

Els malestars o neguits a la cultura occidental

Jaume Patuel Puig

Institut Universitari de Salut Mental de la Fundació Vidal i Barraquer
Universitat Ramon Llull

Recepció 17.7.2017 | Acceptació ***data

Resum: L'article pren com a punt de partença el treball de Sigmund Freud *El malestar en la cultura* (1930). Constata el desassossec de l'home occidental. Un sentiment de culpa inconscient. Una emoció primària segons Paul Ekman. Una lectura reductora de Klein, psicoanalista anglesa, ha posat aquest sentiment com a mòbil de les nostres accions. Cal revisar-lo i alhora avançar al concepte de responsabilitat i dignitat.

Paraules clau: culpabilitat, responsabilitat, ego, malestar, emoció

Abstract: The article takes as a starting point, the work of Sigmund Freud *Civilization and its discontents* (1930). Note the unease of occidental man. A feeling of unconscious guilt. A primary emotion according to Paul Ekman. A reductive reading of Klein, an English psychoanalyst, has put this feeling as the motive of our actions. We must review it and at the same time advance the concept of responsibility and dignity.

Keywords: culpability, responsibility, ego, discomfort, emotion

D'ençà que Sigmund Freud va publicar *El malestar en la cultura* (1930) es va formar una trilogia, integrada per *El futur d'una il·lusió* (1927), també escrita per Freud sobre el tema de la religió, i que va ser comentada críticament per Oskar Pfister, pastor protestant i psicoanalista, sota el títol *La il·lusió d'un futur* (1928), la qual no es coneix al món hispanoparlant. Hi ha traducció només en francès, italià i anglès. Sigmund Freud va respondre a aquest comentari amb la primera obra esmentada. Les tres formen una unitat. Cal situar-les en el seu context de quasi fa un segle. En llur contingut s'hi troben diversos conceptes, entre d'altres, il·lusió, religió, malestar, sentiment de culpa, patiment, creença, fe, Déu i amor.

És un fet ben constatable que la nostra cultura occidental està en plena crisi identitària. La crisi econòmica no és més que la punta de l'iceberg. A més, tot un nou paradigma secular s'està imposant. Freud en va

ser uns dels promotors amb la psicologia dinàmica o psicoanàlisi o psicologia profunda. Una de les seves aportacions va ser viscuda de forma ferotge i amb crítiques molt dures, que indicaven, per tant, la importància del tema. Aquesta aportació, per directa i pregona que va ser per a la religió, va tenir un caire molt sa: la lluita contra una religió més aviat negativa, repressora. El seu error va ser partir de persones amb problemes emocionals i no, com Oskar Pfister, de persones sanes i madures.

Una emoció es reflecteix en els escrits dels dos autors i va ser constatar un sentiment humà de malestar, culpabilitat, desassossec, o culpa. Qui no ha viscut o viu aquest sentiment de culpabilitat vague, general, sense determinar? O un sentiment de culpa irracional enfront a un aspecte concret de la vida? Que produeix moltes vegades un autèntic patiment psíquic, però inútil, i pot esdevenir malaltís? Aquí podríem presentar molt de casos clínics o en llenguatge pedagògic, en diríem, exemples.

Si partim que aquest sentiment és una emoció primària, mostrat per Paul Ekman, psicòleg que s'ha dedicat a l'estudi de les faccions emocionals del rostre, aquest «malestar», junt amb les lectures diferents sobre el sentiment de culpabilitat, segons alguns autors (Sigmund Freud, Alfred Adler, Carl G. Jung, Melanie Klein, Serge Lebovici, Donald Winnicott i d'altres) haurem d'acceptar que és una emoció bàsica i necessària de la nostra estructura biopsíquica; per tant, ni inútil ni patològica. Si és bàsica, alguna funció ha de fer. No es dona gratuïtament. Efectivament, la seva funció és d'advertir que alguna cosa de la nostra actuació interior o exterior no va bé, no marxa de forma adequada, o un comportament no és adequat o no tenim cura de la nostra corporalitat i tantes altres indicacions per bé que no siguin del nostre grat, la qual cosa demana un referent. Aquestes referències són les normes educatives viscudes pels nostres ancestres, pares, família, escola i societat. Normes inoculades interiorment a través de l'ambient i de les relacions humanes. I aquestes normes s'han de complir, sinó emergeix un malestar, una exigència psíquica interior.

