

LA PERSPECTIVA FACTUAL DE LA ANGUSTIA

I

LA FENOMENOLOGIA DE LA VIVENCIA ANSIOSA

Sollier y Courbon, en su clásica obra *Pratique Sémiologique des Maladies Mentales* (1), establecen tres grados expresamente diferenciados a propósito de ansiedad. Ellos son: la inquietud, la angustia y la ansiedad.

La inquietud se caracteriza por un estado de malestar general, de sentimiento de fatiga, de inestabilidad motora, de dificultad de aplicar la atención a una ocupación cualquiera, de dudas e incertidumbres que conducen a un estado de esperanza o desesperación que impiden dormir.

La angustia es una perturbación física que entraña una sensación de constricción penosa, ya en el hueco epigástrico, ya en el corazón, ya a nivel de la cabeza y que parece tener relación con el simpático. Puede, de hecho, demostrarse independiente de la ansiedad.

La ansiedad no es sino la exageración del estado de inquietud que la precede, si bien no fatalmente. La inestabilidad motora se convierte en agitación, algunas veces llevada hasta el extremo. Los enfermos se abandonan a la mímica de la desesperación, se hieren la cabeza, nada puede fijar su atención ni detener sus gestos; su cara es pálida, su mirada alocada, su boca seca, su piel empapada con frecuencia por sudores fríos; la respiración opresiva y anhelante, el pulso rápido, con temblores que terminan en el agotamiento del sujeto, que es con-

(1) SOLLIER et COURBON, *Pratique Sémiologique des Maladies Mentales*. Masson et Cie. Paris, 1924. P. 149.

ducido a la actitud temerosa y, frecuentemente, al estado de inmovilidad.

Para los tratadistas franceses, antes citados, no hay posibilidad alguna de confusión entre los tres grados de específica diferencia a propósito de la ansiedad. En esto están de acuerdo con la tradicional escuela francesa que a lo largo de su historia mantiene la distinción radical entre angustia y ansiedad.

Edouard Brissaud, el eminente psiquiatra francés, fué el primero que señaló la distinción entre angustia y ansiedad, sosteniendo que había casos, como el señalado por Souques, en que la angustia se presentaba sin repercutir en ansiedad. En un artículo inserto en la *Sémaine Médicale*, describe como ansiedad paroxística una afección caracterizada por crisis nocturnas o matinales en cuyo desarrollo siente el enfermo bruscamente atacado de un sentimiento de muerte próxima, la que, por otra parte, no se justifica físicamente. No hay sino signos de violenta emoción, declarando que esta situación merece el nombre de «angustia intelectual» o ansiedad. La angustia física, en cambio, se presenta como «una sensación física de constricción torácica y de ahogo», para lo cual el nombre de ansiedad es impropio, aun cuando sólo se aplique al «estado mental que acompaña esta sensación» (2).

Souques presentó en la *Sociedad Neurológica de París* una comunicación sobre angustia sin ansiedad. Se trataba de un estibador en el que la crisis de *angor pectoris* se presentaba sin tristeza, sin terror y sin aprehensión. Brissaud, consultada su opinión, insistió en que *angustia* y *ansiedad* son dos fenómenos distintos, el primero de índole física, el segundo de orden intelectual. La angustia, precisó más Brissaud, es un fenómeno bulbar; la ansiedad es un fenómeno cerebral; la angustia es una alteración física que se traduce por una vivencia de constricción, de ahogo; la ansiedad es un trastorno psíquico que se traduce por un sentimiento de inseguridad (3).

Abundando en la misma tradición, Devaux y Logre se expresan del siguiente modo: «La ansiedad es una emoción caracterizada por un estado de dolor moral y de incertidumbre, con sensación frecuente de constricción física» (angustia) (4).

(2) E. BRISSAUD, *De l'anxiété paroxystique*. *Semaine Médicale*, 1890. Páginas 410-411.

(3) E. BRISSAUD, *Revue Neurologique*, 1902, II. Pp. 762-763.

(4) DEVAUX et LOGRE, *Les Anxieux*. Masson et Cie. Paris, 1917. P. 3.

