

LA ANSIEDAD QUE NO CESA

FERNANDO MARTÍN ADURIZ

PRÓLOGO DE JOSÉ MARÍA ÁLVAREZ



COLECCIÓN + OTRA

| **Xoroi**  Edicions

Colección + Otra

Dirigida por José María Álvarez,
Juan de la Peña y Kepa Matilla

LA ANSIEDAD QUE NO CESA

FERNANDO MARTÍN ADURIZ

Prólogo de José María Álvarez



Colección + Otra

Créditos

Colección + Otra

Dirigida por José María Álvarez, Juan de la Peña y Kepa Matilla

Título original:

La ansiedad que no cesa

© Fernando Martín Aduriz, 2018

© Del Prólogo: José María Álvarez, 2018

© De esta edición: Pensódromo 21, 2018

Diseño de cubierta: Lalo Quintana

Esta obra se publica bajo el sello de Xoroi Edicions.

Editor: Henry Odell

p21@pensodromo.com

ISBN print: 978-84-949195-5-8

ISBN e-book: 978-84-949195-6-5

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra sólo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar, escanear o hacer copias digitales de algún fragmento de esta obra.

Índice

Fernando Martín Aduriz, el poso de la experiencia

Dedicatoria

Epígrafe

Prefacio

I. La ansiedad que no cesa

II. El envoltorio

III. El ataque de pánico

IV. Calmar la ansiedad

V. La espera ansiosa

VI. Ansiedad y mal de amores

VII. La entrada: el huésped desconocido

VIII. La prisa

IX. Los juegos del ansiolítico

X. El viaje

XI. La página en blanco

XII. La angustia, signo del deseo

XIII. La angustia, señal de lo real

XIV. La ansiedad que cesa

Bibliografía

Acerca del autor

Fernando Martín Aduriz, el poso de la experiencia

La ansiedad que no cesa es un libro actual, sencillo, breve y a la vez lleno de enseñanzas de las que sólo se adquieren con la práctica. Quizás su mayor virtud reside precisamente ahí, en ese poso de experiencias que el autor transmite en cada página. Es cierto que nos habla de la ansiedad y la angustia, algo conocido y cotidiano. Pero lo que cautiva de su reflexión es que lleva muchos años cocinándose a fuego lento. Y eso se nota. Se nota, se aprecia y se agradece en la medida en que los condimentos y las proporciones que usa Fernando Martín Aduriz son distintas de las que se emplean habitualmente. Creo que es ahí donde radica su originalidad y desde donde se irradia su luminosidad.

Es de destacar asimismo, en una primera visión de conjunto, la hechura y la vocación de esta obra. Su estructura es similar a la de una conferencia y su aspiración docente se percibe en cada uno de sus párrafos. En esto, *La ansiedad que no cesa* es una obra redonda, de esas que giran en torno al título, se despliegan dentro de un perímetro bien definido y desarrollan los temas esenciales que el lector espera encontrar. Salta a la vista enseguida que es un libro elaborado, diferente a los refritos que abundan en nuestro medio y no merecen el papel que les da cuerpo. Y se advierte también —cosa de agradecer— que el autor no es un principiante ni se limita a hacer resúmenes de los autores esenciales y las obras canónicas. En ese decir y argumentar *a su manera y con su estilo*, es donde se observa la sabiduría y originalidad. A cierta edad uno ya no puede limitarse a repetir lo que tal autor dice de tal tema. Al contrario, debe asumir el reto de elegir una materia y opinar sobre ella, conforme a lo que sabe por el juicio, la experiencia y la práctica, como escribió Montaigne en el ensayo sobre la ejercitación.

Llama también la atención que en este libro de psicoanálisis abunden las referencias literarias. Aunque bien pensado, tratándose de la angustia, la guía de los poetas y los

narradores es insustituible. Desde las primeras páginas, Aduriz confiesa su pasión por la literatura, enfatiza su amor por los libros y su devoción por algunos autores, entre los que cita a Paul Auster, Gamoneda, Pessoa, Vila-Matas, Trapiello, Borges, Delibes, Martín Garzo y otros muchos. Sin embargo, su autor favorito, al que más horas le ha dedicado, sin duda, es Jacques Lacan.

Quien conozca a Fernando Martín Aduriz estará de acuerdo conmigo en que no podía ser otra cosa más que lacaniano. Espíritu inquieto e hiperactivo, desarrolla una actividad torrencial, infatigable, como la pasión que lo impulsa. No acaba de despedirse de uno cuando ya está saludando a otros. La prisa es su sino. Pero la «prisa buena», esa de la que habla en el capítulo VIII y a la que vincula con el saber antes que con la temporalidad, «la que no pierde el tiempo en cuanto ha comprendido que se trata de concluir, y decide».

No obstante, este hombre de la prisa, el que vive en continuo movimiento, tiene al menos tres referentes de los que nunca ha abjurado y de los que jamás se ha movido un ápice: su ciudad natal —Palencia—, su familia y el psicoanálisis. Su carrera profesional siempre tuvo en el horizonte la clínica psicoanalítica y de ahí no se ha apartado, pese a desarrollar una actividad arrolladora. De él puede decirse con justicia que fue cocinero antes que fraile, de ahí el poso de experiencia de la que hablaba al principio. Comenzó como maestro, pero le supo a poco y renunció a su condición de funcionario. Se embarcó en otros estudios y paulatinamente se licenció en pedagogía, psicopedagogía y psicología. Quiere esto decir que su actividad profesional se inició como psicoanalista de niños y adolescentes, y, más tarde, amplió su ámbito de acción a los adultos. En esto, el hombre de la prisa y el continuo movimiento es reposado y quedo, cuidadoso y porfiado. De esta singular combinación da buena cuenta este libro.



La ansiedad que no cesa consta de catorce capítulos, a lo largo de los cuales la ansiedad se define y describe, se delimitan sus formas de presentación, su marco de aparición y se sugieren sus causas conforme a la máxima lacaniana de «la falta de la falta». Todos estos desarrollos, llenos de detalles clínicos y referencias literarias, culminan con algunas indicaciones específicas para el tratamiento de los distintos tipos clínicos y en consonancia con las edades de los pacientes. De esta manera, el estudio de

«la ansiedad que no cesa» remata con unas propuestas sobre la ansiedad que puede cesar cuando el sujeto se compromete a ello y se le trata adecuadamente.

Al cabo de unos días de haber leído el libro olvidé el tema del que trataba. Sólo tenía en mente algunos pasajes y sobre todo una descripción panorámica del mundo de hoy y del sujeto contemporáneo. Creo que este libro trata de eso, del hombre del siglo XXI. En esta obra se retrata con resuelta soltura al sujeto incapaz de esperar y al falto de decisión para elegir, al esclavo de las comunicaciones vertiginosas y vacías, al náufrago del deseo y al abrasado por la instantaneidad del goce solitario, al frenético que se agita en mil actividades para escapar de la llamada de atención de la angustia, de la interpelación que acompaña a la ansiedad.

La presencia de la ansiedad en nuestro mundo es un hecho habitual y alcanza, en el ámbito sanitario, unas dimensiones casi epidémicas. De ello tenemos noticia a diario por sus múltiples manifestaciones (crisis, ataques, estados, etc.) y también por las infructuosas formas que se emplean para sortearla, sea el exceso de actividad o su defecto, la inhibición, sea el miedo, la fobia, el abuso de medicamentos y otras drogas, los excesos con el juego, el sexo o la comida.

Pero la ansiedad, como acertadamente señala Aduriz, es tan sólo la «tarjeta de visita» o el «envoltorio» de la angustia, el afecto que está en el fondo. De ahí que, si se aspira a que la ansiedad cese, más vale que le quitemos el envoltorio y sepamos, con ayuda del análisis, qué es eso que nos resulta tan inquietante. Cuando cae el trampantojo y se quita el envoltorio, la angustia se nos muestra relacionada con la inevitable pregunta sobre el deseo del Otro.

La angustia, el deseo y la falta son términos necesarios para aclarar la experiencia de la que hablamos. Mientras hay deseo, la cosa funciona. El problema se presenta cuando hay hastío y falta el deseo, es decir, cuando falta la falta que moviliza al deseo. «No nos angustia —escribe el autor— que nos falte algo, nos angustia que nos falte la falta. Es algo que se detecta muy bien en los ataques de ansiedad, cuando no hay salida, en un coche que circula, en un avión, en el interior de un recinto, cuando allí donde debiera de haber una posibilidad de escape, el sujeto cree quedar encerrado, atrapado, agobiado, asediado por algo que tapon, porque no falta la falta».

Quizás estos términos le resulten un poco ásperos al principiante. Lo que pretenden explicar, dicho de forma sencilla, es lo que llamamos coloquialmente el *síndrome del gato*. Si quieres que el minino esté tranquilo y no te moleste, déjale una puerta abierta.

Porque si le cierras todas las salidas, es decir, si le quitas la falta, se angustiará hasta la desesperación y pobre de ti. Como escribió Séneca a Lucilio, nadie compra un gato metido en un saco. Todo el mundo lo sabe. También sabemos, en el fondo, que mientras estemos en falta el deseo seguirá en movimiento y la insatisfacción estará garantizada. Ahora bien, cuando la angustia llama a la puerta de forma atronadora, es que algo de la maquinaria del deseo se ha oxidado y exige una reparación que pasa necesariamente por la palabra.

Son muchas las cosas que esta breve obra me evoca sobre el sujeto de hoy y la ansiedad, como les sucederá, a buen seguro, a otros lectores. Sencillo y chispeante, *La ansiedad que no cesa* deja en la memoria una huella que sólo la experiencia transmite. Esta monografía de Fernando Martín Aduriz inaugura además la nueva colección + Otra, destinada a ensayos breves, sencillos, intensos y dignos de guardarse en la memoria por muchos años.

José María Álvarez

A mis analizantes

A los jóvenes psicoanalistas de todas las edades

¿No cesará este rayo que me habita
el corazón de exasperadas fieras
y de fraguas coléricas y herreras
donde el metal más fresco se marchita?

¿No cesará esta terca estalactita
de cultivar sus duras cabelleras
como espaldas y rígidas hogueras
hacia mi corazón que muge y grita?

Este rayo ni cesa ni se agota:
De mí mismo tomó su procedencia
Y ejercita en mí mismo sus furores.

Miguel Hernández,
El rayo que no cesa

Prefacio

Buena parte del tiempo de mi trabajo como psicoanalista ha transcurrido a lo largo de las tres últimas décadas en torno al significativo *ansiedad*. En la consulta la palabra ansiedad se pronuncia continuamente. «Tengo ansiedad», «me han diagnosticado ansiedad», «no sé qué hacer con la ansiedad», «tomo ansiolíticos», son enunciados cotidianos. Y el problema es que este tsunami de ansiedades no parece encontrar fin en nuestra época. Se puede decir así que estamos ante una ansiedad que no cesa.

A su vez encontramos que de la ansiedad que no cesa es posible y conveniente pasar a la ansiedad que cesa. Y ese viaje, una y otra vez, lo hemos recorrido junto a pacientes que pasan de un padecer ansiedades a un alivio primero, y a una cura estable después. Un camino posible: de ahí este libro que escribo para lectores atravesados por el significativo ansiedad. Para lectores que viven una ansiedad que no cesa, también para lectores que a su vez ayudan a personas que desean pasar de la ansiedad que no cesa a la ansiedad más asequible.

A la hora de escribir este libro me he propuesto la sencillez, no el gran y último *tratado sobre la ansiedad*. No deseo usar términos que sólo entiendan los expertos en ansiedad, pues de hecho, seguramente, los expertos ya no leen libros sobre ansiedad. Me dirijo con este libro a un lector que aún se hace preguntas acerca de los fenómenos de la ansiedad, y que no lee libros de autoayuda para tomarlos como *ansiolíticos al uso*. Prefiero pensar en un lector que lee para pensar y con interés despierto por lo que nos rodea. Desearía, querido lector, que nos sintiéramos cómplices en este punto: es bueno amar el estudio, aunque sólo sea para morir un poco menos idiotas.

No niego que este libro bebe de mi historia. Amo los libros. No imagino mi vida sin ellos, trabajo rodeado de libros, los miro, los subrayo, los releo, viajo con mi maleta de libros, y todos ellos contienen la conversación que me sostiene. Me gusta el ensayo, la buena novela, los clásicos de la literatura, los diarios, los buenos libros de psicoanálisis,

los libros que hacen pensar, es decir los libros detrás de los cuales no se esconde el autor. Entre mis autores favoritos se encuentran Pessoa, Freud, Magris, Miller, Gamoneda, Vila-Matas, Trapiello, Borges, Delibes, Garzo, Álvarez, Colina, Foucault. Pero si hay un autor que ha ocupado mis horas (amaneceres y atardeceres) ese ha sido Jacques Lacan, psicoanalista francés, cuya obra oral, sus *Seminarios*, establecidos por Jacques-Alain Miller, me han abierto en cada momento nuevas oportunidades y nuevos regocijos al ir descubriendo, tras su difícil escritura, un placer que dura aún, y eso que empecé a leerlo en septiembre de 1981. Comencé con «El estadio del espejo» y eso cambió profundamente mi formación como pedagogo.

Creo formar parte de lo que Miller llamó en una ocasión *el sindicato de los insatisfechos de Lacan*¹, puesto que cerrar el sentido de los textos de Lacan es tarea casi imposible. Es justamente por estas insatisfacciones por las que vuelvo a Lacan una y otra vez.

Su *Seminario* número 10, dedicado a *La angustia*, es de esos libros que no se acaban de comprender nunca, pero que contiene lo mejor que hay que saber para desentrañar la ansiedad. Será una de las guías de este libro, pues los seminarios de Lacan son libros para conversar con ellos, como desearía que fuera este para el lector.

La conversación con un libro es la conversación con su autor, un diálogo, que si es verdadero produce efectos, pero para ello el escritor debe haber sido tocado, debe haber realizado un viaje mínimo al interior de sí mismo, a la búsqueda de su luz interior, a amar su inconsciente; viaje que realiza un psicoanalista con su analizante si sabe hacerle amar un poco todas esas formaciones del inconsciente, *lapsus linguae*, actos fallidos, equivocaciones orales, *lapsus calami*², sueños, fantasías diurnas, olvidos, en fin todo lo que la sabiduría popular nombra con la expresión: «te traicionó el inconsciente».

La conversación con un libro también nos enseña a perder. En la época en que se inculca desde la cuna el empuje al triunfo, se manejan con fruición términos como incentivos, *bonus*, premios y recompensas, ventajas, éxitos, excelencia, gratificaciones y demás conceptos de la competición entre iguales, orillando el de cooperación, el de apoyo, el de solidaridad, el de generosidad... el de bondad. En esta época, afirmar la nobleza del romántico fracaso que vivimos a diario, cuando perdemos amigos, cuando perdemos oportunidades, supone afirmar que saber perder es acercarnos a vivir una vida sin ansiedad, una vida estropeada por el absurdo deseo de triunfar a costa del de al lado.

Por eso, querido lector, aquí estoy, siguiendo el consejo de María Zambrano de escribir para defender la soledad en que se está, y por tanto dispuesto a desprender un trozo de mi intimidad, y de mi extimidad.

Me he peleado mucho con este libro para escribir y reescribir una y otra vez, hasta tratar de ir lo más ligero de equipaje técnico, huyendo del ensayo únicamente para expertos y sólo para expertos. He orillado la erudición todo lo que he podido, relegándola a las notas a pie de página, para mostrar al lector más estudioso los caminos de mis fuentes.

Confío en que este encuentro entre autor y lector sea un diálogo, como una sesión de análisis cotidiana, donde en el dispositivo analítico se encuentran un psicoanalista y su analizante a la espera de que surja el acontecimiento imprevisto.

A la hora de escribir también me he orientado por mi experiencia como columnista de prensa. Escribo desde hace años cada semana una columna que envío al periódico puntualmente. Tiene que contener un máximo de dos mil ciento cincuenta caracteres con espacios, de modo que he aprendido a escribir las palabras justas en la frase justa en el párrafo justo. Ni una más ni una menos. Y sé que el lector lo agradece.

Jamás he tenido un problema grave de angustia ni de ansiedad. Apenas he estado enfermo y sólo estuve cuatro días en un hospital. No sé lo que es faltar al trabajo, ni cuando fui joven funcionario entre los veintiuno y los veintitrés años, ni cuando he sido primero pedagogo y psicoanalista con niños y adolescentes, y ahora psicólogo y psicoanalista de adultos. Sí que he sufrido por la angustia de otros, (pues se sabe que la angustia puede ser un vaso comunicante), pero lo cierto es que logré no angustiarme, ni en circunstancias muy complejas. Aprendí de mis maestros, especialmente de Éric Laurent, a preocuparme menos que a ocuparme de desangustiar cuanto antes a mis angustiados pacientes.

Ahora que al terminar este libro me dispongo a finalizar una feliz temporada de *cincuentañero* me doy cuenta de que ha sido un milagro que haya podido compaginar mi cero ansiedad con mi amor por la prisa buena. Es indudable que se lo debo a mis dos experiencias de paso por el diván, una en Madrid y la otra en París.

Comprobé que hablarle a un analista es decisivo para no engañarse, para ampliar la geografía interior. También para no anclarse en la nostalgia de un tiempo que no va a volver, y empezar cada nueva aventura como si fuera el primer día.

Deseo de verdad que este libro ayude a los lectores a ampliar esa geografía, ese su diálogo interior. Que la lectura de este libro sea vista como un viaje, en el que inevitablemente, como muestra Magris, se cruzan fronteras de todo tipo.

Deseo también con fuerza que este libro pueda ayudar a quienes se embarcan en la aventura del barquero (los jóvenes psicoanalistas). Para que puedan, sin ansiedad, ayudar al viajero que se ha decidido a transformar esa su ansiedad que no cesa, en una vida más vivible.

Illa de Arousa. Abril de 2018.

I

La ansiedad que no cesa

La ansiedad comienza no cesando en términos epidémicos. No importan las cifras ni las estadísticas, el lector sabe que eso es cierto, y que aburrir con los datos emanados de la política del obsesivo³, amante de las cifras, de los récords y de las listas⁴, no nos importa aquí. Pero se sabe que la ansiedad se multiplica en nuestra época, y que eso no para.

Efectivamente, no se dan las circunstancias de época para que la ansiedad cese, pues a la velocidad de los cambios sociales y económicos, a la demanda de instantaneidad de las comunicaciones, a la volatilidad de las relaciones de pareja o de trabajo, se suma ese conjunto de rasgos muy bien caracterizados por el sociólogo Bauman como «modernidad líquida»⁵, una sociedad moderna líquida, a la que le corresponde que los individuos lleven una «vida líquida», caracterizada por ser «una vida precaria y vivida en condiciones de incertidumbre constante»⁶. Todo ello, pues, en contraste con las solideces del pasado, muy bien reflejadas por Stefan Zweig en *El mundo de ayer*, cuando define al periodo anterior a la Primera Guerra Mundial como «la edad de oro de la seguridad»⁷.

Tras el convulso siglo XX⁸, ahora nos toca vivir un momento —en estas primeras décadas del siglo XXI—donde las transformaciones en los modos de vida, en el lazo social, en las comunicaciones, han sido tan profundas y radicales, que es muy difícil entrever por dónde van las líneas de futuro y muy pocos pueden intuir por dónde van a seguir los cambios que estamos viviendo y, sobre todo, qué consecuencias tendrán en la subjetividad.

Aquellos lectores interesados en las consecuencias de los avances de la ciencia y en reflexionar acerca de los síntomas de nuestra época no pueden dejar de leer *El Otro que no existe y sus comités de ética*, un curso de Éric Laurent y Jacques-Alain Miller,

impartido en el Departamento de Psicoanálisis de la Universidad de París VIII. Es decisivo partir de su definición de civilización, como sistema de distribución de goce a partir de semblantes⁹.