Cal recordar que hi ha un aspecte molt desaturat, àdhuc negat, per part de certes escoles psicològiques. Quin? Que existeix, es vulgui o no,

un món o nivell inconscient tant a nivell personal com a nivell col·lectiu. També es pot dir, amb altres paraules, que hi ha diversos nivells de consciència o estats no ordinaris de consciència. Hi ha pautes com també normes de què no som conscients, però portem a terme i les executem. Per altra banda, les neurociències van confirmant les intuïcions o postulats freudians com el seny de la psicologia popular a través de dites, proverbis, contes, llegendes, mites.

Les neurociències ens confirmen un món amagat o una nova mena de memòria, un inconscient, però actuant de forma dinàmica en la conflictivitat humana. D'aquí una contradicció, constatada pel mateix Freud, que hi ha un sentiment de culpa, un malestar inconscient. O és conscient o no ho és? Deixant de banda el debat que pot convocar aquesta dificultat, hem de poder evitar que l'arbre no ens faci perdre la visió global del bosc. O que la visió general del bosc no ens permeti connectar amb l'arbreda.

Així doncs, aquesta emoció primària, bàsica, cal tenir-la present i conèixer-la per tal de saber gestionar-la. I com diu la dita «les maces piquen» i tant trastorn és un excés per massa culpabilitat o un dèficit per absència d'aquest sentiment. Tant l'un com l'altre donen peu a personalitats alterades emocionalment. Per un excés tindrem els obsessius i per dèficit, els psicòpates. Dues menes de personalitats molt esteses en la nostra societat. Deixem de banda aquestes alteracions de personalitat, que caient als extrems poden ser molt malaltes, àdhuc fins a no poder fer vida social. O també fer la vida relacional impossible o destructiva, o com no tolerar la vida dels altres, i matant-los tant físicament com psíquicament. Tota una relació tòxica, com avui es diu.

Fent un pas més, podem constatar que hi ha una certa tendència a dir: «No en facis cas d'aquests sentiments», «Què he fet que em senti malament?», «Ara de què em vols fer sentir culpable?» o «Quin pecat he comés perquè *déu* em castigui així?», i moltes d'altres expressions que són ben significatives d'un malestar tant conscient com inconscient. I no diguem en el terreny religiós quan el sentiment de culpabilitat i culpa ha estat embolcallat amb la paraula *pecat* davant un càstig diví (!). Les destrosses emocionals o psíquiques, i no diguem morals, han

estat immenses, de tal forma que hi ha algun autor que ha afirmat que el sentiment de culpa és sempre malaltís; mai sanogen. Així les persones que ho patien, per consciència escrupolosa o obsessiva, ho poguessin superar per trobar una altra vegada la pau interior. Al meu entendre, una bona gestió d'aquesta emoció o sentiment de culpabilitat, cal aprendre-la. No s'aprèn enfrontant-s'hi, ni enfadant-s'hi, ni irritant-s'hi, ni tampoc negant-lo sinó dialogant i comprenent-lo. La capacitat de la pròpia introspecció i coneixement d'un mateix. La culpabilitat es manifesta amb moltes somatitzacions: De què em sento malament? Hi ha raó o no? Hi ha motiu o no?

El món inconscient porta a vegades exigències excessives o irracionals. El cas més clar i específic és el d'aquella filla que té cura total i sense límits de la mare o del pare al llarg de la malaltia i, una vegada morta, li surt un sentiment de malestar o culpabilitat: «Hauria haver pogut fer molt més...», com ho gestiona? Al darrere hi ha un món imaginari amb figures parentals o arquetips de molta perfecció i exigència; per tant, gens raonables per al món conscient i aquest no pot impedir aquets reacció. Un altre aspecte a tenir en compte és que el malestar no acceptat o negat conscientment o no reconegut pot expressar-se en malestars o malalties corporals sense donar-hi cap mena d'importància. Aquesta actitud porta o pot portar a la llarga que aquests malestars corporals es facin crònics i se somatitzin, donant peu a malalties corporals cròniques, o psíquicament amb actuacions de fracàs, de pèrdues, o bloquejos emocionals impeding poder ser creatiu o prendre decisions serioses.