La anterior definición es, en opinión de Claude (5), bastante completa, pues siendo la ansiedad una emoción, posee, como toda emoción, su elemento psíquico y su elemento físico, es una emoción triste (dolor moral) acompañada de incertidumbre. En efecto, la característica de la emoción ansiedad, es la de no referirse a ciertos hechos realizados, inmediatos. No está ansioso, sino conmovido, el que se entera de la muerte de un amigo; sí está ansioso, dice Claude, cuando espera la propia muerte. El soldado no estaba ansioso en las guerras de épocas pasadas, cuando cargaba sobre el enemigo; su emoción era la cólera, el odio, el entusiasmo, es decir, su mero acto defensivo; pero el soldado que ha esperado en la trinchera, como el soldado de la *Primera Guerra Mundial*, la hora cero, sí se encontraba ansioso.

Francis Heckel, a su vez, se alinea en el pensamiento de Brissaud cuando en la página 280 de su obra, *La Névrose d'angoisse et les Etats d'émotivité anxieuse*, dice textualmente: «Por consiguiente, distingo aquí dos elementos, el uno no psíquico, la angustia o terror, fenómeno bulbar; el otro psicosenitivo, la ansiedad. Para mi, como para Brissaud, Londe, Bonnier, no hay ansiedad sin participación de la corteza cerebral» (6).

En 1924 el profesor Levy-Valensi propuso una definición aforística: 'La ansiedad es una emoción penosa de espera, como la esperanza es una emoción agradable de espera' (7). La angustia, por el contrario, sería definida limitativamente así: el conjunto de sensaciones y de reacciones somáticas que acompañan de ordinario a la ansiedad.

En la bibliografía actual ya no se marcan con tanta distinción la ansiedad y la angustia. Parece derivarse esto de los autores alemanes: la influencia de la psiquiatría alemana ha hecho que los tratadistas se olviden de las anteriores distinciones; la palabra alemana *angst*, aplicada tanto a la angustia como a la ansiedad, ha contribuido a borrar la diferencia. De hecho son los matices extremos de un mismo fenómeno, o por mejor decir, de una misma vivencia, cuyos intermedios son, entre otros, inquietud, opresión, ansia, mareo, vértigo.

Considerando, pues, un sólo fenómeno la ansiedad o la angustia, podemos considerar en ella cuatro notas fundamentales: a) el carácter

(5) H. CLAUDE et LEVY-VALENSI, *Les états anxieux*. Paris, Maloine, 1938. P. 23.

(6) FRANCIS HECKEL, *La Névrose d'angoisse et les Etats d'Emotivité anxieuse*. Paris, Masson et Cie, 1917. P. 280.

(7) LEVY-VALENSI, *La Semaine des Hôpitaux de Paris*, 4 juin, 1926.

de inquietud e indecisión ; b) su correlato psicossomático ; c) presentarse en una gama, desde la angustia física hasta la más elevada angustia espiritual ; d) afectar profundamente al individuo que siente en ese momento comprometida su vida o algo a lo que estima más que a su propia vida (8).

Para centrar la fenomenografía de la vivencia ansiosa, recorramos ahora lo que Claude ha denominado crisis de ansiedad. Ella va acompañada, desde luego, de reacciones somáticas bien conocidas. Estas varían, dice Claude, de acuerdo con las circunstancias. Cada uno hace su angustia, agrega el maestro francés, de acuerdo con su constitución ; es en relación con su estado de organización neuroendocrina, de acuerdo con su temperamento, a su manera, en una palabra. Sin detenernos en descripciones semiológicas, ajenas al designio fundamental de este ensayo, es preciso destacar las siguientes como las principales : 1) Perturbaciones musculares, temblores, sacudidas rítmicas que agitan a menudo el cuerpo del sujeto y de modo particular sus extremidades digitales, sus labios, lengua, dando origen a fenómenos de disartria intermitente ; sacudidas fibrilares en los músculos del rostro y a nivel de los pequeños músculos de la mano. 2) Perturbaciones digestivas como el ptialismo, o bien sequedad de la boca o de la garganta, dando origen a una sed inextinguible ; anorexia y bulimia, constipación, flatulencia y diarreas. 3) Perturbaciones urinarias como la poliuria y la polaquiuria, la estranguria. 4) Perturbaciones genitales como la impotencia, la frigidez, la eyaculación precoz, el hipergenitalismo momentáneo. 5) Perturbaciones vasomotoras como la vasodilatación o vasoconstricción periféricas, el prurito. 6) Perturbaciones sudorales como la piel seca, o bien las crisis de hiperhidrosis.

