

## "PLENAMENTE DESPIERTO Y COMPLETAMENTE VIVO"

Pensamientos personales acerca de algunas contribuciones de Erich Fromm a la teoría del psicoanálisis.

Dra. psic. Margit Norell.

Para mí estas palabras de Fromm, mejor que cualesquiera otras, expresan la verdad esencial de su personalidad y de su vida; expresan asimismo la meta última del psicoanálisis —aunque pocas veces nos acercamos a esta meta. El estar plenamente despierto y completamente vivo es no tener conocimiento alguno y menos aún el tener amor, porque todo ello corresponde, según Fromm, a la modalidad de ser. En su libro "Tener o Ser", Erich Fromm (1976 (1980. pag. 70)) cita al Maestro Eckhart "El amor tiene relación con el deseo y la finalidad; en cambio, el conocimiento no es un pensamiento determinado, sino que <sup>se</sup> arranca ~~todo~~ [las coberturas], es desinteresado y corre desnudo hacia Dios, hasta que lo toca y lo ase". Penetrar lo superficial es el camino para llegar a ser y para tener 'insight' de la realidad. Dentro de este camino de su pensamiento y de su experiencia íntima, Fromm sin duda pertenece a la tradición de los místicos. Más el camino del psicoanálisis es buscar el autoconocimiento y por ello representa una experiencia más concreta porque nos debe llevar hasta nuestras experiencias, sentimientos y necesidades más precoces.

Quiero señalar que a pesar de que mi orientación teórica corresponde a la de las Relaciones Objetales representadas por Fairbain, Winnicott y Guntrip, considero que en tanto psicoanalista, es mucho lo que aprendí y lo que le agradezco a Fromm.

Hace tiempo uno de mis pacientes me dijo: "Siento que ahora tengo una posibilidad de elección y que tengo la responsabilidad de elegir — puedo escoger entre lo que considero más correcto o puedo escoger un camino equivocado". Nuestra tarea como psicoanalistas es liberar a nuestros pacientes para que puedan elegir. Fromm nos ha indicado lo que la libertad es en realidad y para ello quiero citar de "El corazón del hombre" (1964 (1966 pp. 159 ss.)): "El argumento a favor de la opi-

nión de que el hombre no tiene libertad para elegir lo mejor en oposición a lo peor, se basa, en medida bastante considerable, en el hecho de que suele atenderse a la última decisión en una cadena de acontecimientos, y no a la primera o la segunda ... Nuestra capacidad para elegir cambia constantemente con nuestra práctica de la vida. Cuanto más tiempo sigamos tomando decisiones equivocadas, más se endurecen nuestros corazones; cuantas más veces tomemos decisiones acertadas, más se ablandan nuestros corazones, o mejor quizá, más vida adquieren ... En realidad no existe tal cosa como la 'libertad' salvo como palabra y como concepto abstracto. No hay más que una realidad: el acto de liberarnos a nosotros mismos en el proceso de elegir... (p. 164) la mayor parte de la gente fracasa... porque no despierta ni ve cuándo está en una bifurcación del camino y tiene que decidir. No se da cuenta de cuándo la vida le plantea una cuestión y cuando tiene aún diferentes soluciones. Después, con cada paso por el camino equivocado se le hace más difícil admitir que está efectivamente en el camino equivocado, con frecuencia sólo porque tiene que admitir que debe volver a la primera decisión equivocada y aceptar que malgastó energía y tiempo".

En tanto psicoanalista vemos algunas veces, cuantos años le toma a un paciente regresar a esa bifurcación de su vida temprana, en que tomó al parecer una decisión desastrosa de modo más o menos inconsciente; y vemos entonces --según cada caso-- como esa elección pudo ser tomada para favorecer su vida y como en realidad esto es así desde la perspectiva de su supervivencia psíquica.