Al meu entendre, en el terreny psicològic dinàmic, hi ha hagut una lectura incompleta d'una autora, Melanie Klein, psicoanalista anglesa, que ha insistit molt en aquesta culpabilitat. Aproximem-nos a aquest text. Diu així (Klein 1976, 231):

En aquest esforç per atènyer les nostres fites amb la gent, el primerenc desig de reparar s'uneix a la capacitat d'estimar, el fet irrevocable que ningú de nosaltres està mai totalment lliure de culpa té aspectes molt valuosos perquè implica el desig mai exhaurit de reparar i de crear en qualsevulla forma que puguem.

Aquest text pot reenviar a la dogmàtica catòlica i ser una forma secularitzada del pecat original. La foscor, la negror per sobre la llum de bell antuvi. Moltes persones han romàs en aquesta part. I n'han fet un postulat psicològic: Sempre actuem per alguna culpabilitat. Però cal continuar llegint aquesta autora per tal de no romandre només en aquest paràgraf, com he indicat anteriorment i poder tenir-ne una altra visió més completa, però no suficient, d'allò que M. Klein vol expressar. Diu a continuació (Klein 1976, 231):

Totes les formes d'ajut social es beneficien d'aquest anhel. Els casos extrems de sentiment de culpa empenyen la gent vers el total sacrifici de si mateix per una causa o pels seus semblants, i poden conduir al fanatisme. Així i tot, sabem que algunes persones arriuen llur vida per salvar d'altres, i aquesta acció no correspon necessàriament al mateix ordre. En aquests casos no és tant la culpa que podria actuar com la capacitat d'amor i generositat i una identificació amb els nostres semblants en perill.

Aleshores veiem que no tot és ja fruit del sentiment de culpa, sinó també de l'amor identitari. Però l'experiència humana ens porta també a considerar que la base no és la negativitat sinó la positivitat que té tot Ésser Humà. Cal fer una nova lectura global d'aquests paràgrafs per tal de veure que l'amor no és un extrem d'actuació sinó la forma de viure el dia a dia en moltes persones i no la culpabilitat. A més, aquesta nova lectura pot menar-nos a tenir en compte un nou concepte: l'emoció bàsica de culpa ens ha de portar a ser responsables d'un i dels altres.

A més, en alguns àmbits antropològics actuals, la pregonesa o fondataria de tot Ésser Humà està basada en la Confiança, Bondat i Amor. Aquestes capacitats o emocions intrínseques en tot Ésser Humà malgrat la dificultat de reconèixer-les per diverses causes, cal no projectar-les a fora i romandre únicament en les capacitats o emocions negatives: enveja, odi, cobdícia, gelosia i d'altres. Aquest dualisme ha comportat i encara comporta moltes dificultats de convivència en la nostra cultura. Tot això produeix un malestar i ben malaltís. L'Ésser Humà és un Ésser Confiançal. La psicologia profunda ens ho confirma. Si no hi ha confiança, no hi ha creixement, desenvolupament vers la maduresa integral.

Junta amb aquesta evolució i formant part d'ella mateixa, hem d'incloure dificultats i oposicions de contraris. En aquesta conflictivitat, cal la necessitat d'una emoció indicadora. Freud, en el llibre *El Malestar en la cultura*, recorda que les dificultats venen de tres àmbits: de la Naturala, que no podem controlar; de les malalties que es presenten i intentem més que mai curar-les. I el tercer malestar ve de la relació personal amb els altres. Només cal mirar no únicament el mapa geopolític mundial per les guerres sinó també el nostre entorn general amb les guerres d'altra mena: moneda, poder(s) i sense oblidar l'entorn més proper com el professional i familiar: enveges, antipaties, etc.