Algunas doctrinas en torno de la angustia

Muy brevemente expondremos ahora el punto de vista psicodinámico de la angustia, consagrando un párrafo a Freud, otro a Karen Horney y otro a Harry Stack Sullivan. Las ideas de Sigmund Freud sobre la angustia, como acontece con todas sus ideas, se van modificando, afinando y superponiendo en el decurso de medio siglo de investigaciones, sin que por otra parte su preocupación por liquidar las

(8) J. ROF CARBALLO, *Patología Psicossomática*, 2 ed. Edit. Paz Montalvo. Madrid, 1950. P. 348.

antiguas y superadas posiciones se manifieste con precisión y nitidez, lo que produce cierta ambigüedad, o por lo menos dificulta abarcar, como era de desearse, su formulación definitiva. De tal suerte que, como dice López Ibor, no deja de manifestar, aun en su obra culminante al respecto (*Inhibición, Síntoma y Angustia*) «titubeos, inseguridades y rectificaciones».

Sus primeras ideas al respecto se formulan entre los años de 1892 y 1899 y están contenidas en el ensayo intitulado *Sobre la justificación de separar de la neurastenia un cierto complejo de síntomas, con el nombre de neurosis de angustia*.

No es tanto, ciertamente, la fenomenografía ansiosa formulada por Freud, con todo y ser magistral, lo que impresiona en el ensayo del psicólogo vienés, cuanto la adscripción etiológica que formula. Para Sigmund Freud «el mecanismo de la neurosis de angustia ha de ser buscado en la desviación de la excitación sexual somática, de lo psíquico, y en consiguiente aprovechamiento anormal de dicha excitación» (9).

Con más precisión se expresa al referirse a la etiología de las neurosis (10). «La neurosis de angustia, cuyo cuadro clínico es mucho más rico: irritabilidad, estado de espera angustiada, fobias, ataques de angustia completos o rudimentarios, de miedo, vértigo, temblores, sudores, congestión, disnea, taquicardia, etc.; diarrea crónica, vértigo crónico de locomoción, hiperestesia, insomnios, etc., se revela fácilmente como el efecto específico de diversos desórdenes de la vida sexual, que no carecen de un carácter común a todos. La abstinencia forzada, la irritación genital frustrada (no satisfecha por el acto sexual), el coito imperfecto o interrumpido, los esfuerzos sexuales que sobrepasan la capacidad psíquica del sujeto, etc., todos estos agentes, frecuentísimos en la vida moderna, coinciden en perturbar el equilibrio de las funciones psíquicas y somáticas en los actos sexuales, impidiendo la participación psíquica necesaria para libertar a la economía nerviosa de la tensión genésica».

En respuesta a las objeciones de Loowenfeld, para quien la neurosis ansiosa es el efecto del choque emocional, Sigmund Freud afirma que en las cosas en que un choque emotivo ha desencadenado una

(9) SIGMUND FREUD, *Obras Completas*. Vol. I. P. 189.

(10) SIGMUND FREUD, *La Herencia y la Etiología de las Neurosis*. *Obras Completas*. Vol. I. P. 209.

crisis de angustia, sólo se trata de una causa aparente y circunstancial, ya que investigando el caso y a la luz de la anamnesis se comprueba siempre la existencia de una libido insatisfecha, a veces por años, y que la ocasión externa revelaría al poner en marcha, por así decir, el mecanismo neurótico (11).

En suma, las primeras investigaciones de Freud consideran la angustia y sus derivaciones (excitabilidad general, espera ansiosa, perturbaciones funcionales respiratorias y cardiovasculares, hiperhidrosis, temblores, convulsiones, mareo, vértigo, pavor nocturno, flatulencia, crisis diarreicas, parestesia, agorafobia, etc.) como un complejo de síntomas que deben ser distinguidos del síndrome neurasténico y de la neurosis histérica y que se desencadena por la insatisfacción de la exigencia normal, derivada hacia el lado somático.

En el año de 1925, el psiquiatra judío-vienés publica uno de sus libros clínicamente más valiosos: *Inhibición, Síntoma y Angustia*. En esta obra atribuye Freud a la angustia un *desarrollo histórico*, de tal suerte que cuando en la edad adulta aparece una crisis ansiosa siempre existe una referencia al pasado del paciente. La angustia aparece con el trauma del nacimiento, lo que explica que siempre se manifiesta forzando las mismas funciones que se ponen en juego en el acto de nacer: la respiración y la circulación que pasan de un régimen a otro. La angustia supone siempre una reacción ante un estado de peligro. Durante las edades posteriores a la infancia la angustia aparecerá ya de un modo adecuado, ya de un modo inadecuado, según que el modo de peligro sea real (angustia real), o bien lo sea meramente aparente (angustia neurótica).