Después de varios años de análisis, a un paciente masculino homosexual le dejaron de hacer sentido sus relaciones sexuales más o menos fragmentarias; al quejarse de carecer de la capacidad para establecer relaciones íntimas y estables soñó: estaba en una de las islas danesas y junto con él, un joven amigo quien lo abrazaba por los hombros al mismo tiempo que apuntaba en un mapa las soleadas playas de esa isla. Cambiaba la escena en el sueño y el paciente se encontraba parado, solo,

afuera de la Torre de Londres; al estar observando, de repente vió volar por los aires hacia él, un ataúd negro. Despertó con la sensación de no tener escape alguno y con un estado de ánimo que él describió como "de la nada completa y de desolación". En la sesión siguiente al hablar del sueño y de la Torre como símbolo de aislamiento y de un aprisionamiento que lleva a la muerte, él pudo aprehender y expresar por primera vez, con gran claridad, la enorme pobreza emocional vivenciada en su infancia, su huida desesperada de dicha pobreza y como consecuencia directa, su aferramiento a los pocos elementos de todo aquello que pudiese acercarlo de niño, a su padre. Este aferramiento agregado a muchas fantasías — incluyendo fantasías acerca de su madre --, fueron lo que lo condujo a la homosexualidad.

La vivencia de la "nada total y de desolación" nunca le darán a un niño alguna posibilidad real de elección... ni siquiera lo pueden vivenciar del todo; pero ahora en terapia, cuando sí le ha sido posible la experiencia de aquellas impresiones tempranas que en aquel entonces precluían toda posibilidad de elección... ahora le significan, entre otros hechos, la apertura a una experiencia más realista con personas, primero con hombres y más adelante con mujeres. En este caso clínico él tuvo que recorrer el largo camino de regreso referido, para poder vivenciar plenamente esa separación que Fromm considera como prerequisite para la experiencia del amor.

Por fortuna no todo psicoanálisis incluye una situación precoz sin elección posible, como el del caso relatado; y cuando Fromm habla de la soledad y del proceso de individuación, él se aproxima a este tipo de realidades, al igual que cuando él habla de los lazos incestuosos y de la orientación receptiva, oral.

Al iniciar su psicoanálisis, el paciente a que nos venimos refiriendo tuvo un sueño en el cual él subía unas escaleras en las que en cada peldaño había un plato con comida; al ver hacia arriba vió que las escaleras no iban a lado alguno. Como ustedes comprenderán yo sentí un gran alivio al escuchar su sueño porque, si las escaleras hubiesen conducido a algún lado, yo hubiese tenido muy pocas esperanzas de poderlo

ayudar. En sus relaciones tempranas con su madre sólo hubo una cierta experiencia gratificante: ella lo amamantó durante un lapso relativamente prolongado, de tal manera que no debe asombrarnos que evidenciara nuestro paciente, fuertes rasgos orales receptivos.

Fromm comparte y aún precede una posición de la teoría de las relaciones objetales cuando él cita en "El corazón del hombre" (1964 (1966)), en el capítulo "Vínculos incestuosos" p. 111: "Esta adhesión pre-edípica de los niños y las niñas a sus madres, que es cualitativamente diferente de la adhesión edípica de los niños a la madre, según mi experiencia es con mucho el fenómeno más importante". Y agrega más adelante (p. 124): "El hombre sólo nace plenamente y es, en consecuencia, libre para avanzar y ser él mismo, en el grado en que se libera de todas las formas de fijación incestuosa". Para Fromm, tal es el camino a la individuación-separación y a la fraternidad... y aquí quiero citar a un amigo cercano a Fromm, el finado David Schecter quien en un trabajo de Enero de 1979, aún no publicado, escribió: "Fromm considera que el predicamento de los pacientes surge de la frustración de su crecimiento y desarrollo naturales... El niño en tal posición constreñida retrocederá al territorio y a las gratificaciones que le son familiares, adonde encuentra que éstas últimas o se actualizan o existen como promesa y además encuentra un nivel de seguridad... Este territorio que le es familiar puede ser el útero materno, su pecho, su regazo, su mano o el mandato paterno..." Fromm vió el problema en términos interpersonales es decir, entre el niño y su madre y más adelante con otros seres significativos -- un presagio de la teoría de Relaciones Objetales. ~~(la identificación con el padre)~~.