La ansiedad tampoco cesa en relación a las constantes consultas que con ese motivo se solicitan. Es raro encontrar a alguien que no comience su relato en la primera entrevista afirmando tener ansiedad, incluso cuando no es lo decisivo. Además, en la clasificación psiquiátrica dominante, el DSM, la ansiedad lejos de ser un síntoma más de un cuadro, aparece como un trastorno en sí mismo, el «trastorno de ansiedad» (generalizada, y otras). Veremos más adelante que elevar un síntoma a la categoría de enfermedad no deja de tener consecuencias en la cura.

La ansiedad es causa de un aumento importante de las bajas laborales, convirtiéndose en asunto de salud pública. Al combatirse con fármacos, no cesa tampoco el consumo de ansiolíticos. La industria farmacéutica lo sabe muy bien (¿de qué modo lo agradece su cuenta de resultados!), de hecho, basta con preguntar a los más cercanos si consumen ansiolíticos o lo han hecho en algún momento reciente, para percatarse de la magnitud del asunto. La respuesta es sorprendente, incluido el sector sanitario, que ve como algo natural la ingesta habitual y cotidiana de ansiolíticos. Un efecto de los tiempos que vivimos. Un efecto de los modos de resolución, aparentemente rápida, de las dificultades que aparecen en el horizonte.

Finalmente, la ansiedad no cesa en los cuadros o síndromes porque precisamente la ansiedad es una brújula, un termómetro, una señal, (por ejemplo en los llamados cuadros ansioso-depresivos es una llamada de atención de que existe lucha interna). Un aviso de que debajo hay algo más. Si hay malestar, si hay problemas, la ansiedad aparece.

Por otro lado, la ansiedad ha tomado el relevo de la angustia. Las confusiones entre unas y otras tienen que ver con la falta de precisión conceptual¹⁰.

La angustia se manifiesta mediante la ansiedad. Es su tarjeta de presentación. Ocurre que al ser su manifestación más exterior se puede llegar a tomar como la base del problema, cuando de lo que se trata es de indagar acerca de lo que angustia a un sujeto, y por qué en ese momento, y cuándo empezó, es decir, es de alto interés la coyuntura de ese primer encuentro con el objeto angustiante.

La manifestación exterior, el envoltorio, toma naturaleza de núcleo. Error. La ansiedad es tan solo una suerte de papel de envolver de algo escondido.

¿Qué es la ansiedad entonces?

De entrada, un envoltorio. La tarjeta de visita con que se presenta la angustia que nos visita de vez en cuando, precisamente en el momento en que perdemos nuestro GPS, nuestras certezas, las seguridades de que el Otro no desea nada pernicioso de nosotros y dudamos de sus intenciones, imaginándonos lo peor, o cuando perdemos el control de lo sabido, navegando en el mar de lo inquietante, de lo que no sabemos. La ansiedad es nuestra respuesta a la pregunta ¿qué soy para el Otro?

No sabemos qué desea el Otro¹¹. No saber qué desea el Otro quiere decir que puede tomarnos como objeto parcial de su deseo, que puede tomar una pequeña muestra de nuestro cuerpo. En ocasiones puede desear nuestra mirada, la parte más externa de nuestro cuerpo, por otra parte. Eso orienta bastante la búsqueda de la causa de la angustia.

Por eso, la solución socorrida puede ser reducir y limitar los deseos del Otro a lo que pide, e intentar darle siempre todo lo que pide, sea justo o no lo sea. Esto lleva a muchos sujetos al agotamiento, pues pueden pasarse toda una vida tratando de complacer al de enfrente, solucionando todos sus problemas, atendiendo todas sus demandas y peticiones con el propósito de cerrar la pregunta por lo que desea, dejando lo que desea reducido a lo que pide. Con ese artificio el sujeto se tranquiliza y se desangustia.

En términos sociológicos, constatamos también que la ansiedad no cesa, a pesar del número creciente de objetos de consumo y de satisfacción que tenemos a nuestra disposición. Es el lamento de muchos quienes, desconcertados, no se explican cómo teniendo de todo en la vida, —y construyen la serie citando a familia, a dinero, a un buen trabajo, a una buena posición social, etc.—, a pesar de ello presentan ese cuadro ansioso; poniendo de manifiesto que les falta algo que los hace estar tan ansiosamente insatisfechos. Entonces la ansiedad no cesa porque la solución no es taponar la falta (más aún).

La angustia aparece cuando falta la falta, cuando donde debiera haber un agujero, hay un tapón, lo que saben muy bien quienes presentan dificultades para permanecer en recintos cerrados o para montar en un avión, allí donde no hay control sobre «abrir el tapón».

La ansiedad no cesa por sí misma porque las fórmulas de atajo alimentan aún más el síntoma, lo hacen más consistente.

Ora sea calmar la ansiedad con múltiples artilugios como veremos, incluido el ansiolítico, ora sea satisfacer los requerimientos familiares, laborales, sociales, siempre

todo ello constituirá un atajo, una solución rápida que puede servir en los primeros momentos. Pero se inicia una senda que únicamente nos conduce a posponer el descubrimiento de lo que hay tras el cuadro ansioso; lo que subyace a nuestra ansiedad.

La ansiedad no cesa cuando no se desenvuelve. Acaso puede quedar hibernando, en un cese artificial, lo que nunca interesa ya que implica cerrar mal la cuestión, dejar la pregunta sin contestar.

Como quiera que no se puede vivir eternamente con angustia y con su manifestación corporal como ansiedad, vamos a tratar de leer las múltiples aristas desde las que podemos pasar, acompañando a los sujetos que sufren, de una ansiedad que no cesa a una ansiedad que acabe cesando, comenzando por analizar la figura de la ansiedad como envoltorio.

II

El envoltorio

La ansiedad es un envoltorio que, claro, aparece en el territorio donde puede aparecer, en el cuerpo¹². Estamos ante los fenómenos corporales producidos por la angustia.

No *somos* un cuerpo, sino que *tenemos* un cuerpo, que se comporta como un objeto que va por libre en demasiadas ocasiones a pesar de que seamos su propietario.

Pues bien, este cuerpo puede ofrecernos a la vista sudoración, taquicardia, vértigo, ahogo..., es decir, nuestros problemas internos se pagan con el cuerpo, con nuestro limitado cuerpo.

Hay que recordar que el organismo no es el cuerpo, sino que el organismo más el lenguaje, da como resultado un cuerpo. De modo que al final nuestro cuerpo está atravesado por el lenguaje tanto como por un organismo que tiene su propio funcionamiento. Un funcionar que se ve alterado justo cuando algo del orden del lenguaje, es decir de las categorías de lo simbólico, de la cultura, del Otro social, aparece y desordena el rutinario funcionar de nuestros órganos.

Se ve bien, pues, que si ese cruce entre lenguaje simbólico y organismo se efectúa, la ansiedad para nada ha de ser tratada como si sólo fuera una cuestión de organismo, es decir, con psicofármacos. Hace falta ir a la búsqueda y captura de las razones del sujeto, de las razones subjetivas, de los verdaderos motivos de ese encuentro entre el lenguaje (que incluye la historia del sujeto) y el organismo, encuentro desencadenante de esa respuesta ansiosa. Pero nunca confundir el envoltorio con el «caramelo».

Un texto de la psicoanalista Ángela González Delgado aparecido en prensa, con motivo de un *Cursus* del Seminario del Campo Freudiano de Castilla y León, dictado en Palencia, nos aclara la cuestión del síntoma y el envoltorio respecto a la ansiedad:

Los síntomas se nos presentan envueltos. Se pueden tratar de diferentes modos, por ejemplo, sin desenvolver. Esa es la posición de quienes creen a pie juntillas en los ansiolíticos como solución a los problemas de ansiedad.

Esa cuestión, según estudios, comienza a alcanzar proporciones epidémicas, cuando se la hace consistente y se la define como un Trastorno de Ansiedad Generalizado, es decir, como un cuadro sintomático que afecta a todas las facetas de una persona. Epidemia silenciosa también en relación al ingente consumo masivo de ansiolíticos. Tratar los síntomas sin desenvolverlos no es la posición de los psicoanalistas.

Para nosotros es imposible una cura de la ansiedad sin desenvolver ese síntoma, sin estudiar sus conexiones con la historia del sujeto que manifiesta padecerla, sin indagar en su responsabilidad subjetiva, sin ‘leer’ ese síntoma y conocer su lógica. Es por eso por lo que observamos que los episodios de ansiedad se repiten, infinitamente, durante mucho tiempo, si únicamente mantenemos sobre ellos una mirada superficial, su faz de comportamiento externo, su fachada, y no nos atrevemos a invitar al sujeto a recorrer los vericuetos de su malestar y de su sufrimiento. Es lo que denominamos poner el síntoma a hablar.

Pero además el hecho de hablar de crisis de ansiedad muestra que existen momentos críticos. Y por eso mismo es por lo que existe un primer episodio crítico.

Resulta curioso que no se investiguen las coordenadas de ese primer momento donde aparece la angustia, el encuentro con un objeto angustiante, a partir del cual hay el cuadro típico de la ansiedad: sudoración, palpitaciones, sensación de ahogo, inseguridad, inquietud, y sobre todo incertidumbre, un temor muy grande a lo que puede venir y a que se pueda repetir esos instantes en que se ha perdido el control.

Resulta curioso que aún cuando se pregunte en las historias clínicas el momento del nacimiento del cuadro de ansiedad, tampoco esa información se use para saber cómo va a ser el final. Porque todo lo que empieza, termina. Es la posición que mejor ayuda, saber que se sale de la ansiedad, y que interesarse por la verdad que subyace da sus frutos, aunque lleve tiempo y esfuerzo, aunque el sujeto tenga que ‘perder’ algo, y acepte, como vemos a diario, que es pieza fundamental el desenvolver ese síntoma tomando parte activa en la cura.

Resulta curioso que los manuales y libros de autoayuda que tratan de dar consejos piensen que todos los sujetos son iguales, y que la subjetividad no entra en juego, como si se tratara de hacer creer que la ansiedad se cura del mismo modo para cada persona.

Y también resulta curioso que si la cura de la ansiedad tiene que ver con la ingesta de ansiolíticos no se entiende por qué, lejos de disminuir, aumenta exponencialmente el número de casos de personas que padecen ansiedad, y que por mucho que se recete, la ansiedad no remite. Mientras tanto los servicios de atención primaria se ven obligados a recetar ansiolíticos constantemente, en cantidades masivas, millonarias.

Las coyunturas y las formas de abordar las situaciones de crisis, los malos encuentros, las malas relaciones con la pareja, las dificultades laborales, son tan diversas como sujetos, por eso, es necesario sumar a la opinión pública a una forma de abordar las crisis psicológicas y las dificultades del vivir que no pase por dejar los síntomas sin desenvolver¹³.

Si bien este texto anima con fuerza a no dejar los síntomas sin desenvolver, cabe preguntarse la verdadera razón por la que no se desenvuelven. Cabe preguntarse si es por desidia, por desconocimiento, por organización estructural de la acción del psiquiatra y

del psicólogo. También si es por ideología, esto es por creer que un síntoma no tiene una causa, en cuyo caso lo que importa es que desaparezca aún sin ser interrogado. En cualquier caso, si la acción de no desenvolver los síntomas de ansiedad contribuyera a su cese, sería bienvenida en nombre de la eficacia clínica. Pero ocurre que la ansiedad no cesa tan fácilmente con relajaciones y ansiolíticos.

El envoltorio formal del síntoma es una expresión acuñada por Jacques Lacan¹⁴ para dar a entender que la presentación de un síntoma nunca debe confundirse con lo que encierra en sí ese síntoma. Y que todo síntoma tiene una causa. Sustituir los síntomas o pensar que desaparecen mediante ejercicios, mediante entrenamientos más o menos inteligentes, según las escuelas de psicoterapia diversas, es partir de un supuesto radicalmente distinto del que parte un psicoanalista.

Un síntoma puede descifrarse. Debe descifrarse. Es lo que se llama hacer nacer *el síntoma charlatán*.

Por un lado, el síntoma habla. Se trata de escucharlo, de decodificarlo, pues es cierto que en ocasiones habla con renglones torcidos.

Por otro lado, el síntoma es goce, que no placer consciente, sino satisfacción paradójica, satisfacción inconsciente, de ahí su persistencia. El síntoma insiste, no se va tan fácilmente, es repetitivo. En demasiadas ocasiones crece, aumenta a medida que se le hace consistir, se le da un lugar central con prácticas que le hacen ser el único protagonista de la vida de un sujeto, el termómetro de su vida, lo único de lo que se puede hablar cuando se va a consulta, de evaluar cómo va el síntoma. Eso le hace crecer y crecer. Y no irse.

El síntoma de la ansiedad ha de ser desenvuelto para saber qué lógica encierra en ese momento histórico de la historia subjetiva de un sujeto concreto.

Desde luego existen momentos especiales en los que el síntoma de la ansiedad puede aparecer. El encuentro con la pubertad, con las manifestaciones de los caracteres sexuales secundarios; la entrada en la adolescencia a partir de la verificación de que no se es exclusivamente parte de un Otro materno; tras una decepción amorosa y la posterior caída del campo del Otro del amor; ante una prueba donde el sujeto ha de competir con otros pares; con ocasión de la muerte de un ser querido y la aparición de un vacío doloroso; cuando se ha de poner a prueba el saber del que se dispone; ante la llegada a la propia zona de confort de un Otro inquietante; en la espera de un acontecimiento trágico o de difícil solución; antes de un acontecimiento decisivo como

la propia boda, una oposición, un importante viaje; en el transcurso de un traslado o viaje si se pierde la referencia espacio-temporal. En definitiva, el síntoma de la ansiedad puede hacer acto de presencia alrededor de una experiencia en la que no se dispone del control total sino que el sujeto está ampliamente a descubierto y expuesto a las contingencias de la vida.

En todos esos casos, lo suyo es detenerse y conversar con el sujeto, indagar, mostrarle lo real en juego, orientarle en el alivio del síntoma para evitar el sufrimiento, o bien orientar la cura para saber qué hacer con lo incurable, forma de cura que tiene en cuenta los límites de lo simbólico para reabsorber todo lo que es del campo de lo imposible de ser representado.

Señalaré por último que existirían dos maneras de desenvolver el síntoma:

- Una, la que busca desangustiar al sujeto y le acompaña en sus invenciones singulares para superar sus dificultades con la angustia.
- Otra, una manera de desenvolver el síntoma en nuestro tiempo que produce los peores efectos.

Veámoslo con las palabras editadas en un breve texto por la Universidad de Granada, de la psicoanalista parisina, Marie-Hélène Brousse:

La angustia, por ejemplo, se alimenta con el saber del organismo. Lo vemos en la clínica, escucho a mis pacientes que cuando sienten un dolor en el cuerpo ¿a dónde van?, a Internet, a mirar a ver de qué se trata y qué enfermedad pudieran tener en este dolor, y allí lo que se encuentran es que se abre un mundo de horror. De tal modo que: jamás la ciencia, la medicina fue tan eficaz, en términos de cura y capacidad de curar, pero al mismo tiempo, jamás el miedo frente a eso, a la imposibilidad de controlar el cuerpo, fue tan fuerte. Es como si los seres parlantes cada vez necesitaran más y más información para hacer de barrera, frente a la angustia, al caos orgánico¹⁵.

Tratar de desentrañar la incógnita de los síntomas de ansiedad en base a los conocimientos estandarizados o a las recetas colectivas produce efectos de alienación a los universales perezosos, a los discursos del «para-todos». De ese modo se obvia la singularidad de cada uno, las secretas razones de cada quien, el detalle de cada historia irrepetible, y se pospone el encuentro con la verdad de cada uno y la decisión de buscar soluciones sintomáticas menos agresivas y dolorosas.

Sólo en la práctica del Uno por Uno se producen efectos saludables y consistentes en el tiempo. En eso consiste el secreto de desenvolver el síntoma de su envoltorio formal.

III

El ataque de pánico

Una de las manifestaciones más conocidas de los cuadros de ansiedad es la denominada «ataque de pánico». Es descrito como algo que sucede cuando se tienen al menos cuatro de los síntomas siguientes: temor a volverse loco, a morir, a perder el control; temblor y estremecimiento; debilidad; sudoración; oleadas de calor y frío; hormigueo en manos y pies; sentimiento de irrealidad; mareo o vértigo o sensación de inestabilidad; parada respiratoria o sensación de ahogo; dolor o malestar precordial; palpitaciones; dificultad respiratoria (disnea).

Viajemos a la literatura de mano del escritor Paul Auster. Narra así su ataque de pánico:

...aparte del primer ataque de pánico de tu vida, que te sobrevino dos días después de la muerte de tu madre, seguido de otros más en los días inmediatamente posteriores, y durante un tiempo te viene pareciendo que te estás desintegrando, que tú, otrora hércules de la naturaleza, capaz de resistir todos los embates de dentro y de fuera, inmune a las tribulaciones somáticas y psicológicas que persiguen al resto de la humanidad, te vas quedando sin energías y convirtiéndote rápidamente en un desecho de lo más penoso. Tu médico de cabecera te ha recetado pastillas para controlar los ataques de pánico, y puede que sea ese medicamento lo que influye esta tarde en tu capacidad para conducir...¹⁶

Las coyunturas de desencadenamiento de los ataques de pánico dan cuenta de su exquisita naturaleza, y de la labor del psicoanalista para decodificar las razones que le llevaron al mismo. Veamos cómo ese mismo escritor narra cómo logra evitar su segundo ataque de pánico:

...en una tarde resplandeciente de finales de mayo, tu mujer y tú sacasteis al perro a dar un paseo por el parque. Sugeriste pasar por el sitio en donde habías esparcido las cenizas de tu madre, pero cuando aún os encontrabais por un sendero, a más de doscientos metros de la linde del bosque, empezaste a sentirte débil y

mareado, y aunque tomaste pastillas para controlar tu reciente afección, notaste que te venía otro ataque de pánico. Te agarraste al brazo de tu mujer, diste media vuelta y os fuisteis a casa. Eso fue hace nueve años. Desde entonces no has intentado volver a ese bosque¹⁷.

Y para comprender el laberinto de Auster, él mismo nos indica el camino al describir a su madre:

Al otro lado, en el extremo de su personalidad, estaba la débil y asustadiza neurótica, la desamparada criatura presa de virulentos ataques de ansiedad, la mujer llena de fobias cuyas incapacidades fueron creciendo con el paso de los años, de un incipiente miedo a las alturas a una propagación metastásica de múltiples formas de parálisis: miedo a las escaleras mecánicas, miedo a los aviones, a los ascensores, a conducir un coche, a acercarse a las ventanas de las plantas más altas de un edificio, a quedarse sola, a los espacios abiertos, miedo a ir andando a cualquier sitio...y a una omnipresente hipocondría que poco a poco alcanzó las más altas exaltadas cumbres del terror. En otras palabras, miedo a la muerte, que en el fondo no es probablemente distinto de decir: miedo a vivir¹⁸.

Funcionaron las identificaciones, esto es, el inconsciente de Paul Auster atrapó, paso a paso, rasgos tomados del campo del Otro materno. Las transmisiones en el interior de los grupos familiares, especialmente los rasgos identificatorios que circulan invisibles entre madre e hijo, nos dan pistas esenciales de trabajo.

De igual modo que existen las identificaciones, existen las desidentificaciones, normalmente de comienzo en la adolescencia (base de la conocida rebeldía adolescente). ¿En qué consisten las desidentificaciones? Pues en ese proceso de dejar caer, paso a paso, esos rasgos tomados del campo del Otro (materno o paterno) pues son las soluciones del Otro ante lo contingente, ante lo que no va, ante lo difícil, ante los vacíos. Y sus soluciones no tienen por qué ser las propias.