Existe, en efecto, dice Sigmund Freud, «una angustia real, independiente por completo de la angustia neurótica y que se nos muestra como algo muy racional y comprensible, pudiendo ser definida como una reacción a la percepción de un peligro exterior, esto es, de un daño esperado y previsto. Esta reacción aparece enlazada al reflejo de fuga y podemos considerarla como una manifestación del instinto de conservación» (12).

Pero por otra parte existe la angustia neurótica, ella se halla como estado general de angustia en los neuróticos, es una angustia que po-

(11) SIGMUND FREUD, *Obras Completas*. Vol. I, P. 212.

(12) SIGMUND FREUD, *Introducción al Psicoanálisis*. Vol. V de la edición española. P. 194.

dríamos considerar como flotante, «dispuesta a adherirse al contenido de la primera representación adecuada» (13). Esta primera forma *expectante* de la angustia corresponde, cuando alcanza cierta intensidad, a una afección nerviosa que Freud denomina *neurosis de angustia* y que considera entre las neurosis actuales. La segunda forma de angustia presenta, «inversamente a aquella que acabo de describir, conexiones más bien psíquicas y aparece asociada a determinados objetos y situaciones». Es la angustia que caracteriza a las diversas fobias.

Años más tarde, decíamos, publica *Inhibición, Síntoma y Angustia*, en donde nos declara que la angustia «no nace nunca de la libido reprimida» (14). El problema del origen de la angustia parece ser decisivo. La angustia se origina, o bien de las causas orgánicas que se señalan en la neurosis de angustia, o de un proceso psicógeno que se desarrolla en tres etapas. La primera etapa se presenta durante la infancia, en que el niño se identifica con varias figuras exteriores y entre ellas fundamentalmente con el padre. La segunda etapa comienza con la introyección del padre con todas sus cualidades, entre las cuales debe considerarse la severidad y la amenaza a la castración, de donde resulta un *miedo a algo* que ya está en el inconsciente. El yo se nos aparece como huyendo de un peligro interior e inconsciente, como huiría de ese mismo peligro si lo percibiera conscientemente. La tercera etapa da origen a la fobia, puesto que se produce un desplazamiento del temor que recae sobre un objeto cualquiera.

Sabido es que Horney propone para la comprensión de las neurosis, la elucidación de la angustia y la necesidad de la seguridad. La angustia es el resultado de un conflicto entre el individuo y el orden cultural. Los compromisos que busca el neurótico para escapar a las dificultades de su medio son inadecuados. En él, el miedo y el temor normales ceden su lugar a la angustia y su necesidad de seguridad es exagerada ante las dificultades. Estas dificultades mismas son amplificadas. El yo auténtico del neurótico es falsamente idealizado por ciertas normas de su medio y falsamente sensibilizado por las exigencias de su contorno, de su cultura y de su época. Sus fuerzas físicas son empujadas, por así decir, a ejercer una presión excesiva sobre sus pensamientos, sus deseos y sus sentimientos. Entrañan aún

(13) SIGMUND FREUD, *Introducción al Psicoanálisis*. Vol. V. P. 199.

(14) SIGMUND FREUD, *Inhibición, Síntoma y Angustia*. Vol. XI. P. 35.

perturbaciones fisiológicas, como son los sudores, los escalofríos, las palpitaciones y las diarreas.

La angustia de la que quiere escapar a toda prisa el neurótico es a menudo combatida por muchos medios: La *racionalización* (un temor razonado); la *negación* (consciente o inconsciente); el *uso de narcóticos*, la búsqueda continua de actividades sociales, el exceso sexual, en fin, la fuga de los pensamientos o acontecimientos que producen angustia.

Sin embargo, considerando de más cerca las soluciones a los problemas de la angustia, Karen Horney encuentra cuatro principales modos de evasión neurótica. El ideal neurótico, favorecido por tal o cual medio, producirá ya la *neurosis de afecto* (sed inextinguible de afecto); ya la *neurosis de poder* (deseo incoercible de dominio, de conquista, de prestigio, de riqueza); o ya la *neurosis de sumisión* (a una institución o a una persona); o ya la *neurosis de independencia* (liberándose de la ayuda de otro para ser invulnerable).