I sense citar-ho de forma explícita, podem constatar en la lectura d'aquest llibre, *El malestar*, que la dificultat més important es troba en l'àmbit de cada Ésser Humà amb si mateix. Per això, crec adient aportar a la reflexió un text del mateix Sigmund Freud (1978, 72), escrit al 1939, als 82 anys.

Un proverbi adverteix la impossibilitat de servir al mateix temps a dos senyors. El pobre «ego» es veu encara més apurat: li toca servir a tres severos amos i s'esforça a conciliar les seves exigències i mandats. Tals exigències difereixen sempre i, a vegades, semblen inconciliables; res, doncs, d'estrany que l'«ego» fracassi tan freqüentment en la seva tasca. Els tres amos són el món exterior, el superego i l'allò (ego, super-yo, id). Se sent assetjat per tres costats i amenaçat per tres perills, davant els quals, en cas de pressió extrema, reacciona amb el desenvolupament de l'angoixa. L'«ego» està destinat a representar les exigències del món exterior, però vol també ser un fidel servidor de l'allò. Per altra banda, és minuciosament vigilat pel rígid superego que li imposa determinades normes de conducta, sense atendre els mandats que li exigeixen per part de l'allò i del món exterior i el castiga en cas d'infracció amb sentiments d'inferioritat i culpabilitat. D'aquesta forma, conduït per l'Allò, restringit pel Superego i rebutjat per la realitat, l'«ego» lluita per portar a terme la seva missió..., la d'establir una harmonia entre les forces, que actuen en ell; i comprenem per què, a vegades, no podem menys que exclamar: Què difícil és la vida! Quan l'«ego» ha de reconèixer la seva feblesa, s'inunda o s'afoga en angoixa. Angoixa real davant el món exterior, angoixa moral davant el Superego i angoixa neuròtica davant la força de les passió de l'Allò.

I per comprendre millor el text, ens val la metàfora del cavall (allò), brides (superego) i el genet (ego). L'ego no pot ni maltractar el cavall, ni deixar les brides, però li cal treballar per l'harmonia psíquica.

La reflexió d'aquests textos ens hauria de menar a conèixer més a fons l'estructura psíquica des de l'angle de la psicologia profunda, una antropologia psicodinàmica, on la paraula és imprescindible. I faig esment d'una cita de Serge Lebovici (1971, 100), psicoanalista parisenc, que diu:

La culpabilitat estaria, doncs, inscrita en el destí biològic humà i no està condicionada des de l'exterior ni des del context cultural i els seus components ètics i religiosos només en quant al seu contingut.

I el contingut l'omple la paraula. Aquesta aportació confirma el que he indicat, al principi, de Paul Ekman. La reflexió ens ha de poder portar no únicament a tenir en compte aquest sentiment de culpabilitat o malestar —emoció primària— sinó anar-la transformant cap a un nou concepte operatiu i performance com és la responsabilitat que cada Ésser Humà ha de tenir envers si mateix, envers els altres i envers tota la Terra o Cosmos. I, a més, una base o punt de partença, no inscrita en la biologia, però sí en l'estructura psíquica integral, és *el gran respecte a la dignitat humana*. D'aquesta dignitat cada individu ha de ser-ne responsable, i l'emoció bàsica de malestar és un ajut de discerniment sa i no patològic o malaltís o inútil. I el mon de la «psi» mai és neutral.

Referències bibliogràfiques

Ekmna, P. 2013. *El rostro de las emociones*. Barcelona: RBA.

Freud, S. 1978. *El Malestar en la cultura*. Vol. XVI. Buenos Aires: Amorrortu.

Klein, M. 1976. *Nuestro mundo adulto y sus raíces en la infancia*, vol. 6. Buenos Aires: Paidós.

Lebovici, S. 1971. *Les sentiments de culpabilité chez l'enfant et chez l'adulte*. Paris: Hachette.

Pfister, O. 1928. «Die Illusion einer Zukunft. Eine freundschaftliche Auseinandersetzung mit Sigmund Freud». *Imago* 14: 149-184.