En este ejemplo tomado de la literatura del escritor norteamericano, de libros donde relata aspectos de su historia subjetiva, vemos que ha funcionado esa transmisión de rasgos de madre a hijo, y que lo que correspondería sería mostrar eso mismo al sujeto, en el supuesto de que lo narrara en el transcurso de un análisis en la consulta de un psicoanalista.

Por otro lado lo que queda patente es que la solución ante el ataque de pánico no es la ingesta de ansiolíticos o aprender a respirar, soluciones de corto recorrido, (y a las que no nos oponemos en el sentido de que sean nocivas, más bien el problema es que puedan llegar a ser decepcionantes de lo que se espera de una cura psicológica, y los sujetos determinen la solución química) sino captar lo que en el fondo está en juego.

En el propio relato del genial Auster se ha visto con claridad la verdadera naturaleza de los inicios de su ataque de pánico.

Es entonces necesario investigar a fondo las coordenadas de ese primer ataque¹⁹. Después la necesidad estructural de su mantenimiento en el tiempo, lo que esconde el ataque, lo que da a ver. También si se ha mantenido en secreto o si se confía a todo el mundo. En resumen verificar la lógica implícita.

En términos freudianos, descubrir el fin útil²⁰.

IV

Calmar la ansiedad

De entre la múltiples fórmulas que vamos inventando para calmar nuestra ansiedad en el momento en que aparece, se encuentran la comida, la bebida, el deporte, el trabajo agotador, el juego, la droga, las diversas formas de recorte de partes de nuestro cuerpo (cabello, uñas, arañazos...), el sexo, y un conjunto casi interminable de intentos de apaciguar eso que nos invade como un *alien*.

A nadie se le escapa que estas construcciones, estos inventos, tienen una larga trayectoria histórica, lo que nos hace ver que la ansiedad no cesa de aparecer desde tiempos inmemoriales, y que han acompañado al hombre siempre que se ha aventurado en los caminos de la vida en común o ante los peligros de la naturaleza, frente a lo que, en definitiva, no puede ni controlar ni saber de su consistencia interior.

Asimismo se demuestra que los inventos para calmar la ansiedad son más dañinos unos que otros según la época, la edad, el contexto en que se ofrecen...

Se verifica entonces que no hay modo universal de hacer frente a la cohorte ansiosa y sus fenómenos, sino un modo singular de cada sujeto, más o menos compartido con otros, o aprendido de otros, o ensayado con cierto éxito en algún momento de la vida del sujeto.

Otra fórmula socorrida para calmar la ansiedad es evitar los peligros, situación de donde nacen todas las inhibiciones. En este caso, el sujeto deja de participar en grupos, deja de subir a un avión, deja de hablar en público.

El sujeto retrocede, se restringe y a veces no puede escribir, o no puede estudiar, o no puede aprobar los exámenes, o no puede ir a trabajar, o directamente ya no puede ni salir a la calle. Es la derrota del «yo»²¹. Algunas funciones no se llegan a realizar: la función sexual, la nutrición, la locomoción y el trabajo profesional²², por ejemplo. Y no se

realizan por temor a la aparición de la angustia, como aquel niño que teniendo miedo al caballo, se impone un fenómeno de inhibición: no salir a la calle para no «despertar el síntoma de angustia»²³.

Una primera solución, pues, para calmar la ansiedad es evitar despertarla. Evitaciones, inhibiciones, que cercenan y limitan mucho la vida feliz del sujeto: sólo evoquemos lo que puede suponer en nuestros tiempos no poder viajar en avión, no poder salir de la propia ciudad o no exponerse en público en cualquier modalidad.

El descontrol de la pulsión oral, el exceso de comida es otro de los recursos más generalizados para calmar la ansiedad. Quizá estemos ante la herramienta más a mano cada día: comer. Muchas personas refieren que comenzaron a engordar a raíz de un acontecimiento ansioso y que, desde entonces, siempre tienen a mano el objeto oral. Es más, todo lo que rodea al acto de comer puede llegar a tranquilizar, incluido el tiempo en efectuar la compra, el tiempo en cocinar, e incluso el tiempo de la sobremesa, permanecer en el mismo lugar en el que se come. Horas y horas dedicadas al festín de lo oral, aquello que calma, que cierra con comida la angustia de lo que pasará. Sabemos que la epidemia de obesidad que domina los países más desarrollados es tributaria de un modo de vida ansioso, líquido, veloz, productivo, que recorta los tiempos para todo, incluido el de la comida y que confronta demasiado al sujeto moderno al mal comer, al abuso de la comida-basura, a la pérdida paulatina del tiempo tranquilo dedicado a la austera cocina del medio rural, que ha dado paso a la comida de la gran urbe, la comida rápida precocinada. En todos los casos, lo que resulta es que la ansiedad persiste pese a pretender conjurarla mediante la ingesta sin fin.

Otro objeto que se persigue en la pulsión oral es la bebida. Un universal modo de calmar la ansiedad: beber. La dipsomanía, concentrada en los fines de semana, se ha disparado entre la población juvenil. Beber como si no hubiera un mañana esconde un no pensar en el futuro, recortando el programa al inmediato *fin de semana* repleto de fiesta y alcohol. El alcoholismo de los más jóvenes tiene otros tintes respecto al alcoholismo de baja intensidad clásico de aquellas cuadrillas de amigos que se reunían al salir del trabajo en las tabernas, o de bar en bar, y recorrían las calles y los bares charlando y bebiendo, tranquilizándose a diario en un ejercicio de sociabilidad. El saldo que dejó el encuentro a diario con el alcohol son las formas más o menos graves o atenuadas de alcoholismo, en según qué casos en tanto metáforas estabilizadoras, pero sobre todo, como usos para calmar el momento ansioso (la «gasolina para tirar» en gráfica indicación de un sujeto).

El exceso de trabajo, el refugio del trabajo para no tropezar con la ansiedad es otro recurso muy utilizado para calmarla. Peligrosísimo. Quizá el peor recurso, el que más destruye la vida social, familiar, la vida interior de un sujeto que, embrutecido en la cifra, en las ventas, en la producción, en el negocio, en la búsqueda de reconocimiento o en la competición con los otros, acaba calmando la ansiedad a base de destruir inútilmente una vida. Vida que pasa por delante de sus ojos, y que cuando el sujeto advierte lo que ha hecho con su vida («me perdí la crianza de mis hijos, me perdí viajar, me perdí hablar más con los míos, me perdí los amigos»), descubre que ya es tarde y, en ocasiones, ya ni puede dejar de tranquilizarse con esa histórica tapadera que para él fue el trabajo.

Calmar la ansiedad con el consumo de sustancias que alteran la percepción es un clásico desde tiempos inmemoriales. Calmar la ansiedad con psicofármacos es más moderno. En ambos casos se trata de soluciones falsas. En la primera se aboca a la destrucción lenta del organismo y, lo que es peor, a una alteración de la vida que se vive bajo un falso paraguas. Detrás del consumo de drogas hallamos sujetos con angustia indescriptible y que desde un primer encuentro con la droga (en la adolescencia con mucha frecuencia), han encontrado un modo de estabilizarse, de aguantar el horror, entrando en un mundo aún más horroroso. También convendría hablar del destino del consumidor enganchado a los psicofármacos que combaten la ansiedad, cuyos efectos a corto plazo son evidentes, pero cuyas consecuencias de dependencia a la larga no parecen el mejor camino. En esta coyuntura siempre recordaré a una mujer que dependía del fármaco y que periódicamente (durante dos décadas de su vida) había sufrido importantes ataques de ansiedad, que la impelían ser transportada en ambulancia desde su lejana y pequeña localidad rural hasta el recinto del servicio de urgencias de un hospital. Sólo unas palabras de una psiquiatra joven en uno de esos viajes a urgencias la puso sobre la pista buena: «Usted tiene que poner de su parte», le espetó. Y ella comenzó a acudir a sus sesiones donde fue desgranando lo esencial de su historia, las causas que la habían llevado desde los veintitantos años a esa situación que ya duraba demasiado. Al cabo de trece o catorce meses de alivio sintomático y de una rectificación subjetiva importante, para mi sorpresa (y la suya) abandonó los ansiolíticos. Las palabras de la psiquiatra de urgencias la habían hecho ver que ella estaba implicada en ese su síntoma, que no eran sus neurotransmisores, como si fueran agentes extraños sin conductor, o

cuanto menos, que había margen para dirigir la nave, pues se podía no confundir la carrocería con el piloto.

El tabaco es un ansiolítico universal. Basta contemplar la escena de quien en un momento de apuro, de incertidumbre, de espera ansiosa, echa mano del cigarrillo y comparte con otros fumadores esos momentos de tensión. Basta contemplar el momento de inicio en el tabaquismo: la adolescencia. Un poco antes a veces, en el inicio de la pubertad, cuando la angustia de los primeros cambios corporales, precipitan al cigarrillo, al tapón ansioso que es. El resto, la búsqueda de esa imagen adulta que precipita a dejar atrás la infancia, lleva a muchos adolescentes a encontrar en el cigarro una fuente de tranquilidad. Aparente. Años más tarde se lucha por abandonar ese «vicio» (goce) que ya no da placer, sino quebraderos de cabeza. Recuerdo un relato de un sujeto cuando cifraba la coyuntura concreta en que volvía a caer en el tabaco como joven veinteañero, pero con una década encima de años de fumador empedernido: fue ante la noticia y el momento del fallecer de una abuela muy querida, algo que supo años después, en su análisis, de la trascendencia que para él iba a tener ese momento de despedida simbólica. Recurrió a un primer cigarrillo tras tres años sin fumar, y aquello fue el comienzo de una serie que duró otros ocho años más. El recurso al cigarrillo para calmar la ansiedad causada por la potencia de esa escena que contemplaba era evidente. Años después de la muerte de ese ser querido, clave en la historia de ese sujeto —pues esa abuela era el símbolo de un tipo de amor, el amor incondicional (difícil de hallar)— vino el nacimiento de una hija, y entonces ahí encontró la coartada perfecta para el abandono del cigarro definitivamente, pues surgía un supuesto nuevo amor incondicional.

Otros muchos sujetos que han luchado por abandonar ese hábito de fumador empedernido refieren que en su lucha hay victorias y derrotas, pero todos comprenden que el modo de calmar la ansiedad mediante un cigarro funciona... como moneda de cambio. A cambio de ganar tiempo, hasta que encuentran una solución mejor, o al menos más saludable y menos perjudicial. Cada uno hace lo que puede.

Hemos encontrado sujetos que apaciguan su ansiedad con el sexo. Para ellos la satisfacción sexual no es un fin en sí mismo, sino un medio para encontrar tranquilidad. Lejos de buscar el signo de amor o de satisfacer un deseo, se constituye en un modo de goce. Tan adictivo como otra sustancia más. No en formas puras, pues el narcisismo acompaña como una sombra, el encuentro sexual buscado no discrimina ni personas ni

formas ni métodos. Únicamente es usado como ansiolítico. Es en estos casos en los que la desrealización es más patente, y el abuso y la extralimitación más difícil de controlar.

El juego como exceso, el mundo de la ludopatía, nos depara sujetos que asimismo han buscado en el juego su modo de evasión de la espera ansiosa, su entrada en una dimensión donde el goce no sólo es perder (aunque el placer sea ganar). El goce se alimenta de la paz tranquila de esa evasión que dura horas, días, y a veces años, buscando inútilmente sin saberlo, la fecha de su destino mortal. Solución que arruina a personas y familias. Solución peligrosa en la actualidad por el enganche que implica a jóvenes amarrados a los juegos en red, nuevos caladeros de negocio para avispados cazadores de nuevos adictos, cuyas redes atrapan a demasiados jóvenes que dedican todo su tiempo a jugar, a apostar, a competir. Iniciados a más temprana edad, cada vez más jóvenes, cada vez más desinteresados de la reflexión, más cercanos a la satisfacción momentánea que proporciona el impulso.

La escritura, ¿calma la ansiedad?

La escritura posee una función apaciguadora que calma las ansiedades de la locura. Incluso cuando escribe por escribir, sin dirigirse a nadie, sin clara función circulatoria o transitiva, el enfermo puede encontrar un gran alivio con sus letras²⁴.

La idea es del psiquiatra vallisoletano Fernando Colina, quien en su libro *Sobre la locura*, dedica un capítulo a hablar de la escritura. Es entonces un elemento más, que incluso se recomienda por parte de algunos terapeutas como calmante. La escritura. La tarea del psicoanalista será, después, interesar al sujeto por eso que ha podido construir, inventar, descubrir, con su escritura.

Finalmente, las soluciones para calmar la ansiedad mediante la descarga motriz, el exceso de movimiento, y todas las patologías del acto, es decir todas aquellas soluciones basadas en la impulsividad, en el activismo, en el plus de actividad permanente, en el actuar para no pensar. El exceso de práctica deportiva, la vigorexia, la búsqueda del riesgo y las aventuras bizarras, estarían en esta línea de intentos de calmar la ansiedad. En una palabra, todo lo que no está bien agarrado por el lenguaje, donde no hay palabras que permitan reflexionar, donde se goza de evitar la palabra llenando la vida de actos. Las prácticas deportivas tomadas como píldora ansiolítica son muy eficaces en un primer asalto. Muchos sujetos se reconfortan con el encuentro en sus vidas con el gimnasio, con el *running*. Murakami, el escritor japonés, (y maratoniano de éxito) lo expresó muy

certero en *De qué hablo cuando hablo de correr*, cuando descubre que había atravesado en una carrera la barrera del placer para entrar en la dimensión del goce (es decir no en la dimensión placer/displacer), cuando precisamente el prefacio de ese libro se titula «El sufrimiento como opción». Esa frontera entre placer y goce lo expresó el escritor japonés así:

Por decirlo de un modo un tanto exagerado, se diría que, al tomar parte en esa carrera de cien kilómetros, había hollado ‘un terreno algo distinto’. El proceso de vaciado de consciencia que viví cuando, a partir del kilómetro setenta y cinco, mi sensación de fatiga se esfumó no sé adónde, tenía cierto regusto filosófico, incluso religioso²⁵.

Las prácticas deportivas exageradas constituyen un modo eficaz de despiste a lo que angustia, al menos durante las horas posteriores a la práctica deportiva, donde la liberación de los péptidos endógenos, las endorfinas, hacen su trabajo. Eso lleva a muchos a ser auténticos obsesos del deporte, (al margen de la vigorexia que implica la imagen del cuerpo, un narcisismo más profundo) que pierde así su naturaleza de medio para constituirse en el objetivo de la vida, en obsesión de vida.

Como venimos viendo, en todos y cada uno de los objetos que buscamos para calmar la ansiedad, resulta que el problema no encuentra una solución adecuada. Cuando pasa el efecto momentáneo de bienestar, sea del orden que sea, se vuelve a la casilla de salida. Lo que empieza calmando requerirá a la postre algo que calme eso que se buscó como remedio para calmar la ansiedad en una espiral sin fin. La revolución para hacer cesar la ansiedad requiere otro *tempo*.

V

La espera ansiosa

Esperar, en nuestras horas, ha pasado a mejor vida. Ya nadie espera. El ritmo del ayer incluía las largas horas de espera. Aunque la expresión *esperar a alguien* no se desarrolla hasta el siglo XVI, ciertamente hoy mantenemos una velocidad e intensidad de actividades que nos lleva a vivir la espera con mucha molestia, con hostilidad ante quien nos hace esperar. El acostumbramiento a la espera que venía de suyo durante el XIX, y muy avanzado el siglo XX, pues no existía la inmediatez de las comunicaciones de nuestra época (basta sólo evocar lo que tardaban en llegarnos noticias de nuestros seres queridos o amigos cuando viajaban y a su llegada nos escribían una carta o una postal). Hoy, a lo largo de un viaje hemos puesto ya varios *WhatsApp* para anunciar dónde llegamos.

Por eso hacer esperar, viejo resabio del poder, sin dar señales, se considera una gravísima falta que no tiene perdón posible. Sin este aprendizaje de la espera era cuestión de tiempo que la espera pasara a engrosar las filas de lo que disparaba la ansiedad. No tener noticias del otro (cuando la mayor parte de las veces mil contingencias lo han impedido) o aguardar tranquilamente un acontecimiento, destapa esas crisis de ansiedad que conocemos muy bien. Conviene que nos detengamos en este asunto de la espera para analizar su estatuto.

Podemos clasificar la espera. Podemos pensar en dos esperas. Creo que la espera mala es no aceptar esperar para... no hacer nada. Y la espera buena sería rechazar la espera para... hacer algo.

Esta segunda faz de la espera la encontramos en quienes habitan los meandros de lo urgente. Así, Jacques-Alain Miller narra magistralmente en *Vida de Lacan* en qué consistía la posición del psicoanalista francés ante la espera. Si bien el matiz que Miller

desea mostrar es el del Lacan desafiante de la ley, es evidente que mostraba con su comportamiento una posición ante lo que significa esperar. Al parecer le resultaba absolutamente intolerable tener que detenerse en los semáforos en rojo, y un día, de pasajero, conduciendo Miller, ante una parada ante un semáforo:

Lacan tenía entonces 75 o 76 años. Abre la puerta, pone el pie en el suelo, sube la acera, y continúa caminando solo, poniendo la directa como era su costumbre... conseguí, al otro lado del semáforo, que volviera a subir al coche... había en él como una intolerancia pura y simple a la señal *stop* en tanto tal. Allí estaba, se podría decir, su imposible de soportar, su real, el de él²⁶.

Su furia cuando tenía que esperar hablaba de su potente deseo. Miller lo escribió así:

...la urgencia de la que «estaba habitado» no le permitía tomarse su mal con paciencia. Sus maneras sufrían las consecuencias; ¡pero cómo simplificaban y estimulaban la vida de todo el mundo!²⁷

Ello muestra un sentido de su posición ante la espera, un ejercicio de mostración para patentizar el propio deseo:

...sólo se descubría en beneficio de aquellos que no esperaban otra cosa. Hay, porque sí, personas que, para que caigan sus inhibiciones, necesitan que el Otro manifieste su deseo con potencia e insistencia²⁸.

Esa posición de Lacan de rechazar la espera, sería una manera de ponerse manos a la obra sin dilación, de no querer esperar para hacer algo. Muy diferente de la de nuestra época, caracterizada por un no saber esperar... para no hacer finalmente nada especialmente brillante, simplemente cuestión de ansiedad... y de mala educación.

Un reciente ensayo²⁹ muestra lo importante que es esperar, para hacer algo con la espera, lo necesaria que es, y lo absurdo de las gratificaciones y recompensas inmediatas que adornan buena parte del legado conductista al servicio de los mercados. Si bien la autora comienza calificando a la espera como *una lata*, afirma que esperar es propio de toda evolución, ya sea la gestación o la pubertad, o el acopio y la vacilación durante el acto creativo. Recuerda que Kafka denominó a la espera como «el titubeo antes del nacimiento», y sentencia que...

...la espera es nuestro primer acto cultural. Freud lo llamó ‘la renuncia al instinto’, e inaugura todo hecho simbólico³⁰.

Lo que nos interesa aclarar es que la angustia no es la espera. Puede servir para enmarcar la angustia, pero *no es indispensable*. No se precisa porque lo que enmarca la

angustia siempre está ahí, da igual el tiempo en que se la esté esperando³¹. La angustia... surge.

Surge tras la espera ansiosa. El sujeto con ansiedad es un sujeto de la no-espera, que espera y que teme lo que va a venir, lo que puede surgir. Y suele ser muy frecuente que ese temor acompañe unos años tras un primer «susto», tras un encuentro con lo extraño-familiar, con el huésped desconocido. Cuenta siempre el sujeto ansioso que teme que se repita ese encuentro, a partir de esa primera vez, tan angustiante. Y tardará tiempo en aceptar pasar de la espera ansiosa a la paz. La angustia aparecerá «ante el temor de que»³²...