Karen Horney pone a menudo, en el origen de las soluciones dadas al problema de la angustia, el conflicto de tres tendencias: la que conduce o lleva hacia el mundo; la que se retira del mundo; la que determina un movimiento contra el mundo. En esta perspectiva hablará de tipos caracteriales; entre los principales parecen ser: el *tipo obediente* (se vuelve hacia el mundo), que manifiesta una gran incapacidad para permanecer solo, un sentimiento de impotencia, y que se modela de acuerdo con la regla y las actividades de otro; el *tipo agresivo*, que parte de la consideración de que en todos hay que ver un enemigo; el *tipo independiente*, que coloca entre él y el otro una desviación afectiva considerable (15).

El fin de Karen Horney parece ser el mostrar cómo, a través de estas estructuras caracteriales, se establece el problema de la angustia y la necesidad de seguridad en el neurótico. Es preciso hacer ver cómo el neurótico responde a las dificultades de su medio por un yo idealizado por las normas y las exigencias del mundo exterior. El ego auténtico del neurótico es entonces desconocido, bafado y despreciado. El análisis tendrá por fin, aun disminuyendo y haciendo desaparecer los modos neuróticos (que falsamente tienden a eliminar la angustia y a

(15) KAREN HORNEY, *El Nuevo Psicoanálisis*. Fondo de Cultura. México, 1943. Pp. 163-164; *ibid.* *La Personalidad Neurótica de Nuestro Tiempo*. Ed. Paidós. Buenos Aires, 1946. Pp. 92-95.

garantizar el sentimiento de seguridad) volver a dar a la personalidad del individuo su auténtico valor humano y social.

El concepto de ansiedad surgiendo en el lugar de las relaciones interpersonales ha sido convincentemente establecido por Harry Stack Sullivan. A pesar de que su teoría de la ansiedad nunca fué completamente formulada, los puntos salientes presentados por él son de considerable importancia para cualquier entendimiento comprensivo de la angustia. Básicamente, para su teoría de la angustia es el concepto sullivaniano de personalidad como un fenómeno esencialmente interpersonal, desarrollado fuera de las relaciones del niño con las personas importantes de su medio. Aun en los prístinos comienzos biológicos de la vida, el óvulo fertilizado en la matriz, la célula y el medio son unitarios, indisolublemente unidos. Poco después del nacimiento existe una relación íntima con la madre o los sustitutos de la madre, lo que constituye el prototipo y el real principio de estas relaciones con otras personas importantes fuera de cuya matriz su personalidad será formada.

Sullivan divide las actividades del organismo humano en dos clases. Primero, existen aquellas actividades cuyo propósito es obtener satisfacciones, tales como comer, beber y dormir. Estas satisfacciones pertenecen estrechamente a la organización corpórea del hombre. La segunda clase está constituida por aquellas actividades que persiguen la seguridad, las que más estrechamente pertenecen al equipo cultural del hombre que a su organización corpórea (16). Un factor central en esta búsqueda de la seguridad es ciertamente la vivencia de habilidad y poder. El *motivo de poder* por el que Sullivan significa la necesidad y tendencia del organismo a extenderse en habilidad y ejecución es, en cierto modo, innato. Es algo de la constitutividad del organismo. Esta segunda clase de actividades ordenadas a la obtención de la seguridad es mucho más importante en el ser humano que los impulsos que resultan de la vivencia del hambre y la sed, y hasta de la vivencia sexual, tal como posteriormente emerge del organismo humano. Estas necesidades del organismo que biológicamente son, en el sentido más limitado del término, realmente consideradas como manifestaciones de los esfuerzos del organismo, no sólo se han conservado en equilibrio estable con el medio, sino que de hecho lo extienden en su inter-

(16) HARRY STACK SULLIVAN, *Conceptions of Modern Psychiatry*, 1947.

acción a círculos más amplios del mismo. El crecimiento y las características de la personalidad dependen ampliamente de este motivo de poder, así como de la persecución de la seguridad que implica su cumplimiento en las relaciones interpersonales.

El niño está primero en estado de relativa impotencia. Su llanto se convierte en un temprano instrumento de sus relaciones interpersonales, y posteriormente desarrolla su lenguaje y el uso de los símbolos, ambos de los cuales son instrumentos poderosos de cultura en la consecución humana de la seguridad y en las relaciones con sus semejantes. Pero mucho antes de que el lenguaje o la expresión emocional específica, y la misma comprensión sean posibles para el niño, la falta de cultura procedió con eficacia y prontitud a través de la empatía, el contagio emocional y la comunión, los que acontecen entre el niño y las personas importantes para él, particularmente la madre. En esta matriz interpersonal, gobernada principalmente por las necesidades del organismo en vista de la seguridad y la propia expresión, nace la ansiedad.

