión, temeroso de soltarse de ella quien es su fuente de seguridad, permanecer pasivo y dependiente. Le quedó claro a Fromm. (1941), que la libertad que se logra con la maduración psicológica, implica la soledad de ser *individo*, indiviso, estar *solo* en cuanto a asumir sus responsabilidades y riesgos; es consecuente el miedo a la libertad. En todo proceso de progresión hay tanto miedo a la libertad, como miedo a la soledad.

Estas alternativas, valoran la salud o la enfermedad mentales de la sociedad. No se puede soslayar el influjo de lo social sobre el ser humano, el cual puede ser creativo y productivo o puede incitar a la genofobia más despiadada, de lo cual hay numerosos ejemplos actuales. Es necesario hacer hincapie en la enseñanza del valor de 'Ser', del respeto a los demás y a la naturaleza.

Bibliografía

- Buber, Martin (1942): „¿Qué es el Hombre? Fondo de Cultura Económica. Octava Reimpresión 1974. México
- Eckardt H., Marianne. (2001): „Fromm y su Concepto de Biofilia“ En prensa.
- Fromm, Erich (1941): „El Miedo a la Libertad“ Editorial Paidós. 3ª edición en español. Buenos Aires.
- (1955): „Psicoanálisis de la Sociedad Contemporánea“ Fondo de Cultura Económica. Octava Edición en español. 1967. México.
- (1964): „El Corazón del Hombre“ Fondo de Cultura Económica. Primera edición en español. 1966. México
- (1974): „Anatomía de la Destructividad Humana“ Siglo XXI Editores S.A., de C.V. Décimo séptima edición en español. 2000. México.
- (1990): „Lo Inconsciente Social“ Obra Póstuma. Ediciones Paidós. 1ª Edición. 1992. Barcelona.
- Papa Juan Pablo II (2000): Excelsior del Juéves 27 de enero de 2000: „Llama el Papa Juan Pablo II a reconciliarse con la Naturaleza“
- Valdez, Margarita. (1999): „El Problema del Aborto: tres enfoques“. en Rodolfo Vázquez (Compilador) „Bioética y Derecho. Fundamentos y Problemas Actuales“ Fondo de Cultura Económica. México. pp 129-150.