La angustia, por otra parte, es un fenómeno temporal. Dura un tiempo. Esta dimensión temporal es equiparable a la dimensión temporal de un análisis, donde también la dimensión de la espera es provocada, suscitada por el enigmático deseo del analista³³.

Es central concebir la angustia como la manifestación específica del Deseo del Otro. Ligada entonces a lo que el Otro desea, se entiende a las mil maravillas que el sujeto ansioso esperará a ver qué hace el Otro³⁴ («me quiere, no me quiere, me pega o no me pega, me lleva con él o no, me elige o me deja caer... qué hará... qué me va a hacer).

Mientras tanto, conviene resaltar que la espera no es precisamente tranquila, es ansiosa, repercute en nuestro estado corporal, en la expectación, en la agitación de nuestro corazón, en nuestra salud en su conjunto.

Freud, al comienzo de su investigación, sostuvo que la espera angustiosa era el síntoma central de la neurosis, y la definió como «ansiedad, tendencia a la visión pesimista de las cosas», pero más allá de lo normal, llegando a constituirse en una obsesión. A una de las formas de esa espera angustiosa, referida a la salud, la asoció al viejo término médico de *hipocondría*, y otra forma de espera la vinculó al miedo a la propia conciencia, a los escrúpulos exagerados³⁵.

En cualquier caso la angustia «sólo puede pensarse como fenómeno temporal»³⁶.

Ahora bien, no siempre la espera es ansiosa. Hay un tipo de espera en donde no se requiere la actividad, sino simplemente aguardar a que el tiempo pase, como pasa la juventud, y no se puede mientras tanto no hacer nada salvo esperar, salvo tomarse el tiempo suficiente para disfrutar de los años «locos», y poder «sentar la cabeza». De igual modo que pasa el tiempo de espera en la estación antes de tomar el tren, y se disfruta del buen tiempo, del recuerdo de aquel tren que se tomó en la juventud. Se podría decir que este tipo de espera acontece cuando no se tiene nada mejor que hacer que eso, que

esperar. La espera ansiosa es otra cosa. Es cuando se teme que algo inminente pueda ocurrir.

También está la espera aburrida. El aburrimiento es un afecto muy poco estudiado (Freud, que habló de una serie de afectos, apenas dijo nada del aburrimiento³⁷), muy poco interesante para la gente que trabaja mucho, pero aprender a aburrirse exige una disciplina de aprendizaje de toda una vida, y sustituir con elegancia el hacer infinito por saber no hacer, por autorizarse a no hacer nada.

Hay un modo de espera sin angustia, pues. En esta espera, no dependo del Otro, de su capricho, de su deseo. No es del orden de lo inminente, que puede afectarme. La espera obligada es del tipo *automaton*, de lo acostumbrado, de lo que toca. Nada como la ingeniosa y sabia expresión gallega: *eo que hay*.

La espera, por otro lado, evoca la muerte.

Köhler:

...la espera es un estado en el que el tiempo contiene el aliento para recordar la muerte. No *carpe diem*, sino *memento mori*³⁸.

Hay algo de esto en toda espera, algo que se vislumbra muy bien en las personas mayores que pasan horas de charla (esperando sin esperar), en los vestíbulos de las estaciones de trenes, en el tiempo que dedican a ver partir gentes y trenes, muy especialmente en las horas del atardecer. Paz del atardecer que evoca el atardecer de la vida.

Recordemos que ese tiempo de espera en el atardecer es el tiempo de la angustia, el momento en que demasiadas personas refieren que se angustian, cuando el trabajo del día les ha mantenido ocupados y llegan, al declinar el día, a esas horas «muertas», tan caras para la ansiedad.

Capítulo aparte merece la espera del enamorado/a.

Espera y amor parecen ir de la mano. Si se espera es que se ama. Esperar es amar. Roland Barthes lo mostró hace tiempo en su libro *Fragmentos de un discurso amoroso*, incluso cuando afirma rotundo que para saber si se está enamorado basta preguntarse, ¿espero?:

—¿Estoy enamorado?

—Sí, porque espero... La identidad fatal del enamorado no es otra más que esta: *yo soy el que espera*³⁹.

Por ello podemos explicarnos que en nuestra época, en la época en la que ya nadie espera, en la época de la ansiedad que no cesa, en esta época, se frecuenta al mal de amores.

VI

Ansiedad y mal de amores

La crisis de ansiedad de nuestro tiempo va asociada con los quebraderos de cabeza del amor, con los sustos del amor, esa genial expresión de García Márquez para definir la prioridad de los sentimientos en el siglo XIX⁴⁰.

Es sabido que la ansiedad acude a la casa del enamorado porque se ha atrevido a esos sustos, a esos riesgos de no ser correspondido en el amor, a los continuos malentendidos y sobreentendidos, a los sutiles enredos con el secreto y la clandestinidad, a las eternas dudas, y claro, a las interminables esperas.

Muchas de las ansiedades actuales proceden del mal de amores. Viene de perlas la definición de angustia de Roland Barthes en relación al discurso amoroso:

Angustia. El sujeto amoroso, a merced de tal o cual contingencia, se siente asaltado por el miedo a un peligro, a una herida, a un abandono, a una mudanza —sentimiento que expresa con el nombre de *angustia*⁴¹.

Cabe comenzar evocando a Miguel Hernández, quien definió al amor como una herida⁴²,

Llegó con tres heridas:

la del amor,

la de la muerte,

la de la vida.

Con tres heridas viene:

la de la vida,

la del amor,

la de la muerte.

Con tres heridas yo:

la de la vida,

la de la muerte,
la del amor.

En la dificultad de nuestra época para aceptar la herida del amor, para asumir lo frágiles que son los lazos amorosos, (en oposición a la robustez de los lazos basados en el odio), o para captar el trampantojo que es la imaginaria (y bella) experiencia amorosa, el sujeto joven de nuestra época sufre de mal de amores (por otro lado como siempre en la historia).

La nota característica actual es el añadido de que pide ayuda psicológica para curarse de una herida, la amorosa, que no podría disociarse, en una hipotética cura de esa herida, de la asunción de las otras dos heridas que canta el poeta.

Por otro lado, aprendimos con Lacan que sólo el amor permite al goce condescender al deseo, lo cual quiere decir que si el amor tiene una *chance* es si de entrada el goce, la satisfacción sexual, queda en suspenso, y al hacerse más deseable el encuentro con el objeto amoroso, producto de esa condescendencia, se puede dar una oportunidad al amor.

Ocurre que eso implica la espera, que sostener el deseo en el tiempo implica saber esperar, y por ende la ansiedad de temer el no encuentro con el otro amado.

Esa incertidumbre, ese alargamiento de los tiempos, conduce cada vez a más jóvenes al tiempo del *Tinder*, la aplicación que permite encuentros donde lo que comanda la operación es el goce, el sexo rápido, el divertimento de los cuerpos que no precisan de esa prioridad de los sentimientos. Este modo de conducirse es solidario con hacer del encuentro sexual un fin en sí mismo, sin precisar del despliegue amoroso.

Pero acontece que no es posible no enamorarse⁴³, que las contingencias de los encuentros posibilitan los enamoramientos (incluido el stendhaliano *coup de foudre*) y que cuando eso aparece, cuando la ilusión amorosa ilumina las horas de alguien, tenga la edad que tenga (sin descartar el enamoramiento infantil del que se habla muy poco, o el encuentro con el amor en las personas mayores) el mal de amores puede hacer su entrada y que, como es lógico, si se quiere vivir esos sustos del amor, entonces hay que saber que la ansiedad puede inaugurarse.

Por todo ello conviene estar advertidos de que tras ese supuesto problema de ansiedad se esconde, en realidad, un mal de amores⁴⁴. Siendo de nuevo la ansiedad el envoltorio,

el trampantojo, la coartada que permite no aceptar que ese mal de amores ha hecho acto de presencia.

El mal de amores despierta las manifestaciones ansiosas a partir del disgusto por la pérdida del objeto amoroso, por el final de una bonita historia de amor, por la decepción encontrada, por el deterioro de una convivencia amorosa de largos años. También, y es un escenario más complejo, si se ha producido la emergencia de un tercero que ha roto la magia de una pareja especular. A veces ese tercero puede ser un amante, pero también puede ser un hijo, tras cuya irrupción se ha quebrado esa fascinación especular de ambos, y las atenciones y cariños le dan un estatuto de nuevo *partenaire*.

Tras ese cuadro ansioso se encuentra algo de lo que cuesta hablar, que es el mal de amores. Cuesta porque no parece creerse que un disgusto amoroso sea la causa de una amplia sintomatología ansiosa. Barthes va a definir así a la angustia amorosa:

...angustia de amor: es el temor de un duelo que ya se ha verificado, desde el origen del amor, desde el momento en que he sido raptado. Sería necesario que alguien pudiera decirme: No estés más angustiado, ya lo (a) has perdido⁴⁵.

La idea de Barthes es que en realidad la búsqueda de objetos amorosos que causan nuestro deseo es una búsqueda interminable, pues ningún objeto vendrá a suturar del todo nuestra falta de amor, que es estructural, y que hay que intentar saber hacer algo con ella. Por eso todo objeto habla de nuestra carencia en ser. Y por tanto es tranquilizador saber, que el objeto tras el cual vamos es un objeto perdido, ya está perdido de antemano.

El aserto lacaniano, «amar es dar lo que no se tiene», sitúa las cosas en una perspectiva honda, pero más abierta a la resolución del mal de amores. Esta concepción del amor puede captarse mediante el cuento de O'Henry,⁴⁶ que Borges llamó «El regalo perfecto», y Sábato «El regalo de Reyes Magos», donde se observa el espejismo narcisista de intentar completar al Otro, su fracaso en esa vertiente imaginaria, pese a lo cual se logra transmitir la falta, se logra hacer ver lo inútil de intentar completar a nadie, pues nadie tiene lo que le falta al Otro (no es que sea mal amante, o lo que sea, no es que no lo quiera dar, no, es que sencillamente... no lo tiene).

En la posibilidad que como psicoanalistas se nos brinda de escuchar el mal de amores como parte de la cura de la ansiedad, observamos un circuito que se repite.

Existe un tránsito obligado, que pasa por hablar de los parásitos del buen amor, y que tanto hacen sufrir: el chantaje, el reproche, la culpa, el estilo de propietario/a, el empuje narcisista, el odio, la sospecha y la desconfianza, las certezas soberbias, el recelo, los celos, la repetición. Estos elementos que hacen de la experiencia amorosa una tortura psicológica deben ser atendidos en la cura de la ansiedad, pues el sujeto que sufre mal de amores, puede pedir ayuda psicológica por otros síntomas detrás de los cuales se encuentra ese mal de amores, episodio vergonzoso o al que no se le atribuye demasiada importancia, y se prefiere colocar la diana en otros síntomas, tales como insomnio, tristeza, apatía, llanto, desatención, falta de apetito, desinterés generalizado. Es decir que el mal de amores es enmascarado detrás de otros síntomas más aceptados socialmente, o mejor descritos en las ficciones clasificatorias de la psiquiatría biologicista del DSM.

Además tratar ese mal de amores interesa especialmente para recomponer el lazo social del sujeto que los sufre, pues dos síntomas habituales de quien padece mal de amores son el aislamiento y el dolor. Así, para Rainer María Rilke, autor del epílogo en las excelentes *Cartas de la monja portuguesa*⁴⁷, de Marina Alcaforado, las cartas son un «fluir de reproches y esperanzas»⁴⁸, y habla de esos dos significantes, dolor y soledad.

«En modo alguno quiero imaginar que me habéis olvidado»⁴⁹, le dice la monja portuguesa a su amado. Algo repetido en el afectado de mal de amores: no poder (o no saber) olvidarse de su amado (a).

Si la buena cura del mal de amores comienza recorriendo el circuito de esos parásitos amorosos, también existiría la mala cura del mal de amores basada en:

1. Esperar que el tiempo lo cure, porque el tiempo lo cura todo. Ingenuo.
2. Sustituir rápido un objeto amoroso por otro objeto amoroso. Descerebrado.
3. Sustituir objeto amoroso por objeto de goce. Tóxico.
4. Acudir a alguien que se preste a levantarnos el ego hasta extremos propios del culto a la personalidad. Enfermizo.
5. Sustituir al objeto amoroso por el propio cuerpo (las soluciones del gimnasio, la cirugía). Temporal.

Y habría una dirección más saludable para la cura del mal de amores:

Primero, saber qué lugar ocupa ese objeto amoroso en la estructura de cada uno, qué viene a taponar, y qué rastro dejará cuando se vaya.

Segundo, prescindir de la dimensión de la necesidad y hacer ver que hay que aceptar la contingencia, el encuentro, la sorpresa, la casualidad, el instante como un don, como un regalo que nos aparece en la vida.

Tercero, mostrar que el mal de amores nace en la infancia, temporada en que sufrimos los primeros desengaños, los de los amores infantiles. Toda demanda es intransitiva, y por tanto toda demanda no es sino demanda de amor. Cuando se olvida esto, o cuando se satisfacen todas las peticiones, o cuando se deja caer a alguien, se inicia ese momento de decepción amorosa que marca una vida. También en demasiados casos de separación de padres, los sujetos infantiles quedaron tocados por algo de la tristeza de sus progenitores.

Cuarto, propiciar la búsqueda de un amor más digno y más advertido, más abierto al despliegue de semblantes y artificios, de inventos que dignifiquen el amor, ante la constatación de lo imposible del amor, de lo imposible de hallar un Otro perenne, que complete, que dé lo que falta, aceptando que lo único que se puede dar, a efectos de amar, es la propia falta.

Finalmente, como del amor como invención se puede pasar al amor como repetición, *ergo*, «curarse del amor» sería también curarse del amor como repetición, y reinventar el amor, a la búsqueda de una nueva oportunidad para volver a enamorarse, bien de un nuevo objeto amoroso, bien del mismo objeto que acompaña durante un buen tramo de una vida, pero nuevamente recreado, y nuevamente reinventado.

Cuando un sujeto toma una posición de desapego con respecto a los sustos del amor, puede tener la posibilidad de rebajar las idealizaciones y las expectativas. Puede estar en mejor disposición de salir de la dimensión de la identidad y de entrar en la dimensión de la diferencia, de aceptar lo desconocido.

VII

La entrada: el huésped desconocido

Si hemos visto que para calmar la ansiedad se opta por una serie de fórmulas entre las cuales se encuentran las evitaciones para no despertar a la angustia, y si la espera no es la solución, puesto que la angustia surge de improviso, debemos enmarcar la entrada. La llegada de la angustia, que despierta la ansiedad es como la entrada de un huésped desconocido.

La angustia surge cuando menos se la espera. Independientemente de que se hayan tomado o no medidas defensivas para prevenir su aparición. Surge de manera sorpresiva. Es un huésped. Un huésped no habitante de la vivienda, no familiar. Sino un huésped al que si bien no se lo esperaba, no por ello se le resta hostilidad. Es algo conocido que irrumpe de pronto en la escena de un sujeto.

Por todo ello, entonces no sirve de nada decirle al sujeto ansioso que su ataque de ansiedad, su ataque de pánico, su ataque histérico, no tiene por qué volver a aparecer, porque su irrupción ha sido del orden de lo nunca previsto, toma consistencia como un objeto que viene de repente e irrumpe en nuestra vida⁵⁰. Puede surgir en medio de un viaje, en el transcurso de una discusión, en la escucha de una noticia, tras la visión de algo imposible o aterrador⁵¹. Surge, sin más, y es por eso que la angustia presenta un objeto.

La gran dificultad que nos encontramos es que el objeto que aparece, que viene a provocarnos angustia, y que obtiene esas manifestaciones ansiosas, no es un objeto del que se pueda escribir su nombre, pues cuando lo podemos hacer, a eso lo llamamos miedo, pero no angustia⁵². No es un objeto que podamos representarnos mediante una palabra.

Y no nos lo podemos representar, no podemos nombrarlo, por algo muy importante. Porque presenta desde el exterior algo de lo irreconocible de nuestro propio interior. Es lo familiar en lo extraño. Lo que sale a la luz y se presenta. Es lo que Freud llamaba lo *Unheimlich*⁵³.

Un ejemplo de irrupción de súbito de la angustia. Era un padre con el rostro embadurnado de espuma de afeitar y su hija pequeña de dos años, al observarlo, minutos después de haberlo mirado sin la espuma, rompe a llorar presa de la angustia que le produce ese objeto *familiar* y *extraño*. Un objeto que causa extrañeza en el familiar rostro del padre. Ese objeto extraño es inquietante, y puede significar un peligro para ella. Así se presenta el objeto que angustia. Ese es el concepto de huésped desconocido⁵⁴.

Cierto que la angustia ha sido muy estudiada a lo largo de la historia de la psicopatología y de la propia filosofía. Y que la ansiedad es el término que ahora en nuestra época cobra valor y arrincona el de la angustia. Esto tiene su lógica, pues las manifestaciones de la angustia son una ansiedad que no cesa, que no se va, y unas manifestaciones que afectan al cuerpo, que toman el territorio del cuerpo. Y por ello lo que se pretende que desaparezcan cuanto antes son esas manifestaciones que afectan a nuestro cuerpo, que nos ahogan, nos hacen sudar, nos ponen a cien nuestro corazón.

Pero ambos conceptos son circulares. Si alguien se siente angustiado tendrá manifestaciones ansiosas, que se mostrarán en la fisiología. Y si alguien presenta esas manifestaciones en el cuerpo, entonces se sentirá angustiado porque teme incluso por su vida. «Pensé que me moría» suele ser la expresión más escuchada.

La entrada del objeto angustiante tiene su circuito. Despleguémoslo.

Todos nosotros tenemos una relación con el mundo que pasa por reconocernos. Lo sabemos desde el estadio del espejo, desde que el *infans* se contempla por vez primera en un espejo⁵⁵. Su imagen especular le causa alborozo, le tranquiliza. También nos tranquiliza contemplar rostros conocidos, y así cuando nos miramos unos a otros y si nos conocemos, pues nos mostramos confiados puesto que esperamos determinada respuesta. Es en el ejemplo anterior de la niña angustiada al contemplar el rostro ahora extraño de su padre, cuando lo que ella se esperaba era lo mismo, el rostro ya conocido. Asimismo es previsible lo que sucede con otros objetos, con nuestro entorno. Vivimos reflejados en las cosas, hasta el punto de que podemos llegar a creer que somos las cosas, o que sin

esas cosas no podríamos vivir, sean nuestros libros o sea nuestro *iPhone*. Incluso pensamos que sin nuestros seres queridos no viviríamos. Pero no es verdad.

Ocurre que si en medio de ese palacio de espejos en que vivimos, acontece algo extraño, irrumpe algo que no se esperaba, nos topamos con un real⁵⁶ que no puede representarse, con un cuerpo extraño, con un estruendo, con algo que perturba la paz del espejo, entonces, nos damos de bruces con el objeto que causa nuestra angustia, y con un afecto que no engaña puesto que es certero, indescriptible, y nos llena de desasosiego⁵⁷.

La angustia no es sin objeto, tiene un objeto. Pero aparece sin que pueda ser reconocido: es la imposible visión del objeto separado⁵⁸. Del objeto separado de un conjunto, por ejemplo del propio cuerpo. Un miembro, un trozo, de nuestro propio cuerpo, es un objeto separado de ese conjunto especularizable en su forma completa que es un cuerpo.

Este objeto, separado, que viene a causar nuestra angustia no es especularizable, sino más bien la viva imagen del horror. Lo *Unheimlich* se presenta a través de ventanas, de marcos: lo horrible, oscuro e inquietante. Y súbitamente, de golpe... aparece lo que no puede decirse... y nos topamos de bruces con ese objeto del que no podemos dar cuenta.

Es así como se produce la entrada del fenómeno angustiante que destapa la ansiedad, la primera crisis de ansiedad.