Cuando a principios de los años cincuenta leí por primera vez "El lenguaje olvidado" (Fromm. 1951 (1957)) comencé a abrirme a la plena implicación de la creatividad del proceso onírico y a su capacidad para permitir aflorar toda la gama de las experiencias psíquicas reprimidas que en el fondo ya conocemos intuitivamente. Dice Fromm (op. cit., p. 39): "no sólo somos menos razonables y menos decentes en los sueños sino que

también somos más inteligentes, más sabios y más justos cuando estamos durmiendo que cuando estamos despiertos" y agrega (p. 37): "En la vida durmiente no hay 'como sí'; la persona está presente". Asimismo nuestros sueños pueden reflejar tanto nuestras ambiciones apasionadas como nuestros dones verdaderos, como nos lo muestra el sueño de José traído a nosotros a través del Antiguo Testamento (Génesis 37.7): 'mi gavilla se levantaba y se tenía derecha y vuestras gavillas la rodeaban y se postraban ante ella'\*.

En una tardía entrevista de Erich Fromm ante la televisión alemana, de Junio de 1977, él repitió su credo: "todos tenemos conocimientos mucho más profundos (acerca de nosotros mismos y de otras personas de nuestro entorno) que aquellos de los que somos conscientes; además, nuestros sueños expresan percepciones ("insights") que denegamos al despertar". Agregó Fromm: "Por lo menos con la misma frecuencia que los sueños cumplen deseos, los sueños revelan conocimientos" ("insight") que no tienen cabida en nuestras imágenes conscientes y de hecho creo que este aspecto de los sueños es más frecuente que el primero señalado". Y continuó diciendo en la entrevista en televisión: "Sobretudo es ésta verdad en lo referente a los padres, a figuras con autoridad o como el caso del emperador del cuento de Andersen que podemos ver que pasea desnudo". Fromm prosigue: "Y a veces la revelación ("insight") intuitiva es repentina como cuando alguien percibe una verdad que puede transformar a Saul en Pablo. En realidad Saul fue siempre Pablo, de lo contrario no se hubiese transformado; lo que había ocurrido es que no tenía consciencia de ello... lo tenía reprimido". (traducción del traductor).

Recientemente ha sido estudiado (Kilton Stewart (19? )(1968)) un pueblo malayo cuyos miembros habitan pequeños poblados en los montes de la selva tropical y para quienes el lenguaje de los sueños no es un lenguaje olvidado; por lo contrario, la familia nuclear Senoi se reúne cada mañana

---

\* También citado en "El lenguaje olvidado" de Erich Fromm, p. 44.

a desayunar y a compartir y discutir sus sueños, inclusive de sus hijos pequeños. Si los sueños no son comprendidos del todo, la familia los discutirá con mayor amplitud, en un segundo desayuno, pero ahora en unión de los miembros de la familia extensa.

Uno de los consejos que dan los Senoi mayores a sus hijos es no ceder ante el miedo a una bestia espantosa confrontada en un sueño, sino enfrentarla. Independientemente de que me parece cuestionable el método de manipular los propios sueños, considero que hay una profunda sabiduría en el concepto de que nuestros sueños son con frecuencia un escenario práctico para experimentar aquello que más tarde pueda realizarse en la vigilia. Desde luego, hablan de un principio diferente al aceptar sueños placenteros y, por ejemplo, proseguir un sueño erótico hasta su clímax, sin consideración alguna por aquellos tabúes que pretendiesen bloquear o corregir su curso. Los Senoi están plenamente conscientes de que la presencia en sueños de figuras hostiles o amedrentadoras con frecuencia expresan tendencias correspondientes de la personalidad del propio soñante; en consecuencia dicen, que el enemigo onírico a quien se ha matado, surgirá de inmediato como amigo o servidor. Si los Senoi sueñan que un amigo se comporta de modo hostil hacia ellos, se lo comunicarán a la persona aludida, dándole así la oportunidad de cambiar.

Los antropólogos quienes han estudiado de cerca a los Senoi, concuerdan en que este pueblo es excepcionalmente pacífico: no se les ha contemplado en conflicto severo alguno, ni se les conocen actos de violencia criminal y no evocan sucesos de estos tipos en los 200 a 300 años que cubre su tradición oral. Los antropólogos los señalan como la comunidad más democrática descrita hasta ahora en la literatura pertinente; señalan asimismo que no existe la enfermedad mental entre los Senoi; además, sus condiciones generales de salud son muy superiores a lo que es usual entre aquellos grupos humanos que viven en circunstancias comparables.