Para Harry Stack Sullivan la angustia nace fuera de la aprehensión infantil de la desaprobación, por parte de personas importantes en su mundo interpersonal. La angustia es sentida empáticamente, al catar una reprobación materna, mucho antes de que la conciencia de preocupación sea posible para el niño.

Es evidente que la desaprobación materna será sumamente importante para el niño. Por desaprobación en el actual sentido entendemos la amenaza de las relaciones del niño y de su mundo humano, una relación que es en todo y por todo importante para el niño, puesto que de ella depende para la satisfacción de sus necesidades físicas y para el exclusivo sentido de seguridad, lo que le hace tomar caracteres de una experiencia cósmica.

Con la aprobación materna viene el premio y con la desaprobación el castigo, seguido de la peculiar incomodidad de la angustia. Este sistema de aprobación y recompensa y el sistema contrario de la desaprobación y de la incomodidad (angustia) son transformados en el más poderoso apoyo de la cultura y educación del individuo en el curso de su vida.

La angustia, pues, sirve para restringir al niño, para limitar su desarrollo hacia aquellas actividades que las personas importantes aprueban. Harry Stack Sullivan presenta la idea altamente significa-

tiva de que el yo se forma de la creciente necesidad infantil de manejar las experiencias creadoras de angustia. La personalidad se forma de la necesidad de distinguir entre las actividades que producen aprobación y aquellas de las que resulta desaprobación. «El dinamismo de la personalidad—dice Sullivan—se construye de esta experiencia de aprobación y desaprobación, de premio y de castigo» (17). La personalidad se realiza como un dinamismo que preserva la vivencia de seguridad; la personalidad viene siendo un proceso dinámico en el cual el organismo incorpora aquellas experiencias que producen aprobación y premio, aprendiendo, desde luego, a excluir aquellas otras que han resultado como desaprobación y angustia.

Sullivan resume de esta manera su pensamiento: «La personalidad llega a controlar la preocupación, a restringir la propia conciencia de lo que sucede en una situación ampliamente ensanchada por la instrumentalidad de la ansiedad, con un resultado que es una disociación de la preocupación personal de aquellas tendencias de la personalidad que no han sido incluidas o incorporadas en una estructura aprobada por la misma» (18).

II

LA TEORIA OBJETIVA DE LA ANGUSTIA

No olvidemos que Janet, como su maestro Charcot, es, en opinión de Freud, un *visual*. En efecto, toda su doctrina de la afectividad, y de particular manera su punto de vista acerca de la angustia, se desplaza en un horizonte de objetividad (19). Recordemos que para Pierre Janet se pueden reducir a dos grandes categorías las conductas afectivas. En primer lugar encontramos las *conductas afectivas primarias* (el afecto-choque de Binswagner) las que aparecen como agitaciones incoherentes, difusas, estériles, que sobrevienen a consecuencia de una excitación violenta, espontánea, intensa. En segundo lugar encontramos las *conductas afectivas secundarias*, que están constituidas por los sentimientos propiamente dichos: miedo, sufrimiento, alegría y

(17) HARRY STACK SULLIVAN, Op. cit. p. 9. Ver también del mismo autor *The Theory of Anxiety and the Nature of Psychotherapy*. En HOWARD BRAND, *The Study of Personality*. Wiley and Sons, Inc. 1954. Pp. 61-75.

(18) HARRY STACK SULLIVAN, Op. cit.

(19) PIERRE JANET, *De l'angoisse a l'extase*. Paris, Alcan, 1928. Vol. II. P. 357.

tristeza. Responder a una pregunta que se os plantea, ejemplifica Pierre Janet, es una conducta primaria, sobre todo si se os responde de prisa y casi automáticamente. Pero supongamos que después de haber respondido así, nos damos cuenta de que lo que hemos dicho es falso y que hemos hablado tontamente. Entonces nos decimos en voz baja: «imbécil». Este es un *acto secundario* que se presenta como una autorregulación del *acto primario* (20). Todos los sentimientos, de esta suerte, corresponden a regulaciones de la acción, ya se trate del esfuerzo, de la fatiga o de nuestras actitudes ante un triunfo o un fracaso (21).

Fijemos qué entiende Janet por conducta afectiva. Siguiendo las enseñanzas de Ribot, Pierre Janet distingue dos formas de conducta afectiva: las emociones y los sentimientos. Hablar de conducta en el lenguaje de Janet es forzosamente prestar al término significación de *emoción* y de *sentimiento*.