La entrada del huésped desconocido se produce también cuando aparece lo que estaba fuera de duda. Y entonces hace su aparición el fenómeno de la angustia. Conviene aclarar que la angustia no es la duda. La angustia es la causa de la duda⁵⁹.

Al contrario de la época antigua descrita por Stefan Zweig⁶⁰ donde no había elección, pues el dato de nacimiento, la pertenencia a una clase social, a un lugar geográfico, a una estirpe de profesiones familiares, agotaba toda posibilidad de elección, ni de pareja, ni de profesión u oficio, ni de ciudad en la que vivir. Mientras que en nuestra época todo el tiempo hemos de optar, y de ahí las dudas, y de ahí las angustias por optar. Se ha señalado de qué modo esto afecta a la angustia en adolescentes⁶¹ que han de elegir continuamente, y ese pasarse la vida eligiendo y no viviendo. El psicoanalista francés Philippe La Sagna⁶² lo expresó así:

Con mucha frecuencia, entre los dieciséis y los dieciocho años, el sujeto sabía con quién iba a estar «para siempre» en el amor y qué oficio iba a desempeñar «para siempre». Hoy, se considera que el sujeto tiene varias vidas, varios oficios, incluso varias familias, familias recompuestas. El problema es entonces que el sujeto pasa su vida eligiendo y no viviendo. La posibilidad de elección es lo más preservado. Y esta manera

de preservar la elección, de estar ante varias hipótesis sin elegir ninguna y probándolas todas un poco, es exactamente la posición subjetiva del adolescente.

Elegir se ha convertido, pues, en fuente de alimentación de crisis de ansiedad, porque nunca antes en la historia hubo que elegir tanto, lo que conduce a muchos sujetos a elegir no elegir. En el caso del sujeto obsesivo, se sabe que juega a procrastinar y a postergar, y para no toparse con la angustia, se instala en la duda, de ese modo consigue no elegir o finalmente logra que otros elijan por él y tener así, además, un buen motivo para quejarse después. También lo hace para no perder, puesto que elegir es perder.

Entonces la entrada del huésped es el surgimiento de lo *Unheimlich* (lo siniestro) en el marco. Es lo que hace aparecer el fenómeno de la angustia, y por eso se demuestra que no es cierto que la angustia carezca de objeto, sino que es un objeto que tiene la característica de ser un huésped pero ignoto.

Si surge a través de un marco, entonces la angustia es un corte en ese marco. Ese corte quiere decir que estamos en presencia de un fenómeno de lenguaje, que el sujeto habla, y que entonces cabe tanto la verdad como el engaño⁶³, (la verdad tiene estructura de ficción quiere decir que la verdad es contextual, histórica, fluctuante, de compromiso), y con ello la incertidumbre que representa todo lo que es del orden simbólico, lo engañoso que resulta, frente a lo certero que es lo que procede del desorden de lo real, de lo que no está compuesto sino de trozos sueltos. La angustia, afecto que no engaña.

La angustia, al ser un corte que se abre en la estructura simbólica que habitamos, deja aparecer la sorpresa, el acontecimiento imprevisto, lo inesperado, la visita, la noticia, el presentimiento (lo que está antes del nacimiento de un sentimiento).

Pues bien, la ansiedad, es esa respuesta, automática, sorpresiva para el propio sujeto cuando se topa con su primer ataque de ansiedad, que viene a raíz de la emergencia de la presencia del objeto que penetra en ese palacio de espejos en que vivimos.

Para Freud era tanto la pérdida de un objeto (amoroso por ejemplo) como que logremos realizar nuestros deseos. Para Lacan es más que la pérdida, es la presencia. Que emerge ese huésped desconocido quiere decir que se hace presente algo que no debía hacerse presente, que no debía aparecer en medio del marco de la tranquilidad de nuestra vida.

En medio de lo soportable irrumpe lo insoportable, lo imposible de simbolizar, lo imposible de ser acogido en nuestros esquemas, como esa niña que ve el rostro familiar

de su padre pero embadurnado de espuma de afeitar, y al no poder discernir con sus recursos simbólicos, con sus frases, con sus palabras, con el aparato de sentido que explique el acontecimiento, entonces irrumpe a llorar presa de un punto angustiante.

Para Jacques Lacan, la presencia de ese objeto es clave. Un ejemplo interesante es el caso de una muchacha que iniciará su anorexia desde el momento en que observa una escena en una playa. Un perro devora comida con pasión y violencia en un contenedor de basura, entonces ella al contemplar la escena, tiene un ataque de pánico, una angustia indescriptible, y da una solución sintomática (el síntoma siempre es una solución que encuentra el sujeto para defenderse de algo intolerable). Una solución, que se antoja falsa, identificarse al perro y comenzar en su vida a devorar-se. Lógicamente en su historia subjetiva se daban las condiciones previas para que si surgía ese acontecimiento, se desencadenara ese síntoma.

También la angustia puede ser cultivada. Antonio Gamoneda, el brillante poeta, lo definió así, se *cultiva la angustia*⁶⁴ refiriéndose a Edgar Allan Poe, lo que nos hace ver que aun cuando es territorio del que se huye, también pueden existir sujetos que se sientan atraídos por ese encuentro con un huésped desconocido, y acudan a correr ese riesgo, el riesgo del encuentro con lo ominoso, lo siniestro, lo *Unheimlich*, el huésped desconocido.

Una figura estudiada como huésped desconocido es la figura del doble, figura que ha sido objeto de atracción para el cine y la literatura.

El doble representa una fuente incommensurable de angustia, un otro inquietante, un igual. Para Freud, no obstante, nada explica «el extraordinario grado del carácter siniestro que es propia de esa figura»⁶⁵.

Raymond Roussel escribe una novela en verso que titula *El doble*⁶⁶, donde juega con esa figura del duplicar.

Michel Foucault se percatará en su estudio sobre la obra de Roussel⁶⁷, cómo el autor trata de recubrir con cosas nunca dichas el espacio que se ha creado en las duplicaciones espontáneas del lenguaje.

Otro escritor, el español Muñoz Molina, relaciona angustia y doble en su último libro:

En otras épocas he comprobado cada pocos minutos los mensajes en el teléfono. He ido con la cabeza baja y los hombros encogidos, en la burbuja tóxica de la pesadumbre, en el túnel de angustia de la media mañana. La angustia era mi sombra y mi guardián y mi doble⁶⁸.

Al margen de su connotación imaginaria, el doble es un juego más del lenguaje, producto de nuestra inserción en un mundo simbólico, en un mundo habitado por palabras, por homofonías, por significantes concomitantes.

El doble en realidad no debe ser leído únicamente como una imagen especular como se ha extendido en estudiar la literatura⁶⁹.

El doble, más bien juega como presencia, es la presentificación del objeto que causa nuestro deseo⁷⁰, y evoca así nuestra posición de meros objetos para el Deseo del Otro, dimensión en la que aparecerá la angustia si emerge ese huésped desconocido, eso que es extraño⁷¹ en lo familiar.

Quiero evocar también el «mal de ojo», como figura de la creencia cultural. La mirada como gran instrumento para angustiar. Se ha considerado fuente de angustia ese mal de ojo, incluso como un fenómeno producto de la envidia.

A este respecto son muy útiles las investigaciones de la antropología, como las de Lévi-Strauss, cuando hace ver las relaciones entre las conjuras y sortilegios y los mecanismos psicofisiológicos. Es decir, cómo los individuos objeto de un maleficio pueden perder su integridad física merced a las prácticas de extrañamiento y apartamiento que disuelven lo que llama su personalidad social. Señala el antropólogo en su artículo «El hechicero y su magia», cómo el miedo se hace acompañar de importantes actividades del sistema nervioso que alteran el organismo, y además «el rechazo de bebidas y alimentos, frecuente en los enfermos invadidos de angustia intensa, precipita esta evolución»⁷².

Es decir, ciertas prácticas mágicas presentan su eficiencia. Ahora, esa misma eficacia implica, claro, una creencia en la magia, con lo cual, el chamán mismo cree en sus técnicas, el enfermo cree en el poder del hechicero y lo que es más importante, la opinión colectiva confía a la vez que exige. El antropólogo francés que estudió estos fenómenos en distintas tribus, junto a este texto, también escribió, significativamente, «La eficacia simbólica», es decir, cómo hacer uso al mismo tiempo de los poderes de la imagen y de los símbolos. Se observa que en las prácticas que estudia Lévi-Strauss, se trata de hacer salir del cuerpo del enfermo ese huésped desconocido que en un momento entró, y en otras ocasiones de restituir un doble⁷³.

Freud definió al mal de ojo como una de las formas más extendidas y más siniestras de la superstición, el temor al mal de ojo. También en el argot popular se recurre a la explicación del mal de ojo cuanto acontecen demasiados hechos negativos en una misma

familia; incluso, es conocida la expresión «parece que nos ha mirado un tuerto», en una nueva alusión a la dimensión de la mirada.

Por último, un párrafo para finalizar este capítulo. Se recuerda que en todos nosotros hay algo inextinguible. Pertenece al final del texto de Freud sobre «Lo siniestro». Conviene detenerse en su honda sabiduría:

Nada tenemos que decir de la soledad, del silencio y de la oscuridad, salvo que estos son realmente los factores con los cuales se vincula la angustia infantil, jamás extinguida totalmente en la mayoría de los seres⁷⁴.

VIII

La prisa

Digamos de entrada que la prisa no es una cuestión de tiempo⁷⁵. Vivimos el mundo con prisa. Todo empieza a estar marcado por el fenómeno de la prisa. El tiempo es escaso, y deseamos apresurarnos a vivir nuestro tiempo, siendo muy celosos de que nadie nos lo robe. Y queremos hacer tantas cosas que vamos con prisa a todos los sitios, tenemos prisa para todo. Las salas de espera del psicoanalista dan testimonio de este giro, pues donde antes era esperar sin prisa, pacientemente, ahora se ha tornado en caras de prisa, de sujetos que apenas tienen tiempo para sosegadamente aguardar un tiempo sin prisa. Y como todo va a más, merece la pena detenernos, sin prisa, en desnudar a la prisa y estudiar sus conexiones con el tiempo, la verdad, y sobre todo con la ansiedad y la angustia.

Atenuamos nuestra angustia con el escudo de la prisa. Es como si oler la emergencia de lo que nos atemoriza y divide nos pusiera en ebullición y saliéramos disparados. Basta constatar cómo se comportan las multitudes cuando oyen que hay una catástrofe o un atentado, cómo la prisa nos hace decir al ver las imágenes: «huyen despavoridos». Y también en los fenómenos cotidianos, nos comportamos con prisa, nos «entra» la prisa cuando algo descontrolado, algo de la dimensión de la verdad no quisiéramos saber. De igual manera que no podemos esperar a saber de algo oculto, enigmático, sorpresivo. De hecho muchos sujetos no pueden aguantar la incertidumbre cuando alguien les insinúa que les va a dar una noticia. Esa incertidumbre les puede llegar a impedir dormir, como si la rumiación obsesiva les produjera una defensa, un amurallamiento ante la futura intrusión de un cuerpo extraño.

Lo que se conoce como *actings*, como actuaciones fuera de control, fuera del texto, fuera de lo simbólico, como *acting-out*, se pueden definir así: son la conexión entre prisa

y verdad. Cuando aparece algo de la verdad nos acomete el fenómeno de la prisa. A veces inexplicable para nosotros mismos. ¿Por qué te fuiste tan rápido?, nos dicen a veces, pues porque se anunciaba algo insoportable, algo imposible de subjetivar, y por tanto algo difícil de que nos pudiéramos hacer cargo de ello. Por eso en esta primera aproximación, decidamos que no es la prisa una cuestión de tiempo, sino una cuestión epistémica.

Una segunda aproximación, siguiendo en esto la enseñanza de Jacques Lacan, es cuando lo que se acerca no es lo simbólico de una verdad escondida, sino lo real de un objeto de goce. Lacan dirá: «La función de la prisa, es ese pequeño (a) quien la tetiza»⁷⁶.

La prisa entonces, sería un modo singular de tratamiento, algo de lo que echamos mano para hacer frente al fenómeno de la angustia, cuando aparece un objeto especial enigmático que nos inquieta en relación al auténtico Deseo del Otro.

Siendo entonces, otra de las formas de calmar la ansiedad, parece de entrada contradictorio que nos comportemos con prisa para no tener ansiedad. Ocurre, que se puede observar más detenidamente que el hecho de ir deprisa, evita el tiempo de reflexión, y, en cortocircuito, pasamos del ver al concluir⁷⁷; esa nuestra no detención nos permite ser un blanco en movimiento continuo, siempre con prisa, indetectable para el deseo del Otro, ante el cual no nos detenemos, ni ante objeto alguno de goce. Nos damos prisa cuando el Otro se muestra en falta, para complacerle, y así tapar su falta, pues su deseo nos angustia, y del mismo modo el objeto con el que gozamos, ese objeto, el que sea, que nos apresuramos a adquirir o a aprisionar y poseer, nos desangustia. Por un tiempo.

En el caso de constituir la prisa un tapón a la falta en el Otro, la prisa misma se convierte, en ese mismo movimiento, en un objeto de goce, de modo que la prisa puede llegar a presidir la vida de un sujeto. La prisa mala.

Entonces podríamos decir que hay dos prisas, la buena y la mala.

La prisa mala evita el tiempo de comprender. Un acto no debe confundirse con una acción, pues no es de esa dimensión, sino que implica la determinación de franquear algo en la vida, de tomar una decisión relevante, un acto nos exige responsabilizarnos y nos transforma subjetivamente, un acto presenta la estructura de la proclama de Julio César, *alea iacta est*. En todo acto, se encuentran los tres tiempos lógicos⁷⁸, el instante de ver, el tiempo para comprender, y el momento de concluir.

Durante el primer tiempo lógico, el instante de ver, observamos y captamos lo que está en juego; durante el segundo tiempo reflexionamos a ver qué corresponde decidir, y ya en el tercero nos dirigimos a la puerta de salida para operar el acto, para dar por terminado el asunto.

Pues bien, en la prisa mala se actúa en cortocircuito desde el instante de ver hasta el momento de concluir, es decir, estamos ante la prisa del sujeto irreflexivo que prefiere el goce impulsivo de evitar estar en las escenas y prefiere pulular por los diferentes espacios, sin detenerse a comprender, a interiorizar los cambios, a plantearse cuál es la naturaleza de su deseo auténtico.

La prisa buena, es la que no pierde el tiempo en cuanto ha comprendido que se trata de concluir, y decide. Es decir, no infinitiza el tiempo de la reflexión, se dirige a la puerta. Toma decisiones. Por eso contesta Lacan que la prisa es correcta únicamente si produce el tiempo de concluir. Y añade: «Además hay que evitar ponerla al servicio de lo imaginario»⁷⁹.

Cuando estamos habitados por la ansiedad, cuando podemos ser vistos como sujetos ansiosos, es porque concluimos antes de tiempo una vez que aparece o la verdad o el objeto con consistencia real.

Tiene su lógica. Para evitar el encuentro con lo peor nos aprestamos a mostrarnos poco tiempo inertes ante la aparición del posible objeto extraño en lo familiar, del objeto que puede llegar a angustiarnos. No queremos quedarnos inertes y entonces nos entra la prisa cuando aparece la conclusión, es decir nada más cerciorarnos de que algo puede quebrarnos, algo puede desmoronarnos, algo puede aparecer del orden del desasosiego, algo no está bajo control y puede desequilibrarnos.

Un sujeto fóbico por ejemplo se pertrechará con un escudo defensivo para evitar que aparezca ese objeto que lo angustia. Le entrará la prisa, y querrá finiquitar los asuntos antes de tiempo, antes del tiempo de comprender.

Un sujeto histérico pensará que todo acontece muy pronto, que no se encuentra preparado, que es demasiado rápido todo y no le da tiempo a pensar, a armar sus defensas, de ahí su propensión a agarrarse ataques histéricos, ataques de pánico.

Un sujeto obsesivo dejará su respuesta para más adelante, por si acaso, para pensar todas las posibilidades, no tendrá prisa en entregar la pieza o en dar algo, incluso se dedicará a hacer muchos regalos, pues eso le desangustia, de modo que el manejo del tiempo es la infinitización de la respuesta, su desmedido amor por el procrastinar.

Un sujeto psicótico vivirá un tiempo congelado, de mucha prisa en su instante maníaco, de mucha hiperactividad, pero un tiempo eterno en los momentos más melancólicos, de mayor perplejidad.

Cuando aparece la verdad nos entra la prisa. ¿Entra? Si, por el cuerpo. Un cuerpo invadido por lenguaje que entonces comienza a agitarse, a moverse, a excitarse. Un cuerpo que ora tiembla, ora se muestra con un exceso de respuesta fisiológica, ansiosa. Cuando aparece la verdad nos entra la prisa y también cuando acontece una contingencia cualquiera, de esas que nos visitan cada día, inevitables en el vivir complicado de la vida agitada que llevamos.

Una vida hiperconectada, de muchos viajes, de muchas conexiones que no se detienen tampoco en vacaciones, una conversación constante con unos y con otros en redes, en *whatsapps* interminables, nos hace pensar que decididamente recibimos cada vez más informaciones que no podemos procesar tranquilamente, que hemos de resolver con prisa.

De ahí la verdad del aserto napoleónico, *vísteme despacio que tengo prisa*.

Hemos demostrado entonces que la prisa no es cuestión de tiempo⁸⁰.

La correlación entonces, entre angustia y tiempo⁸¹, nos da que la angustia es condición del acto, esto es, sólo cuando aparece ese afecto algunos sujetos pueden concluir su acto, antes no. Esperan la llegada de la angustia para obrar.

Un antes y un después, de cerca, parecen como parte de un relato tranquilizador, pero «para fabricar el antes y el después es necesario hacer un esfuerzo que cuesta caro, precisamente la fabricación del antes y el después cuesta la angustia»⁸².

Es el precio a pagar cuando entra en juego la prisa.

IX

Los juegos del ansiolítico

Un ansiolítico, como fármaco psicotrópico, trata de suprimir los síntomas de ansiedad, a la par que actúa de relajante muscular y de facilitador del sueño. Las prescripciones médicas más frecuentes consisten en benzodiacepinas (BZD). Con ellas se produce un alivio muy a corto plazo, lo que permite de entrada hacer frente a esa ansiedad cuando es de tal envergadura que incapacita para hacer vida normal. Pero aquí viene el problema: al recetar ansiolíticos, como solución inmediata a corto plazo, se corre el riesgo de que el sujeto no desee hacerse preguntas acerca de su propia participación subjetiva en el advenimiento de un cuadro ansioso.

Un sujeto puede muy bien decir que le entró ansiedad, como si le hubiera entrado un extraterrestre, una invasión de algo en lo que el propio sujeto⁸³ no hubiera tomado parte.

Es cierto también que cuando acompañamos al sujeto a hablar de sí mismo, a desplegar su historia subjetiva, podemos encontrar el problema de los ansiolíticos, de su dependencia de los mismos, de las mil formas que el sujeto ansioso teme dejar el fármaco.

El problema de los ansiolíticos nos entronca con la política de medicina defensiva de algunos sanitarios, que prefieren recetar y recetar, sin ahondar en la verdad a desenvolver, ante el temor a molestar al *establishment*⁸⁴. Ideólogos del positivismo y el biologicismo que adscriben los fenómenos psicológicos ora a la etiología genética, ora a la acción de la mente o del cerebro (les da igual la confusión entre una y otro).