Considero que las teorías de los sueños de Fromm se ven confirma-

das por la importancia que los Senoi conceden a éstos y por la semejanza de su valoración del lenguaje onírico. No cabe duda que podríamos aprender de ellos a compartir y valorar nuevamente "el lenguaje olvidado".

Durante el proceso terapéutico los sueños nos conducen con frecuencia a revivir aquellos aspectos y valores cada vez más profundos de nuestra personalidad y nos muestran como los tuvimos que sacrificar para poder sobrevivir a las relaciones interpersonales de nuestra infancia o perder, de lo contrario, todas nuestras posibilidades futuras de desarrollo. A lo que aquí me refiero, es a lo que en la Teoría Interpersonal se designa como experiencias del "no-yo" que pueden bloquear el desarrollo de partes vitales de nuestra personalidad.

Una joven paciente mía, muy sensitiva y con una inteligencia brillante poco usual; era la mayor de 3 hijos y finalmente cuando ella tenía 13 años, fueron abandonados por su madre quedando ella y sus hermanos menores al lado del padre. Su padre era un intelectual y le abrió a su hija el mundo del pensamiento y la cultura; aunque demandaba y la animaba a que estudiara, con facilidad se sentía amenazado por lo que no le permitía a ella cuestionar lo que él dijese, como tampoco le permitía salirse del área de conocimiento que él dominaba. Con frecuencia él la caracterizaba ~~de~~ estúpida cuando ella ignoraba lo que no había aprendido... aspectos decisivos de su terapia se relacionaron con lo antes descrito, así como con el miedo de su madre a lo profundo de la vida y con sus propios pensamientos y afectos.

En un sueño mi paciente se ve caminando hacia un hermoso lago pequeño; al acercarse observa que todo el lago está cubierto por un tapete y el agua subyacente sólo es perceptible en sus pequeñas oleadas a lo largo de su ribera. En el extremo distal del lago hay una mujer moviéndose sobre él sosteniendo una aspiradora para tapetes (!).

Mi paciente percibe, en otro sueño, a un animal obscuro, espantoso echado en una cueva o debajo de su tina de baño; ella lo tranquiliza dándole pequeñas pizarras con inscripciones parecidas a jeroglíficos.

En un tercer sueño ella aguarda a que tenga lugar una prueba pretenciosa, bajo la lluvia, en una pequeña pradera, de repente se separan las nubes y ve el cielo obscuro. Aparece silbando un cometa fascinantemente hermoso, brillante, resplandeciente... nunca había visto algo tan brillante y hermoso; lo contempla por largo rato con toda claridad y luego desaparece de su ángulo visual. Voltea hacia su madre y le pregunta si vió el hermoso cometa... su madre parece desinteresada y dice vagamente "Oh, sí" y mi paciente siente que es probable que ni lo vió. Mi paciente dice: "Esta es una comarca notable —observa con que abundancia crecen los pepinos". Su madre tiene un gran pepino bajo el brazo ~~alguno~~ mira con disgusto, y responde su madre: "Es tan laborioso pelarlos cuando son tan grandes". Mi paciente se confunde y piensa que no había considerado la posibilidad de que a lo mejor esos pepinos en verdad no eran tan sabrosos.

Sus asociaciones nos condujeron, entre otras cosas, a un libro de cuentos: en uno de éstos se relata como una familia de animales tiene noticia de un cometa brillante que se aproxima a la tierra y como ellos están convencidos de que el portento significará el fin del mundo.

Considero que estos sueños ilustran muy bien la creatividad de los sueños percibida por Fromm: estos sueños retratan fielmente a su madre; retratan la ambición intelectual pretenciosa de sus padres; retratan su intensa necesidad propia de aclarar sus pensamientos, necesidad tantas veces denegada y retratan sus necesidades afectivas y sen-



suales. En otros de sus sueños hay techos invisibles que le impiden moverse, sentir y pensar con libertad; sueña con catástrofes y con una gran soledad total. Las fuerzas formativas más poderosas de su infancia fueron su necesidad de sobrevivir y su necesidad de negar los acontecimientos en su familia, porque percibirlos le significaría una soledad insoportable. En una ocasión ella se describió cuando niña, como un pajarillo con sus plumas alborotadas, pero ya casi sin cuerpo.