Para Janet una emoción sobreviene cuando una *circunstancia*, a la cual estamos acostumbrados a dar una respuesta apropiada, pero lenta, se nos presenta de tal modo que nos exige una reacción rápida ante la cual no podemos utilizar la tendencia habitual, y por ello nos vemos forzados a recurrir a medidas excepcionales, es decir, a tendencias *menos organizadas*, lo que implica, desde luego, el aumento de las fuerzas. Mas puede acontecer también que no encontremos en nosotros mismos ya organizada una reacción apropiada para esta nueva y más rápida circunstancia. «Nos vemos forzados a improvisar, a recurrir a la tendencia primitiva, a la agitación que ensaya movimientos de todos lados a fin de llegar por azar a los movimientos útiles. Esta será la *emoción*, el trastorno, el desorden que se produce cuando se está muy presionado» (22).

Pierre Janet ensaya igualmente hacer una conducta de los sentimientos y para ello dedica una parte de la página 113 de la *Evolution Psychologique de la Personnalité* a hacernos ver que ellos, los sentimientos, deben ser concebidos como acciones; pero no acciones motrices, no acciones que se manifiestan por movimientos exteriores o desplazamientos, sino acciones secundarias en oposición a los actos primarios exteriores. El sentimiento, para Janet, es una de las *formas*

(20) LOOSLI-USTERI, *La Ansiedad en la Infancia*. Madrid, Morata, 1950.

(21) LEONARD SCHWARTZ, *Les Névroses et la Psychologie Dynamique de Pierre Janet*. P. U. F. Paris, 1955, p. 111.

(22) PIERRE JANET, *Médications Psychologiques*. Vol. II. P. 75.

internas de la acción, una reacción secundaria a un estímulo determinado, estímulo de naturaleza endógena y desencadenado por la activación de las tendencias y de las acciones interiores.

Bien sabido es que, para Janet, la conducta primaria o emoción es *desorganizadora*, mientras que las conductas secundarias y debidas a los sentimientos son *reguladoras*. Así las cosas, hacer ver que la *emoción* es la causa explicativa de las conductas patológicas y en particular de la angustia patológica.

Pierre Janet busca las causas de la angustia morbosa en la detención brusca de la actividad y en la reacción de fracaso resultante. La detención bajo su forma primitiva de terror y de abandono no podría provocar la actitud constante de fracaso si ella misma no se prolongase, si no produjera en lo intrapsíquico una especie de paro permanente a consecuencia de la representación angustiada de peligros irrales e imaginativamente exaltados. La detención prolongada y los fracasos que resultan no son sino el efecto de la transformación intrapsíquica de la emoción pasada en rumia angustiosa.

Para Pierre Janet la detención de la acción se complica con el agotamiento producido por el retroceso: un retroceso o fuga más o menos desordenado. Por esta razón, Pierre Janet señala que la vivencia ansiosa se acompaña de fenómenos derivativos que son los elementos de las reacciones del sufrimiento y del miedo. En suma, la situación angustiosa se desarrolla como una vivencia compleja que comienza por el fracaso y que conduce necesariamente al miedo y al sufrimiento (23).

Por otra parte, Janet no atribuye gran importancia a los trastornos viscerales y a las sensaciones corporales en el curso de la angustia. La atenuación de los trastornos viscerales no deja desaparecer la angustia.

Puntualizando así las cosas llega a definir la angustia como «la expresión consciente, acompañada de una creencia más o menos objetivada de la reacción de fracaso perpetuo». Es, pues, la angustia un fenómeno francamente psíquico y entra por completo entre los reguladores de la acción.

(23) LEONARD SCHWARTZ, Op. cit. loc. cit.

La teoría jaspersiana de la angustia.

Jaspers ubica la angustia en los sentimientos sin objeto, aquellos sentimientos, precisamente, que tienen que buscar o producir un objeto para llegar a la autocomprensión. La angustia sin objeto se presenta en los estados depresivos; pero también hay otro tipo de sentimientos también sin objeto: la alegría sin contenido (euforia) en los estados maníacos; la excitación erótica difusa en la pubertad inicial, los sentimientos vagos, indefinibles, al comienzo de la psicosis.

La angustia, afirma Jaspers, es un sentimiento frecuente y torturante; es inobjetiva, y en esto difiere del miedo, que siempre es dirigido a algo. Cuando la angustia es *vital*, o como otros dicen de referencia o predominancia somática, se manifiesta en forma estenocárdica (angina pectoris) y en forma de sofocación (en los trastornos descompensados de la circulación). Mas la angustia puede ser considerada primordialmente psíquica; pero no obstante referida a la existencia en conjunto.