Un fascinante ejemplo de lo inútil de apelar a los conocimientos sobre la ansiedad, a los ansiolíticos, y a los modos cognitivos de abordar las crisis de pánico nos lo presta un libro, auténtico *best seller* en los EE. UU., escrito por un periodista con problemas de ansiedad. Seleccione un párrafo paradigmático:

Estoy escribiendo un libro sobre la ansiedad. Estoy empapado de conocimientos sobre el fenómeno del pánico. Sé tanto como pueda saber un profano en la materia sobre la mecánica neurológica de un ataque. Los he sufrido a centenares. Sería de esperar, por tanto, que ese conocimiento y esa experiencia me sirvieran de algo. Y, es verdad, a veces me sirven. Al reconocer los síntomas de un ataque de pánico en sus prolegómenos, a veces puedo atajarlo, o al menos restringirlo a un ataque de pánico de síntomas limitados. Pero con excesiva frecuencia mi diálogo interior discurre más o menos así:

—Es sólo un ataque de pánico. Estás bien. Relájate.

—¿Y si no es un ataque de pánico? ¿Y si esta vez estoy enfermo de verdad? ¿Y si estoy sufriendo un ataque cardíaco o un derrame cerebral?⁸⁵

El ansiolítico persigue un enlentecimiento, una ralentización del funcionamiento psíquico. Se actúa sobre el sistema nervioso central, y no es que relaje, es que seda y busca la amnesia. Al aumentar el efecto de una sustancia química llamada GABA se reduce la actividad de conexión e intercambio neuronal. Cuando el ansiolítico actúa sobre la serotonina, un neurotransmisor muy influyente, el efecto que se obtiene es de sedación, de ralentización del funcionamiento, de disminución de las funciones cognitivas.

Compuestos que tienen unos efectos secundarios variables en las personas, como somnolencia, mareos o náuseas, boca seca y visión borrosa, descenso del rendimiento intelectual, sensación de pesadez de cabeza, dificultades en la memoria reciente. Y disminución de la libido sexual, lo que no es problema menor, pero es de lo que menos se suele hablar. De hecho es un problema serio para las personas con ansiedad, y una gran alegría cuando el alivio sintomático permite recuperar el deseo sexual, nódulo y cogollo del deseo en general.

Se utilizan los ansiolíticos tanto para los llamados trastornos de ansiedad generalizado, como para las fobias o las obsesiones o el trastorno de pánico, a veces sin diferenciar la sutileza de unos u otros⁸⁶.

Tampoco se habla mucho del síndrome de abstinencia, que acontece si se ingiere el ansiolítico más de seis semanas.

Pero de lo que menos se habla es de las cifras en que la ansiedad retorna tras el abandono de la medicación, aún siguiendo las pautas del médico, algo que no siempre cumple el sujeto ansioso, con tendencia a la automedicación, al uso también ansioso del ansiolítico.

Lo que es asombroso es que nadie parece discutir al ansiolítico. Hay excepciones, un reciente artículo periodístico con el llamativo titular de «Más Séneca y menos

ansiolíticos», caía en la cuenta de que... «no podemos controlar lo que nos pasa y vivimos totalmente hacia afuera, atemorizados y estresados...»⁸⁷.

Vivimos una ola de masivo consumo de ansiolíticos. Un auténtico *club de la benzodiacepina* generalizado. Desde los mismos profesionales sanitarios, algunos enganchados a su consumo, hasta colectivos enteros de adictos al ansiolítico, píldora que siempre acompaña en el bolso (por si acaso, como proclamaría el sujeto obsesivo).

A todo esto, convendría hablar del efecto sugestión del ansiolítico, del efecto placebo. No pocos pacientes relatan sus jugueteos con la píldora, sus *lapses* y olvidos de ingesta en ocasiones muy curiosas, sus síntomas agudos en determinados momentos, su frecuencia en determinadas fechas «señaladas». Hay toda una literatura posible de los relatos de los pacientes (efectos paradójicos incluidos como el olvido del ansiolítico, la traición del inconsciente, justo cuando más parecía necesitarse), que hacen pensar a los más despiertos en que la ingesta del ansiolítico forma parte del cuadro de ansiedad que se pretende mejorar.

Ante todo este panorama, a toda esta práctica y relación con los ansiolíticos bien podríamos denominarlos *juegos del ansiolítico*, parafraseando así al segundo Wittgenstein, y sus *juegos del lenguaje*.

Un buen capítulo de esos «juegos» lo constituye esa automedicación generalizada, pero otro capítulo podría dedicarse a los juegos de la publicidad.

No soy optimista: el consumo de ansiolíticos crecerá sin duda.

Lo que no alcanzo a ver es el efecto secundario de todo eso, y pienso que a muy pocas personas les importa de verdad saber si este consumo masivo de ansiolíticos traerá algún efecto secundario social o médico para el organismo, o si simplemente tendremos que acostumbrarnos a un «tómate la píldora y calla».

Pero un claro efecto secundario de estos juegos del ansiolítico lo constituye el modo de resolución de los problemas psicológicos. Se evita el contacto social, se evita la conversación con el amigo, con el psicólogo, sencillamente se borra la subjetividad, a la que no se le da juego en el *juego del ansiolítico*. Si se puede solucionar en silencio con el objeto-píldora... para qué relacionarme con quien me puede hacer pensar en mi propia responsabilidad⁸⁸, en ese «ponga usted de su parte» que le mostrara la joven psiquiatra a mi paciente; para qué hablar si puede jugar al «tómate la píldora y calla». En una palabra, se transmite con la ingesta masiva del ansiolítico, que la solución al problema psicológico viene del lado de la química y no del lazo social.

La sociedad debería de mirarse el por qué de ese recurso masivo a ansiolíticos y tranquilizantes. ¿Qué hace que millones de personas cada mañana necesiten tranquilizarse?

Y estoy con Freud preguntándome por qué elegir un fármaco antes que una colección de palabras bondadosas. Quizá no exista fármaco más tranquilizador que buenas palabras, bien dispuestas, aún en forma de susurros o teatrales. Palabras ordenadas y salidas de los labios de un amigo, de un confidente, de un *psi*, o simplemente salidas de alguien que conoce al receptor lo suficiente como para saber que no le van a hacer daño, sino a encaminar hacia algo vivo y deseante.

X

El viaje

La entrada en la ansiedad suele acontecer en el transcurso de un viaje.

En los viajes se dan los ingredientes de la incertidumbre, de la inseguridad, y también, del descontrol ante el acontecimiento imprevisto. Un viaje en tren de una mujer desató su crisis de ansiedad al pensar que podía pasarle algo y nadie iba a socorrerla. Un viaje en avión de un sujeto propició su primera crisis de ansiedad al contemplar el rostro desencajado de su novia por temor a morir en medio de unas fuertes turbulencias. Un momento de ansiedad de un sujeto conduciendo un coche en medio de un túnel, en un desfiladero, desató años de ansiolíticos.

Viajar, en el decir del triestino Claudio Magris es atravesar fronteras:

No hay viaje sin que se crucen fronteras —políticas, lingüísticas, sociales, psicológicas, también las invisibles— que separan un barrio de otro en la misma ciudad, las existentes entre las personas, las tortuosas que en nuestros infiernos nos cierran el paso⁸⁹.

De ahí que hay quien no pueda salir de España, o de su ciudad, o de su pueblo, o de su calle. Las fronteras no son únicamente fronteras geográficas, lingüísticas o políticas —que también—, sino que son percibidas subjetivamente por el sujeto del inconsciente como potenciales peligros al atravesarlas. Magris dirá también que viajar enseña el desarraigo, y con ello se puede ser extranjeros en la vida, en la propia casa. Al mirar al extranjero, al desconocido, es como si viéramos nuestro propio inconsciente, lo radicalmente ignoto, todo aquello inquietante que desconocemos de nosotros. Nuestro inconsciente es un extranjero que además porta el guion de nuestra historia. Se viaja, también, para conocerse. Se viaja para *conocer mi geografía*.

Por otro lado cuando se viaja se pierde el control, por ejemplo en un coche hay quien se marea cuando no conduce; en tren o en avión muchas personas no pueden montar, pues allí el control de la situación no existe. Ni la escapatoria.

El escritor Andrés Trapiello es claro en su Diario:

Si los hombres pudieran desdoblarse y pensar cuando padecen la ansiedad y el tósigo de la vida en sus cuartos cerrados, e imaginar la ventana de ese mismo habitáculo suyo visto desde la calle o a lo lejos, en medio de la noche, si eso fuese posible, los padecimientos se verían reducidos a la mitad, sólo porque en el viaje de dentro afuera ha de dejarse el lastre de lo obsesivo, sin contar con que al estar fuera uno ya es otro y se ve como otro, y las penas de otro son siempre menores que las nuestras propias⁹⁰.

Excelente propuesta, desdoblarse cuando aparece la ansiedad, fórmula posible al alcance, como mera disciplina. Salir de la escena.

En cualquier caso, toda nuestra vida puede ser contemplada como un gran viaje. Y conviene estar advertidos de que siempre es mejor el camino que la meta. He recordado esto en una columna periodística⁹¹:

«No tengas la menor prisa en tu viaje» es un verso de Constantino Kavafis que se nos quedó grabado desde tiempos inmemoriales.

Recordemos su conocido poema Ítaca:

*Mantén siempre Ítaca en tu mente.
Llegar allí es tu destino.
Pero no tengas la menor prisa en tu viaje.
Es mejor que dure muchos años
y que viejo al fin arribes a la isla,
rico por todas las ganancias de tu viaje,
sin esperar que Ítaca te vaya a ofrecer riquezas.
Ítaca te ha dado un viaje hermoso.
Sin ella no te habrías puesto en marcha.
Pero no tiene ya más que ofrecerte
Aunque la encuentres pobre, Ítaca de ti no se ha burlado.
Convertido en tan sabio, y con tanta experiencia,
ya habrás comprendido el significado de las Ítacas.*

Es cierto que es mejor siempre el camino que la meta, pero me gustaría centrarme hoy en los viajeros con quienes emprendemos el viaje. Resulta que muchas veces nos defraudan, tanto como quizá nosotros los defraudamos, y decidimos no volver a embarcarnos con ellos en más viajes. No con todos se puede viajar, claro, lo que se

descubre una vez ya en marcha, y no hay viaje que no obtenga como saldo una decepción con algún compañero de viaje. Pero, eso ¿quiere decir que no vamos a emprender más viajes?

Es la respuesta de algunos, no merece la pena caminar junto a otros, pues tarde o temprano se desatarán las rivalidades, los celos, las pasiones del ser (amor, odio, ignorancia), y entonces, conclusión: mejor viajar solos. Otra conclusión, basta de viajes.

Ambas son salidas falsas. La vida sólo tiene una dirección, y no sirve de nada ni el arrepentimiento, ni la conversión en seres huidizos o escarmentados. La defensa del lazo social, de la búsqueda de nuevas ocasiones de viaje, de iniciativas, de emprender nuevas rutas, de dejarnos de nuevo seducir por nuevos objetivos es lo suyo. Es lo sano.

«No tengas la menor prisa en tu viaje», es eso. Es mejor que dure muchos años. Y que nunca cejemos de mejorar a otros y de dejarnos mejorar por otros, sobre todo cuando nos dan la gran lección de la vida, el significado de nuestros singulares Ítacas.

El viaje de nuestra vida tiene su sentido en sí mismo, y tratar de justificar la existencia, pasión neurótica donde las haya, conduce a ignorar el sin-sentido esencial de nuestro vivir. Por eso viajar implica aceptar los dones, aceptar el vacío, aceptar los imprevistos, las contingencias de cada día, lo que no va, lo que no se sabe, lo que no se puede, nuestra impotencia pues.

Permitir que sea otro quien tenga el control, confiar en el otro, en quien pilota el avión, en quien conduce, es tanto como ser confiado. Y la confianza es la base de la convivencia social. Desde luego sin olvidar la política de las distancias entre nosotros, muy bien reflejadas por Freud en su famosa metáfora del puercoespín, cuando dice, todos nos necesitamos, por eso nos acercamos los unos a los otros, pero si penetramos demasiado en el territorio del otro, a veces nos pinchamos y hemos de separarnos, pero, si nos alejamos mucho, entonces sentimos frío y tendemos a volvernos a acercar. Esa necesaria política de las distancias es la que puede permitir confiar en los otros, en los amigos, en nuestros médicos, en nuestros hijos, en nuestra pareja. Confiar es dejarse conducir, y permitirse el riesgo del viaje.

Leyendo las cartas que Freud escribió en sus viajes se comprueba su posición deseante. De hecho sus compañeros de viaje refieren que imponía un ritmo vertiginoso, y se quejaban de que los fatigaba en exceso. Sabemos también que no perdía oportunidad para seguir sus investigaciones, como el olvido de Signorelli, el pintor de

los frescos de la Catedral de Orvieto, en el transcurso de un viaje a Trebinje, en Bosnia y en animada conversación con un compañero de viaje⁹².

Evocaré por último a Fernando Pessoa, quien en su magnífico *Libro del desasosiego* escribe que como viajantes, voluntarios e involuntarios, somos sólo pasajeros que no debemos dar demasiada importancia a las dificultades del camino, a las contundencias de la trayectoria. Palabras tranquilizadoras. Pero aún más lo son las siguientes, que expresan nuestra certera posición de mutuos compañeros del mismo viaje:

Vivimos todos, en este mundo, a bordo de un navío salido de un puerto que desconocemos hacia un puerto que ignoramos; debemos tener los unos con los otros una amabilidad de compañeros de viaje⁹³.

XI

La página en blanco

El síndrome de la angustia ante la página en blanco acontece ante la espera de que *cese de no escribirse* algo.

El debut en la vida, el reinicio de la vida amorosa tras una separación, el cambio tras asistir a la separación de los padres, el comienzo de una enfermedad, el debut en un trabajo, el comienzo de la jubilación, el rehacer la vida tras la partida de un ser querido, en fin, la toma de la decisión importante y necesaria puede posponerse porque surge la angustia ante esa página en blanco que corresponde escribir en nuestra vida.

Cesar de no escribirse es esto. Una y otra vez me dispongo a escribir algo, a decidir algo, a iniciar algo, y una y otra vez me encuentro con la página en blanco y con la angustia subsiguiente. No otro es el lamento del creador, aquel que sabe muy bien que esperar a que brote la idea, a que surja la chispa, es paso obligado, razón por la que se espera ese momento mediante algún ardid, como las distracciones varias cotidianas, periodo de espera que Kafka llamaba «el titubeo antes del nacimiento»⁹⁴.

He de decir que como columnista de prensa (desde 2003 hasta hoy), cada semana cuando me siento ante el ordenador para escribir la columna que he de mandar a una hora y un día concreto al periódico en el que colaboro, siento esa evocación cariñosa (irónicamente hablando) de lo que es la página en blanco, lo que me ha hecho toparme cada semana con este fenómeno. Creo que esta experiencia en alguna ocasión la han vivido todos los escritores.

Un psicoanalista catalán, Miquel Bassols, dedicó un libro⁹⁵ a estudiar el asunto de la página en blanco convocando para ello a científicos, calígrafos, tipógrafos, poetas, artistas, pensadores y psicoanalistas. Define así a la página en blanco:

La página en blanco encarna el enigma del sujeto mismo que no encuentra su representación en la realidad, encarna la pregunta de su existencia. Encarna, diremos con el término que Freud acuñó para escribirla, la presencia del inconsciente para el sujeto, una presencia que se anuncia, paradójicamente, como una ausencia⁹⁶.

Y también afirma que la página en blanco no es una imagen, no es una metáfora, sino

una experiencia decisiva, la experiencia del inconsciente para cada sujeto, personal e intransferible⁹⁷.

Pues bien, la página en blanco que nos interesa aquí es la página que *cesa de no escribirse*, que está a la espera, ansiosa, a la espera de que llegue alguna señal y ponerse a crear, es una espera en suspenso, como dice Bassols:

...es ante ella que se suele producir aquel conocido síndrome de la angustia de la página en blanco del que dan testimonio tantos creadores⁹⁸.

Es cierto que en nuestra vida hay momentos en que acontece la llegada de esa angustia porque no hay nada que *escribir* en nuestro quehacer cotidiano («no sé qué hacer en todo el día»), amoroso («no sé si deseo romper mi relación de pareja»), profesional («me encuentro sin saber cómo continuar»), vital («no encuentro motivos para seguir»). No llega nunca lo que podría comenzarse. Y esa espera, como vimos, nos causa ansiedad, y nos topa con la angustia.

También para evitarla a veces, como hemos visto, precisamos calmar la ansiedad e inventamos algo que llene esa página en blanco, aunque sabemos muy bien en nuestro interior que no es eso, que sólo es una coartada para evitar el síndrome de la página en blanco, la angustia ante las páginas en blanco de nuestra vida.

La página en blanco es un objeto invisible. Y silencioso. Si nos interesa este objeto en medio de un libro dedicado a pensar la ansiedad que no cesa, es porque precisamente ese objeto invisible y silencioso, es un objeto que puede causar angustia:

La historia de la clínica, en la descripción de los síntomas y malestares más diversos del sufrimiento psíquico, lo detecta como algo sin nombre ni representación posible: la angustia, la tristeza, las fobias se ceban en él⁹⁹.

De nuevo Miquel Bassols nos sitúa el centro del interés. El problema no es tanto llenar los huecos faltantes, tapar con recetas, dar pautas, tratar de objetivarlo todo, (bajo las pretensiones de operar bajo hipótesis científicas que eluden lo no representable ni

cuantificable) sino aceptar que es en las páginas en blanco de nuestra vida, en cómo podemos aceptarlas y transmitir las, donde encontraremos lo más verdadero del modo de ser, las mejores pistas, las más poderosas y auténticas, las huellas que nos llevarán a lo que importa. Lejos de verlas como un estorbo, poder leerlas, poder desenvolver los síntomas de la ansiedad, abrir ese envoltorio que nos impide conocer su auténtica faz.

Dice Bassols que el signo de la angustia es el signo, hoy, del sujeto sufriente por excelencia¹⁰⁰. Y que corresponde leerlo. A la buena manera. Taponarlo con el ansiolítico y el objeto que calma la ansiedad, hemos visto y sabemos que no es suficiente, que no es la operación de éxito precisamente.

La página en blanco es la página de la angustia por excelencia cuando impone una espera, cuando existe algo que cesa de no escribirse.

La página posible es aquella página en blanco en que sí se escribió alguna vez pero se borraron los signos, luego cesó de escribirse.

La página imposible es una página que nunca será escrita, será la que no cesa de no escribirse.

Finalmente la página necesaria, es la que no cesará de escribirse, sin dejar blanco alguno, pero la que no podría leerse pues sin espacios en blanco no hay lectura posible.

Página en blanco y espera se dan entonces la mano en la ansiedad que no cesa. Un aspecto de la página en blanco es el fenómeno del «quedarse en blanco», angustia y asombro unidos, preocupación del estudiante y de quien tiene que hablar en público (o en una sesión de análisis como analizante que se detiene en su discurso, que cesa de narrar sus dichos).

Pero como quedarse en blanco es una experiencia que habla del lenguaje y su poder de simbolizar, de representar con palabras lo que falta, si hay angustia es porque ese blanco es el objeto angustiante en sí. En palabras de Miquel Bassols:

La angustia de quedarse en blanco hace de ese blanco un objeto en sí mismo, es el objeto que la angustia encuentra en el lugar de lo que faltaba. Así, se entiende aquella afirmación de Jacques Lacan según la cual la angustia es la falta de la falta...¹⁰¹

La ansiedad que no cesa se manifiesta pues, ante la abrupta irrupción de una página en blanco que bloquea, que deja atónitos y expectantemente ansiosos a los creadores y a quienes tienen que decidir algo en sus vidas, mientras unos y otros aguardan a que cese de no escribirse algo, en medio de ese *titubeo antes del nacimiento*.

XII

La angustia, signo del deseo

Si se opta por el amor, y se aplaza el goce, entonces no se elimina el deseo como tiempo intermedio, de espera. La espera ante la llamada o la visita, o la respuesta simple del enamorado, implica ansiedad. La espera de esa respuesta. Se espera por amor. De hecho ya vimos que alguien está enamorado si espera, es *la identidad fatal del enamorado*, en palabras de Barthes.