Nos dice Fromm\*: "La represión de toda la gama de las experiencias psíquicas" no sólo es aplicable a los individuos en relación a sus experiencias personales --infantiles o actuales--, sino también nos es aplicable en tanto parte de la humanidad y miembros de una sociedad y de un grupo específicos.

Estoy convencida de que a partir de Fromm, casi todos los psicoanalistas incluiremos en las preguntas que hacemos a nuestros analizandos, preguntas esenciales acerca del trasfondo cultural, social y político de su infancia, cuando tratamos de encontrar respuestas que nos aclaren la incógnita más inclusiva: "¿Quién eres?" Estoy convencida que después de enunciarlo Fromm, la mayoría de los analistas estarán más dispuestos por ejemplo, a reconocer el aburrimiento, tan inherente a la crianza y a la vida de la clase media, en ellos mismos y en sus analizandos.

Quiero ahora continuar con Fromm y de su libro "Anatomía de la destructividad humana" (1975 (1973)) citaré el tema de los impulsos reprimidos por la sociedad y lo que significa el ver y expresar la verdad a este nivel (p. 211): "Históricamente sucede otro tanto. Quienes dijeron la verdad acerca de un régimen determinado fueron desterrados, encarcelados o muertos por quienes estaban en el poder y cuya furia habían excitado. Claro está que la explicación lógica es que eran peligrosos para sus respectivos establishments, y que su muerte parecía el

---

\* La autora no señala la cita bibliográfica por lo que la traducción es del traductor.

mejor medio de mantener el status quo. Esto es bien cierto, pero no explica el hecho de que los que dicen la verdad sean tan profundamente odiados aunque no representen una verdadera amenaza para el orden constituido. La razón está, según creo, en que al decir la verdad movilizan la resistencia de quienes la reprimen. Para éstos, la verdad es peligrosa no sólo porque puede poner en peligro su poder sino porque sacude todo su sistema consciente de orientación, los priva de sus racionalizaciones y aun podrían obligarlos a obrar de otro modo. Sólo quienes han experimentado el proceso de adquirir conocimiento de impulsos importantes que estaban reprimidos saben la sensación cataclísmica de azoramiento y confusión que es su consecuencia. No todas las personas están dispuestas a afrontar esta aventura y menos aquellas que, al menos de momento, salen ganando con su ceguera".

Fromm pregunta en "El corazón del hombre" (1964 (1966 p. 137s)): "¿Qué puede hacer el hombre para luchar contra ese miedo inherente a la naturaleza?\*" "¿Qué puede hacer el hombre para encontrar una armonía que lo libere de la tortura de la soledad, y le permita sentirse en el mundo como en su casa, encontrar un sentimiento de unidad?... A la primera respuesta a la búsqueda para trascender el aislamiento y llegar a la unidad, la llamo respuesta regresiva. Si el hombre quiere encontrar la unidad, si quiere librarse del miedo a la soledad y la inseguridad, puede tratar de volver al lugar de donde vino: a la naturaleza, a la vida animal, o a sus antepasados. Puede tratar de deshacerse de lo que lo hace humano y sin embargo lo tortura: su razón y el conocimiento de sí mismo. Parece que el hombre trató de hacer precisamente eso durante centenares de miles de años... La alternativa a la solución arcaica regresiva del problema de la existencia humana, de la carga de ser hombres, es la solución progresiva, la de encontrar una armonía nueva no por regresión, sino por el pleno desarrollo de todas las fuerzas humanas de la humanidad dentro de uno".

---

\* En el texto en inglés (1964 pag. 117) dice: inherente a su existencia (énfasis agregado).

Una de las principales contribuciones de Fromm al psicoanálisis es sin duda su análisis cuidadoso de los diferentes tipos de agresión benigna y maligna. Quiero detenerme un momento en un aspecto de este tópico tan extenso: con la función de la agresión como defensa contra la angustia porque considero que la encontramos con frecuencia en nuestro trabajo analítico. Fromm escribe en la "Anatomía de la destructividad humana" (op. cit. p. 203): "Hay muchos modos de desembarazarse del temor y la ansiedad, como por ejemplo el empleo de las drogas, la excitación sexual, el sueño y la compañía de los demás. Uno de los medios más eficaces de librarse de la ansiedad es ponerse agresivo. Cuando una persona logra salir del estado de temor pasivo y empieza a atacar, el carácter doloroso del miedo desaparece". Como Harry Guntrip diría: preferimos sentirnos fuertes y agresivos y no débiles e indefensos; y tendemos a encubrir o eludir con agresión nuestras necesidades más íntimas de contacto y confianza.