La angustia puede presentarse en forma violenta y sin contenido, llevando a la perturbación de la conciencia y conduciendo hacia la realización de actos agresivos o autopunitivos de violencia brutal; pero también en forma de temor o ligera medrosidad subjetivamente vivenciada como extraña e incomprensible.

Aún cuando predominantemente psíquica, la angustia está ligada a sensaciones corporales, a un sentimiento de presión, de sofocación y de apretujamiento. A veces se manifiesta localizada como angustia precordial, y tal cual vez se ofrece como angustia cefálica.

Pero además de la angustia vital y de la psíquica, Karl Jaspers distingue, según ya habíamos dicho en otro lugar, una angustia típicamente existencial que se vuelve notoria en situaciones fronterizas y que a menudo se combina con la angustia psíquica y aún con la vital (24). Por el contrario, es innegable la existencia de estados ansiosos (angustia psíquica que conducen a vivencias existenciales profundas).

Practicando la fenomenografía de la angustia, nos es fácil advertir su conexión con la inquietud. Algunas veces la inquietud sobreviene sin la angustia. En su forma más benigna la inquietud aparece como

(24) VIKTOR FRANKL, *Logos y Existencia en Psicoterapia*. Rev. de Psiquiatría y Psicología Médica. T. II, núm. 2. Barcelona, 1955.

una vivencia de incompletud, como «sentimiento de tener todavía que hacer algo», de terminar algo, de aclarar.

Ligados con la angustia se encuentran los descubrimientos de «nuevos mundos»; en otras palabras: la angustia, aún en su nivel neurótico, patológico, y a menudo precisamente por esta exacerbación, pone al sujeto ante perspectivas existenciales y ónticas que no hubiera alcanzado de otro modo, y que de ningún modo, como expresa Jaspers, podrían ser físicamente clasificadas. Teodoro Haecker, en su obra *La Joroba de Kierkegaard*, no hace ver como las vivencias de la *decisión* y el *compromiso* en ella envuelto desencadenaron en el pensador danés la profunda y radical experiencia de la angustia, que le permite descubrir, en un horizonte de perspectivas infinitas, la rica perspectiva de la existencia; Dostoievsky, a su vez, magistralmente captado en su feliz vivencia de la haceidad divina por la perspicaz penetración del gran teólogo alemán Romano Guardini, nos describe, en conmovedor estilo, los contenidos existenciales de su aura epiléptica: «Hay segundos en que siente uno repentinamente la eterna armonía que llena la existencia... Es como si de golpe toda la naturaleza fuese sentida en uno mismo y dijese: Sí, esta es la verdad... Esto no es sólo amor, esto es más que amor. Es horrible que esos sentimientos sean tan claros y la alegría tan rápida... En esos cinco segundos viví toda una existencia y habría entregado mi vida por ellos... ¿Para qué todo el desarrollo, si el fin ha sido alcanzado ya?».

La existencia se capta a sí misma en la angustia; pero Jaspers no se refiere tanto a la angustia ante la muerte, que describe Heidegger, como la angustia ante la posible desaparición del estado de *Existencia*. La *Existencia*, por su misma naturaleza, es un estado percedero. La angustia surge también por la visión de la infinitud de las posibilidades. Se trata de una angustia frente a la libertad, que ya hemos visto que es constitutivo esencial de la existencia. La libertad, y con ella la angustia, se establece en lo desconocido de nosotros mismos. Todo conocimiento sobre nosotros restringe la libertad, pues nos convierte en finitud, configuración, relación, necesidad y causa. Nuestra libertad es lo que está fuera de lo que nosotros sabemos de nuestro ser hombres (25). La libertad no puede plantearse y resolverse en el plano de la psicología, sino en el plano de la *Existencia*. La libertad consiste

(25) KARL JASPERS, *Der philosophische Glaube*. P. 56.

en la elección que hago de mí mismo y yo soy yo mismo en cuanto me elijo (26).

El papel de la angustia en Jaspers es diverso de aquel que tiene en Heidegger, es menos importante en su alcance metafísico; pero en cambio es del más alto valor existencial. Lo que está en juego en Jaspers no es ni nuestra salvación, ni nuestra pérdida o condenación eterna, sino nuestra existencia, y la existencia es lo que independientemente elige de toda referencia objetiva.

OSWALDO ROBLES

(26) KARL JASPERS, *Philosophie*, Vol. II. P. 182.