Entonces, es de una lógica aplastante colegir el aserto lacaniano de que sólo el amor permite al goce condescender al deseo.

Nos interesa captar las relaciones entre angustia y deseo, especialmente porque para lograr el cese de la ansiedad, será clave toparnos con el deseo. Lacan dedicó un capítulo en su Seminario de la angustia para hablar de esa correspondencia entre angustia y deseo.

Sabemos que si la angustia no engaña es porque formula la buena pregunta, la del deseo. Ante un grifo, por ejemplo, un adulto obsesivo insistirá en comprobar repetidamente si es verdad que está cerrado, mientras que un niño sentirá deseos¹⁰² (de hacer pipí la mayor parte de las ocasiones). Los objetos causan algo en los sujetos, movilizan sus deseos, ponen en juego el modo singular de pertrecharse de cada uno.

Sören Kierkegaard, el filósofo danés en su libro, *El concepto de la angustia*¹⁰³ incorpora la idea de angustia como angustia de nada, esto es, que el objeto de la angustia es *algo que no es nada*. La nada, correlato objetivo de la angustia subjetiva. Un vértigo.

Pero Jacques Lacan definirá a la angustia como un afecto, como un afecto que no engaña. Cuando se presenta la angustia, sencillamente el sujeto sabe que eso es algo real, de lo que no puede inventar ficción, que no puede simbolizar, imaginarizar y correlacionar con algo.

Pero para que aparezca la angustia, se requiere de la presencia del deseo del Otro. El problema es que el deseo del hombre es el deseo del Otro¹⁰⁴. Lo sepa o no, todo su desarrollo desde la cuna se ve imbricado por la presencia de un Otro del que se desprenden rasgos que se van captando, y que el sujeto va haciendo suyos de una manera imperceptible, por ósmosis.

La presencia del Otro es, pues, previa, razón por la cual no es posible autoanalizarse. Y es por eso, porque el Otro es previo, es por lo cual, la angustia se sitúa.

Entonces Lacan lo ilustra con el ejemplo de la *mantis religiosa gigante*. Imaginemos una mantis religiosa y entendamos que es la viva imagen de un Otro, que puede desear algo, y la captación, la interpretación que hacemos (por las mejores razones) de eso que el Otro desea es lo que hace emerger nuestra angustia.

Pero que el deseo humano es el deseo del Otro, ¿qué quiere decir? Pues que el Deseo del Otro se correlaciona con mi falta. El Otro hay que entenderlo no como mi semejante, sino como lugar del significante.

Se aparta Lacan como psicoanalista del filósofo Hegel, para quien el Otro es «aquel que me ve», y por ello se tiene necesidad de reconocimiento del Otro¹⁰⁵.

¿Y qué sería el deseo de deseo? Deseo de deseo significa entonces que reclamo el deseo del Otro para orientarme, para ser sujeto deseante también. Esta fórmula quienes mejor la entienden son los que están cerca de niños pequeños, que necesitan rodearse de personas con mucho deseo, y también quienes conviven con personas mayores, muy sensibles a movilizarse en función de los deseos de un Otro, muy necesitados de ser vivificados.

Lacan lo enuncia muy elegantemente:

Debido a la existencia del inconsciente, nosotros podemos ser ese objeto afectado por el deseo¹⁰⁶.

Hay deseos si hay falta, puesto que cuando hay lleno, hay hastío, y no hay deseo. Entonces, por nuestra constitución especular, se deduce que la angustia surgirá si allí donde debiera de haber una falta, lo que aparece es otra cosa, emerge de improviso que no falta la falta, no se esperaba una falta. Lacan lo explica mejor:

...les haré observar que pueden producirse muchas cosas que van en la dirección de la anomalía, y que no es esto lo que nos angustia. Pero si de pronto falta toda norma, o sea lo que constituye a la anomalía como aquello que es la falta, si de pronto eso no falta, en ese momento es cuando empieza la angustia¹⁰⁷.

No nos angustia que nos falte algo, nos angustia que nos falte la falta. Es algo que se detecta muy bien en los ataques de ansiedad, cuando no hay salida, en un coche que circula, en un avión, en el interior de un recinto, cuando allí donde debiera de haber una posibilidad de escape, el sujeto cree quedar encerrado, atrapado, agobiado, asediado por algo que taponar, porque no falta la falta.

Finalmente, entonces, con el objeto perdido, ese que buscamos metonímicamente en cada objeto que deseamos, aunque nunca lo encontramos del todo, nos permite seguir siendo deseantes.

A la búsqueda de ese objeto perdido que causa nuestro deseo (que Lacan denominó *objeto a*) topamos con esta relación entre angustia y deseo:

«Nos enfrentamos con ello en la angustia en un momento lógicamente anterior al momento en que lo hacemos en el deseo»¹⁰⁸.

XIII

La angustia, señal de lo real

La angustia está enmarcada. Lo que nos parece horroroso, inquietante y oscuro¹⁰⁹, lo que nos conmueve y nos da ese golpe de ansiedad, emerge a través de ventanillas. Y aparece de súbito, de golpe, cuando no se lo esperaba, como hemos visto en el capítulo VII.

Entonces si la angustia, lo *Unheimlich* aparece de súbito a través de un marco, eso quiere decir que la angustia no carece de objeto, sino que la angustia no es sin objeto. Es otro objeto distinto el que nos angustia, diferente a lo que se esperaba. Su emergencia tiene que ver con lo inesperado, con lo sorpresivo, con la visita, la noticia, el acontecimiento en medio de un viaje. Lo que nos angustia está fuera de duda, es lo que no nos engaña, por tanto no es del orden de lo simbólico, es del orden de lo real.

¿Qué quiere decir que no sea algo del orden de lo simbólico? Que no entra en las posibilidades de la verdad, la ficción, la mentira. Incluso la duda. Por eso la duda emerge en muchas personas, muy dubitativas, que no saben con qué carta quedarse (si con un novia «a» o con un novio «b», si con una carrera universitaria «a» o con una «b», si viajar hacia la ciudad «a» o hacerlo a «b», si separarse o no separarse), pero porque con ello, con la duda, evitan la angustia. La angustia es la causa de que dudemos, no al revés, no porque dudamos tenemos angustia, sino por evitar su presencia, y de ese modo la elección de muchos es la no elección. Se elige no elegir.

En el juego de la duda entonces se trata de «evitar lo que, en la angustia, es certeza horrible»¹¹⁰.

Es decir lo simbólico es ficcional, pero lo real es del orden de la certeza. No engaña. ¿Cómo diferenciar entonces la angustia de otros afectos: del miedo, del peligro, del

horror, del espanto, del pánico, de la congoja, de la parálisis y del bloqueo? Porque no engaña, la angustia es cierta.

Con Freud sabemos que la angustia es esencialmente, *angustia ante algo*. ¿Qué es ese algo de dónde procede? De dentro, no de afuera: el sujeto se ve oprimido, concernido, interesado, *en lo más íntimo de sí mismo*¹¹¹.

Pues procede de la dimensión de lo real, es decir, del campo de lo irreductible, de lo que no puede representarse, que no puede ser simbolizado, que no puede pasarse a palabras, a gestos, a indicios, a señales.

La angustia se sitúa entre el deseo y el goce. Franqueada la angustia, («fundado en el tiempo de la angustia», dice Lacan), el deseo se constituye.

Evocar que la angustia es señal de lo real, es entonces saber que algo ha emergido del interior del sujeto («yo sé que son imaginaciones mías, que está en mi cabeza», suele escucharse), y no por ello causa menos sufrimiento. Y ese huésped desconocido, que aparece de improviso en medio del espejo de palacios en que vivimos, sin simbolización posible, en medio de nuestras cotidianidades, por lo que permanecemos amarrados a tradiciones, hábitos, mismas calles, mismos amigos, mismos trabajos día tras día, eso que nos impide viajar, creyendo que está afuera y no adentro, eso que hace que falte la falta, es fuente de una ansiedad que no cesa.

Es señal de lo real, de aquello que no tiene representación posible.

De ahí la necesidad de esforzarnos por nombrarlo, por poner palabras, por conseguir que cese la ansiedad que no cesa.

XIV

La ansiedad que cesa

Se trata de desangustiar mediante la palabra. Tal y como define lo que es escribir, Agustina Bessa-Luis, «conmover para ahuyentar la angustia y aliviar el miedo»¹¹², nosotros podemos afirmar lo que es conversar en el dispositivo de un psicoanalista: es conmover para desangustiar.

Mientras nos privamos de desculpabilizar (puesto que siempre que alguien se siente culpable es señal de que tiene las mejores razones para ello), sin embargo el psicoanalista se da prisa en desangustiar.

Jacques-Alain Miller lo expresó así:

...si el analista cesa de ubicarse en posición de causa, de objeto *a*, obtiene o debe obtener un alivio de la angustia en el lugar del sujeto¹¹³.

Es decir, si trata de no enmudecer demasiado, tal y como Lacan muestra, como ahora veremos, en su trato con Marie de la Trinité. Y para eso tenemos los poderes de la palabra. Se sabe que las palabras hieren. Y se sabe que curan. Se sabe la idea de Freud de que no se ha encontrado todavía un medicamento tan eficaz como un puñado de palabras bondadosas.

Eso sí, hay que dar con las palabras. Con el orden correcto, expresadas con la enunciación adecuada y en el preciso instante en que calculamos que es factible obtener ese efecto de ahuyentar la angustia y de aliviar el miedo. De contener la ansiedad, para que cese.

Apareció recientemente un libro extraordinario, que contiene una carta fechada el 19 de septiembre de 1950, en la que Jacques Lacan escribe a Marie de la Trinité, y un texto de esta, titulado, «De la angustia a la paz».

Se trata de una religiosa que atraviesa por una crisis de angustia y es ingresada para una cura de sueño. Su relato es nombrado así: «Relación escrita para Jacques Lacan».

Allí podemos observar cómo aborda su angustia, primero con objetos, tal y como vimos en el capítulo de «Calmar la ansiedad»:

Para enfrentarme a la angustia, me había llevado una cantidad inverosímil de trabajos que hacer: todo llenaba dos sacos grandes y una maleta. También había varios libros, dos Biblias para comparar las traducciones, un Nuevo Testamento griego para aprendérmelo de memoria en los momentos libres: prueba evidente de la perturbación que la angustia producía en la lucidez de mi juicio...Prácticamente, no hice ni leí casi nada; pero empujada por las obsesiones, escribía cartas interminables, con la esperanza de que me aliviaran: en vano¹¹⁴.

Pero lo que es muy instructivo es la Carta de Lacan, donde aborda el programa de un psicoanalista cuando se produce una coyuntura de duda por parte de su paciente. Primero apela a su deseo de no dejarla caer mediante una nota adjunta a la carta:

De todas formas, se la adjunto a esta carta para que sepa con qué ánimo apelaba a usted: el de no dejarla sola en el desamparo en el que sentí que se encontraba en cierto momento, del todo perdida¹¹⁵.

Y después la hace ver en qué va a consistir el despliegue de las sesiones, una síntesis de cómo un psicoanalista opera con la palabra:

Entiéndame usted ahora. La acción que ha emprendido para resolver la dificultad moral en la que se encuentra; eso es lo que debería ser objeto de nuestras sesiones. Quiero decir, el modo en que usted va a conducirla, en que va a reaccionar, los recuerdos y los sentimientos, incluso los sueños que surgirán correlativamente durante las sesiones (y verosímilmente sin una relación directa, en apariencia). Esto es lo que nos permitiría llegar a las subyacencias arcaicas que intervinieron en torno y mediante el ejercicio de su voto de obediencia¹¹⁶.

Lacan trata de hacerla reflexionar apelando, en 1950, a como hacemos hoy, en 2018, a no tomar atajos mediante la transmisión de pautas que permiten supuestamente desvincularse de pensamientos, hábitos, vínculos... lo que nos hace dar una única pauta a nuestros pacientes: «nunca pida pautas». Es así, en un texto ilustrativo de su posición como psicoanalista, el modo en que manifiesta su neutralidad a la religiosa Marie de la Trinité en lo tocante al voto de obediencia, como cualquier otro asunto de la realidad del paciente en donde el psicoanalista mantiene una posición neutral:

Esto es lo que, al leer su carta, veo que usted no ha entendido: mi objetivo no es enseñarle a librarse de ese vínculo —sino descubriendo qué lo ha hecho para usted manifiestamente tan patógeno, permitirle que lo

satisfaga en adelante con toda libertad—.

Y Lacan añade:

Ya que, si fue en torno al ejercicio de este deber que se desencadenaron las fases más perturbadoras de su drama, es porque allí es donde se pusieron en juego imágenes para usted desconocidas y de las que no es dueña; esto es lo que yo llamé vagamente: temas de dependencia. E indagarlas no constituye una iniciación a la revuelta, sino una perspicacia indispensable para la puesta en práctica de una virtud. Es preciso, por tanto, que siga usted con las sesiones, mientras intenta ponerse de acuerdo con su conciencia. Ya que es el momento fecundo del que trato de obtener un paso decisivo para el análisis.

Lacan, finalmente apela al lazo transferencial para continuar el trabajo analítico, que como sabemos, siempre es fácil de romper:

Y es preciso que confíe en mí para salir de ese momento. La encierro en él por ahora, precisamente para extraer el efecto del que está preñado. El modo contrario de tomar las cosas —su forma actual— es un modo formalista de considerarlas, que ignora el carácter irremediablemente intrincado de sus mejores movimientos, con ese nudo secreto que los hizo para usted tan ruinosos. Y que estamos aquí para resolver juntos. Venga, pues, a verme cuanto antes¹¹⁷.

Se observa aquí la determinación del psicoanalista en no dejarla caer, y la religiosa relata en ese bello texto, escrito a instancias de Lacan, ese viaje a la angustia más profunda, y su particular manera de abordar esa travesía a las fronteras de la locura, en su ingreso psiquiátrico.

Ese difícil arte de encontrar las palabras que conmueven, que permiten el giro subjetivo, no es asunto de técnica ni de erudición. Es algo que se desprende de un largo proceso de formación, que no excluye la acumulación del acervo cultural y universitario, ni el manejo técnico ni la experiencia debida, sino algo aún más difícil de obtener.

Se tratará de haber viajado lo suficiente en su interior (el futuro psicoanalista) como para acoger sin angustia la angustia del de enfrente, algo similar a lo que le dijera Claude-Edmonde Magny (pseudónimo de Edmonde Vinet) a Jorge Semprún en su *Carta sobre el poder de la escritura*:

Nadie puede escribir si no tiene el corazón puro, es decir, si no se ha desprendido lo suficiente de sí mismo¹¹⁸.

La larga formación del psicoanalista consiste básicamente en eso, en desprenderse lo suficiente de sí mismo, en otras palabras, en obtener la diferencia absoluta, el grado de

enunciación singular, sin identificación alguna, peculiar, como para poder acoger a cada quien, también en su radical diferencia frente a los otros.

Cualquier otro atajo será de menor recorrido, pero sólo las palabras, o la mímica, también en ocasiones el teatro y el silencio que sale de los labios de un psicoanalista, que a su vez ha llevado lo suficientemente lejos su propia cura, puede garantizarnos un manejo exquisito de las palabras y los silencios. Para seleccionar las mejores palabras y dar con las que se precisa en cada caso concreto, siempre tan distinto al sujeto con el que acabamos de hablar en sesión anterior y siempre tan diferente al sujeto de la sesión siguiente. Para no hablar desde su fantasma ni desde su máquina de construir *acting-out*, para no hablar desde su narcisismo, que ha debido quedar lo suficientemente vapuleado en sus largos años de diván, como para entregar algo desde un saber en último extremo inefable.

Obtener la ansiedad que cesa como efecto de la cura analítica es más productivo que obtenerla desde la acción química que toma al sujeto no como responsable de su ansiedad, sino como víctima.

Apartándonos, entonces, de la serie interminable de manuales de remedios universales contra la ansiedad, en el encuentro uno por uno con cada sujeto que manifiesta participar de una ansiedad que no cesa, finalmente, nuestra brújula apunta al deseo.

El remedio para la angustia es el deseo¹¹⁹.

Podemos detenernos en este aserto expresado didácticamente por Jacques-Alain Miller, pues es una de las buenas claves en la dirección de la cura.

¿Qué quiere decir que el deseo es el remedio para salir de la angustia?

Pues, como hemos visto, lo que angustia es la incertidumbre acerca de lo que soy para el deseo del Otro. ¿Soy un objeto a destruir? ¿Soy su alimento? ¿Qué soy para el Otro? ¿Para qué me quieren, para qué me piden, para qué me llaman?

El deseo del Otro angustia porque demuestra al ser deseante que tiene una falla, y que está animado por ese su deseo de colmar esa falla, y si se dirige hacia mí, no sabré cómo satisfacer ese su enigmático deseo.

Entonces, se comprende que una salida puede ser la erotomanía: yo soy todo lo que desea, es seguro. Soy su objeto único. Pero otra salida es ser yo mismo deseante, tomar las riendas, el poder, y advertido de que el deseo es el Deseo del otro, justamente no depender en exclusiva de ese Deseo de Otro. Llevar mi propia agenda, decidir sobre mi

vida, sobre mis planes, sobre mis horarios, sobre el programa que quiero desplegar para sobrellevar mi existencia. Autorizarme, sin culpa, a tener mis propios deseos. Ser sujeto y no objeto. Ser sujeto deseante y no objeto del deseo de Otro.

Ese recorte respecto a vivir pendiente de los deseos del de enfrente sólo es posible si el sujeto acepta perder, y puede elegir, puesto que elegir es perder.

También si acepta reconocer el lazo social, puesto que sin ese lazo, será un sujeto de la mala soledad, un solitario desanudado. También si acepta compartir con los otros lo mejor y lo peor de su modo de ver el mundo. También si se atreve a saber algo más acerca de su particular modo fantasmático de goce, esa rejilla desde la que está atado a buscar siempre la misma escena repetida.

Ese recorte implica también asumir el propio catálogo sintomático, que incluye el síntoma *princeps*. Lo cual significará estar advertido para, en su momento, ponerse a resguardo de sus peores efectos.

Una travesía analítica acompañado de un buen barquero, que trate de ser útil sin necesidad de demostrarlo¹²⁰, permite desgranar lo esencial de ese modo de goce, y lo particular de ese modo de ver el mundo a través de los propios fantasmas y síntomas. Esa aventura, la del análisis, ese viaje cruzando fronteras como escribiera Magris, a muchos nos ha permitido un giro sustancial en nuestras vidas, y por ende a participar en ese mismo giro en la vida de otros.

Poner en marcha el propio deseo supone preguntarse si se quiere, o no, aquello que se desea. A sabiendas de que el deseo siempre es ignoto y lleva su tiempo desentrañarlo.

En la clínica cotidiana los sujetos que presentan cuadros de ansiedad representan una diversidad. De edades, de estructuras clínicas y de coyunturas. En todos ellos se trata de encontrar una vía singular a descubrir para el cese de la ansiedad.

Niños. Cesa la ansiedad cuando pueden dar una mínima versión de su posición deseante. Cuando pueden enunciar un deseo propio, porque son escuchados y respetados con iguales derechos que un adulto. Cuando pueden encontrarse con sus pares sin exigir privilegios ni rendir pleitesía, después de recorrer como clínicos junto a ellos, el laberinto de sus identificaciones y el circuito de sus relaciones con sus Otros primordiales.

Adolescentes. Cuando es posible no preocuparse de su identidad y avanzar en lo que causa su deseo, vemos un cese de esa su ansiedad. La identidad puede esperar. Pero hay que escucharles un atisbo de lo que desean, y preguntarles si lo quieren o no. También hay que comprometerles más en el lazo social y empujarlos a asumir responsabilidades de la que sean autores. También respetar en casos su silencio y su derecho a detenerse.