Mi experiencia me indica que en tanto terapeuta, la agresión que encaramos de parte de nuestros pacientes es en gran medida de la calidad antes descrita. Con frecuencia tendemos a hablar de la agresión en la transferencia y, como señaló Fromm en el párrafo arriba citado y en tantos otros, con frecuencia no la diferenciamos claramente de la agresión defensiva.

Una joven paciente mía quien poco antes de su tercer cumpleaños había experimentado una situación muy traumática y dramática que le dejaron una profunda desconfianza hacia sus padres y todo ser humano, reaccionaba hacia mí con una agresión intensa y aislamiento en cada ocasión en que nos aproximábamos a un nuevo aspecto de dicha experiencia. Es verdad... había un fuerte odio transferencial y un temor repetitivo pero, es aun más importante hacer notar la agresión defensiva que surgía cuando nos acercábamos al miedo y a la soledad intolerables, y a la pérdida psíquica de ambos padres cuando niña; lo que más eludía era la tristeza intensa.

En su última entrevista ante la televisión alemana, un poco más de 24 horas antes de su muerte, Fromm, una vez más nos plantea con claridad y en un lenguaje directo lo que él considera que puede ser el hombre si abandona la idea ilusoria de que es feliz en nuestra sociedad de consumo; que el hombre puede conocerse, tomar consciencia de sí mismo y por ende, de todo aquello de lo que es inconsciente y agregó que ésto no significa que deba analizarse para conocer sus verdaderos sentimientos, bastará con no acceder con tanta frecuencia a aquellas demandas que le imponen sentir lo que se le dice.

Sus últimas palabras, en la entrevista referida en la televisión alemana, se relacionaron con el Estado y con la religión: de cómo estas dos fuerzas evitan que el hombre utilice sus propias potencialidades y se experimente como un ser activo en el mundo; cómo han sometido al hombre a una obediencia ciega despertándole miedos y sentimientos de culpa... sentimientos de culpa generadores de una dependencia hacia las autoridades eclesiásticas y del Estado porque éstas son las únicas con el poder para darle la absolución. —Estas fueron las últimas palabras del Dr. Fromm en público y considero que son un testamento que nos obliga a todos por igual.

Quisiera terminar con una breve viñeta: Cuando visité al Dr. Fromm en Locarno en Noviembre de 1973 porque no sabía como resolver una situación personal difícil, él entre otras cosas me contestó relatándome como Moises llevó al pueblo de Israel a través del Mar Rojo, pero el relato era diferente al conocido: Moises se adelantó y conforme daba un paso trás otro las aguas se separaban y el pueblo lo seguía. Fromm fue un seguidor auténtico de Moises en su búsqueda arrojada y fiel en pos de la verdad; nos abrió caminos para seguirlo y para proseguir su búsqueda nunca antes tan necesaria como lo es hoy.

## B I B L I O G R A F I A

- Fromm, Erich (1951) "The forgotten language". Rinehart and Co. Inc. N.Y.  
"El lenguaje olvidado". Librería Hachette S.A. Buenos Aires. 1957.
- " " (1964) "The heart of man". Harper and Row Publishers. N.Y., London.  
"El corazón del hombre". Fondo de Cultura Económica. México. Primera edición en español. 1966.
- " " (1973) "The anatomy of human destructiveness". Holt, Rinehart and Winston, N.Y.  
"Anatomía de la destructividad humana" Siglo XXI Editores S.A. México. Primera edición en español. 1975.
- " " (1976) "To have or to be". Harper and Row Publishers N.Y., London.  
"Tener o ser". Fondo de Cultura Económica. México. Primera edición en español. 1980.
- Schokel, Luis Alonso y Mateos, Juan. (1975). "Nueva Biblia Española". Ediciones Cristiandad. Madrid.
- Stewart, Kilton (197?) "Senoi Dream Society". Revista "El Corno Emplumado". Núm. 28. México. Octubre 1968.

Dr. psic. Margit Norell  
Herman Ygbergs Vag 13  
161 38 Bromma  
Suecia