Adultos. Si logramos que se abandone la posición de sujeto a la espera, al tiempo que se va recorriendo junto a ellos la serie, el historial completo de sus modos de calmar la ansiedad, esos modos que han ido elaborando en el pasado, pueden verse gratamente sorprendidos en que su ansiedad cesa a medida de que construyen un modo de calmarla más saludable. También cesa la ansiedad cuando aceptan perder el control, y cuando dejan de elegir no elegir. Y cesará por completo en el momento en que se haya verificado la naturaleza y el estatuto de los objetos que han ido causando su angustia, y los parapetos que han construido para defenderse de ellos. También si finalmente pueden dar cuenta de lo que causa su deseo y de lo que pueden inventar y recrear para constituirse en sujetos deseantes y no en sujetos temerosos de las mil contingencias que se encontrarán en sus vidas.

Mayores. Una micra de reconciliación parece necesaria con la historia de su subjetividad, esa que van elaborando sesión a sesión, mientras va cediendo la ansiedad. El desacuerdo interior produce desazón. Vivificarse es buen objetivo, a resultas de la cual se deja atrás la absurda mortificación que impone un amor nostálgico, lo que trastoca los planes, que siempre deben existir, independientemente de la edad, como nos han enseñado algunos *ochenta y noventañeros* ilustres.

Fóbicos. Los sujetos con fobia saben de amurallamientos, de marcos para concentrar el miedo, pero ese imaginario peligro impide un cese de las hostilidades ansiosas. Ese asedio, sin embargo, anuncia rendición por el mero hecho de desear la salida final y solicitar ayuda.

Obsesivos. La maniobra obsesiva de taponar la falla en el Otro ocupa demasiado tiempo e impide la mirada sobre el propio deseo. Un cese ansioso acontece cuando logramos que abandone esa vida de hazaña cronometrada al servicio de ese imposible tapón en el Otro deseante. Ocurre que el sujeto obsesivo maneja los tiempos de tal modo que logra

postergar siempre la operación, trampa en la que conviene no caer, y atravesar sin dilación esa muralla defensiva tan pétrea que edifica con carácter, y por si acaso, desde su amor por el control absoluto.

Histéricos. Para cesar la ansiedad del sujeto histérico requeriremos de tanta paciencia para aceptar nuestra inconsistencia, permanentemente señalada con fruición, como determinación para aceptar no confrontar nunca. También pertrecharse de un elogio continuado de la histeria¹²¹, sabiéndola leer como un cuestionamiento que exige mucha fina escucha. Además conviene no olvidar nunca que el sujeto histérico se guía por ver el deseo del Otro insatisfecho mucho más que por satisfacer el propio.

Paranoicos. La ansiedad del sujeto paranoico bebe de una quiebra, de una falla en su férrea estructura de certeza, por ejemplo de una debilidad amorosa no erotómana. En los casos leves, y proclives a la conversación tranquila, un acomodarse a su ritmo y sus fortificaciones seguras puede darnos una breve chance.

Melancólicos. Una posición viva, un ritmo deseante, una actitud de entusiasmo puede ayudar a que cese la ansiedad del sujeto melancólico, volcado en ese su amor por su objeto perdido. Tornar un gramo de su *tristitia* siempre será batalla agradecida, y bastión conquistado.

Perversos. Al tener un saber suficiente acerca de cómo gozar en la vida, el sujeto perverso puede conceder una rendija y manifestar esa debilidad de su ansiedad un día malo, pero sólo un día. Es de mucha fortuna encontrarse con él ese día, pues prefiere siempre su propia compañía, su alta amistad con su alta persona.

Se ve que no podría establecerse un *modus operandi* con todos los sujetos ansiosos por igual. Se ve que la ansiedad es un envoltorio. Que encierra dentro sorpresas.

Conmover para ahuyentar la angustia, y aliviar el miedo, es propuesta que expresa inteligentemente Agustina Bessa-Luis. Conmover requiere agitar.

Mucho más inteligente en la buena dirección de la cura es agitar que aconsejar o dar pautas, que por supuesto, tarde o temprano el sujeto no podrá seguir, como tampoco podrá recurrir al cursillo de respiración que le ha enseñado el psicólogo más despistado, justo además cuanto más lo necesita, como se suele quejar, pues se verá desbordado en ese decisivo instante.

Pero en cualquier caso, conviene tirar del librillo que tiene cada maestrillo, que verá en cada caso y en cada contexto cómo librar la batalla contra la angustia y desde luego, una orientación lacaniana concluyente es no identificarse nunca con el sujeto que sufre.

Si se abandona el lugar de la escucha por el banco de la comprensión se corre el riesgo de formar parte del modo que cada paciente ansioso tiene para interpretar el mundo, las cosas y las personas, entrar en su máquina de dar sentido. Si permanecemos afuera de toda comprensión, si pensamos por fuera de la caja, podemos leer lo que siendo insólito se repite en ese modo permanente de dar sentido, ese modo siempre repetido, para mostrárselo con nitidez al paciente, y permitirle así no usar de la respuesta ansiosa.

Por tanto, para tornar esa ansiedad que no cesa, mejor nunca abandonar el lugar de la escucha, y desde una posición ética de desapego, aceptar que en cualquier caso siempre es mejor no comprender.

Bibliografía

- ALCAFORADO, M., *Cartas de la monja portuguesa*, Libros del Zorro Rojo, Barcelona-Buenos Aires, 2013.
- ÁLVAREZ, J.-M^a, *Estudios de psicología patológica*, Xoroi, Barcelona, 2017.
- ARNAU, J., «Más Séneca y menos ansiolíticos», Babelia, *EL PAÍS*, 28-04-2018. Accesible en <https://bit.ly/2HyFm8M>.
- AUSTER, P., *Diario de invierno*, Anagrama, Barcelona, 2012.
- BARTHES, R., *Fragmentos de un discurso amoroso*, Siglo XXI, Madrid, 1997.
- BASSOLS, M., *Lecturas de la página en blanco*, Miguel Gómez Ediciones, Málaga, 2011.
- BAUMAN, Z., *Vida líquida*, Paidós, Barcelona, 2006.
- BAUMAN, Z.; DESSAL, G., *El retorno del péndulo* FCE, Madrid, 2014.
- BESSA-LUIS, A., *Contemplación cariñosa de la angustia*, Cuatro ediciones, Valladolid, 2004.
- BROUSSE, M-H., *Cuerpos lacanianos*, Universidad de Granada, Granada, 2014.
- CHÉJOV, A., «Terror (relato de un amigo) (1892), en *Cuentos*, Alba, Barcelona, 2007.
- COLINA, F., *Sobre la locura*, Cuatro ediciones, Valladolid, 2013.
- DOSTOYEVSKI, F., *El doble*, en Alianza Editorial, Madrid, 2017.
- E.T.A. HOFFMANN, *El hombre de la arena*, Valdemar, Madrid, 2007.
- *Los elixires del diablo*, Valdemar, Madrid, 2012.
- ECO, U., *El vértigo de las listas*, Lumen, Barcelona, 2009.
- FERNÁNDEZ BLANCO, M., «Lo viejo y lo nuevo de la angustia», en *El Psicoanálisis*, núm. 11, ELP, Málaga, 2006.
- FOUCAULT, M., *Raymond Roussel*, Siglo XXI, Madrid, 2013.
- *El poder psiquiátrico*, Akal, Madrid, 2005.
- FREUD, S., «Generalidades sobre el ataque histérico», (1909), en *Obras Completas, Tomo IV*, Biblioteca Nueva, Madrid, 1974.
- «Inhibición, síntoma y angustia» (1925), en *Obras Completas, Tomo VIII*, Biblioteca Nueva, Madrid, 1974.
- «Lo siniestro» (1914), *Obras Completas, Tomo VII*, Biblioteca Nueva, Madrid, 1974.
- «Neurastenia y neurosis de angustia» (1894), en *Obras Completas, Tomo I*, Biblioteca Nueva, Madrid, 1974.
- «Dostoyevski y el parricidio» (1928), en *Obras Completas, Tomo VIII*, Biblioteca Nueva, Madrid, 1974.
- *Cartas de viaje, 1895-1923*, Siglo XXI, Madrid, 2006.
- GAMONEDA, A., *Libro de los venenos*, Siruela, Madrid, 2006.
- «La palabra poética y la locura», en *Litoral*, núm., 263, Málaga, 2017.
- GARCÍA MÁRQUEZ, G., *No vengo a decir un discurso*, Mondadori, Barcelona, 2010.
- GEROLAMO CARDANO y otros, *Sobre la mentira*, Cuatro Ediciones, Valladolid, 2001.

- GONZÁLEZ DELGADO, Á., «La ansiedad y su envoltorio», en *CARRION*, 2 de diciembre de 2014.
- HERNÁNDEZ, M., *El hombre y su poesía*, Cátedra, Madrid, 1976.
- HUSTVEDT, S., *La mujer temblorosa o la historia de mis nervios*, Anagrama, Barcelona, 2010.
- JUDT, T., *Pensar el siglo XX*, Taurus, Madrid, 2012.
- KIERKEGAARD, S., *El concepto de la angustia*, Espasa Calpe, Madrid, 1982.
- KÖHLER, A., *El tiempo regalado*, Libros del Asteroide, Barcelona, 2018.
- LACAN, J., «De nuestros antecedentes», en *Escritos I*, Siglo XXI, México, 1984.
- «La agresividad en psicoanálisis», en *Escritos I*, Siglo XXI, México, 1984.
- «El tiempo lógico y el aserto de certidumbre anticipada», en *Escritos I*, Siglo XXI, México, 1984.
- «El estadio del espejo como formador de la función del yo tal como se nos revela en la experiencia psicoanalítica», en *Escritos I*, México, Siglo XXI, 1984.
- *La angustia, Seminario 10*, Paidós, Buenos Aires, 2006.
- «Prefacio a la edición inglesa del *Seminario XI*», en *Otros Escritos*, Paidós, Buenos Aires, 2012.
- «Radiofonía», en *Otros escritos*, Paidós, Buenos Aires, 2012.
- LAURENT, É., *Entre transferencia y repetición*, Atuel, Buenos Aires, 1994.
- «Inconsistencia imperfecta: políticas de la angustia», pp., 13-26, en *El Psicoanálisis*, núm. 11, ELP., Málaga, 2006.
- LÉVI-STRAUSS, C., *Antropología estructural*, Universitaria, Buenos Aires, 1970.
- LUENGO, D., *La ansiedad al descubierto*, Paidós, Barcelona, 2005.
- MACOLA, E., «El Horla de Guy de Maupassant. Paradigma literario de la angustia», en *El Psicoanálisis*, núm. 11, ELP, Málaga, 2006.
- MAGRIS, C., *El infinito viajar*, Anagrama, Barcelona, 2008.
- MAGNY, C-E., *Carta sobre el poder de la escritura*, Periférica, Cáceres, 2016.
- MARIE DE LA TRINITÉ, *De la angustia a la paz. Testimonio de una religiosa, paciente de Jacques Lacan*, NED, Barcelona, 2018.
- MARTÍN ADURIZ, F., «Los grifos de Piaget», en *El Psicoanálisis*, núm., 11, ELP, Barcelona, 2007.
- (comp.), *Adolescencias por venir*, Gredos, Madrid, 2012.
- «La angustia en la adolescencia», Asoc. Esp. de Neuropsiquiatría, Sección de Psicoanálisis, Madrid, 2017. Inédito.
- «Nuestras Ítacas», *DIARIO PALENTINO*, 07-12-2017. Accesible en <https://bit.ly/2Q23XDb>.
- MAUPASSANT, G., *Le Horla*, Gallimard, París, 1986.
- MENDIOLA, I., *Elogio de la mentira*, Lengua de Trapo, Madrid, 2006.
- MILLER, J.-A., «Angustia y tiempo», en *Los usos del lapso*, Paidós, Buenos Aires, 2004.
- «La angustia como condición del acto», en *Los usos del lapso*, Paidós, Buenos Aires, 2004.
- *La angustia, Introducción al Seminario X de Jacques Lacan*, Gredos, 2006.
- «Del síntoma al matema. Puntuaciones», en *Conferencias porteñas*, Paidós, Buenos Aires, 2010.
- *Vida de Lacan*, Gredos, Madrid, 2011.
- MILLER, J.-A.; LAURENT, É., *El Otro que no existe y sus comités de ética*, Paidós, Buenos Aires, 2005.
- MUÑOZ MOLINA, A., *Un andar solitario entre la gente*, Seix Barral, Barcelona, 2018.
- MURAKAMI, H., *De qué hablo cuando hablo de correr*, Tusquets, Barcelona, 2007.
- NARANJO, J.-A., *Razón del psicoanálisis*, RBA, Barcelona, 2006.
- PESSOA, F., *El libro del desasosiego*, Acantilado, Barcelona, 2002.

- RODRÍGUEZ RIBAS, J.A., *Cuerpos del inconsciente*, Miguel Gómez Ediciones, Málaga, 2015.
- ROJAS, E., *La ansiedad. Cómo diagnosticar y superar el estrés, las fobias y las obsesiones*, Temas de Hoy, Madrid, 2004.
- *La ansiedad. Cómo superar el estrés, las crisis de pánico y las obsesiones*, Planeta, Madrid, 2015.
- ROUSSEL, R., *El doble*, WunderKammer, Madrid, 2017.
- SALAMONE, D., *El amor es vacío*, Grama, Buenos Aires, 2010.
- SARAMAGO, J., *El Hombre duplicado*, Alfaguara, Madrid, 2003.
- STENDHAL, *De l'amour*, Ed. de Cluny, París, 1938.
- STOSSEL, S., *Ansiedad*, Seix Barral, Barcelona, 2014.
- TRAPIELLO, A., *El tejado de vidrio*, Pre-Textos, Valencia, 2016.
- VARELA, P., *Ansiosa-mente*, La Esfera, Madrid, 2005.
- VV.AA., *La angustia, de J. Lacan*, NUCEP, Madrid, 2007.
- ZWEIG, S., *El mundo de ayer*, Acantilado, Barcelona, 2005.
- *Miedo*, Acantilado, Barcelona, 2018.

Acerca del autor

Fernando Martín Aduriz, (Palencia, 1958), es psicólogo-psicoanalista y escritor. Licenciado en Psicología, Psicopedagogía, Filosofía y Ciencias de la Educación. Se formó en Psicoanálisis en Madrid (1984-93) y en París (1999-2014), considerándose discípulo de Éric Laurent. Psicólogo sanitario en el Centro Dolto de Palencia, es psicoanalista miembro de la Asociación Mundial de Psicoanálisis. Coordina el Seminario del Campo Freudiano en Castilla y León, y dirige la *Revista Análisis*, la primera publicación psicoanalítica de Castilla y León, desde el año 2000. Ha sido profesor en el Máster de Psicoanálisis Clínico de la Universidad de Salamanca, y en la actualidad es profesor del Máster de Psicopatología y Clínica Psicoanalítica de la Universidad de Valladolid; Patrono de la Fundación FUNDOS de Castilla y León, y presidente del Ateneo de Palencia.

Fue miembro del Consejo en España de la ELP (2010-2014), patrono de la Fundación FCOL (2010-2014), y primer redactor en España del Blog de la ELP (2005-2008).

Escribe desde 2003 la columna semanal «Vecinos ilustrados» del *Diario Palentino*, ha publicado en revistas especializadas (*Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, *El Psicoanálisis*, *Freudiana*, *SISO-Saude*, entre otras) y colaborado en diversos medios tales como *Cadena Ser*, *Onda Cero* y *TVE - Programa Gente*.

Ha dictado conferencias y ponencias en Jornadas y Congresos en Milán, La Habana, Bruselas, Salamanca, Barcelona, Madrid, Gijón, Bilbao, San Sebastián, Vigo, Valladolid, Málaga, Valencia, Vitoria, A Coruña, León...

Es compilador del libro colectivo *Adolescencias por venir* (Gredos, 2012), y coautor de *Una clínica posible del autismo infantil* (Grama, 2012) y *La sociedad de la vigilancia y sus criminales* (Gredos, 2011). Es autor del «Prólogo» en *Obras Completas de Françoise Dolto* (RBA, 2006) y de *Mejor no comprender* (2016, La Nutria).

Ha presentado una veintena de libros, entre otros de Fernando Colina, de José María Álvarez, de Gustavo Martín Garzo, de José María Pérez, Peridis...

Notas

1. Ver MILLER, J.-A., «Del síntoma al matema. Puntuaciones (1996)», en *Conferencias porteñas*, Paidós, Buenos Aires, 2010, p. 325.
2. Aclaremos que *lapsus linguae* es una locución latina que significa «error involuntario que se comete al hablar». Mientras que *lapsus cálemi* es otra locución latina que significa «error o tropiezo involuntario e inconsciente al escribir».
3. Entiendo por política del obsesivo esos rasgos descritos por Sigmund Freud, por Jacques Lacan, por Jacques-Alain Miller a lo largo de su enseñanza, y que han sido glosados en el libro de José María Álvarez, *Estudios de psicología patológica* (Xoroi ediciones, Barcelona, 2017), especialmente el capítulo titulado «Neurosis: historia, psicopatología y clínica» (pp. 29-89), donde resume esa política del obsesivo: rumiación del pensamiento, asedio interior, autorreproche, lacerante sentimiento de culpa, punzante duda, escrúpulo, agotadora cavilación, posposición, ambivalencia, indeterminación paralizante, inhibiciones al pensar y al actuar, táctica perenne del «por si acaso», elogio del «en mis tiempos», deseo imposible de satisfacer, entrega obediente al Otro, práctica abusiva del regalo, hazaña para esperar reconocimiento del Otro, terror a la muerte por lo que vive hibernado, sufrimiento permanente del pensamiento que le asedia. El obsesivo cotidiano es firme candidato a manifestar ansiedad si su política, su estrategia defensiva y sus tácticas no le aseguran un confort sintomático en algún momento de su vida.
4. Respecto a la elaboración de listas, rasgo obsesivo donde las haya, consultar a Umberto Eco, *El vértigo de las listas* (Lumen, Barcelona, 2009).
5. Ver una interesante conversación entre el psicoanalista Gustavo Dessal y el sociólogo Zygmunt Bauman en el libro *El retorno del péndulo* (FCE, Madrid, 2014).
6. BAUMAN, Z., *Vida líquida*, Paidós, Barcelona, 2006, p. 10.
7. ZWEIG, S., *El mundo de ayer*, Acantilado, Barcelona, 2005, p. 17.
8. Sugiero especialmente un texto para captar en esquema lo esencial de la historia de las ideas y la historia intelectual del siglo pasado: JUDT, T., *Pensar el siglo XX*, Taurus, Madrid, 2012.

incluso un modo común de goce, una repartición sistematizada de los medios y las maneras de gozar», p. 18.

10. Un certero resumen lo ofrece un texto del psicoanalista gallego Manuel Fdez. Blanco cuando opina que la angustia ha sufrido una degradación conceptual al nombrarse como ansiedad: «Es cierto que la angustia, de noble tradición clínica y filosófica, se ha degradado en ansiedad, en estrés, pero esto no le hace perder sus derechos como angustia», ver FERNÁNDEZ BLANCO, M., «Lo viejo y lo nuevo de la angustia», en *El Psicoanálisis*, núm. 11, ELP, Málaga, 2006, p. 28.
11. El lector notará que a veces el otro va con mayúsculas: Otro. Se sigue así la notación de Jacques Lacan para diferenciar el otro, nuestro semejante, de *el Otro*, aquel diferente a quien atribuimos el saber, un saber sobre nosotros o sobre el mundo. El Otro primordial es el Otro paterno y el Otro materno. Y a continuación la serie de esas personas con las que nos topamos en la vida y a quienes atribuimos esa función extraordinaria: un maestro, una figura de autoridad, nuestro psicoanalista, una eminencia, un hombre de ciencia o de religión, un gran escritor...
12. Para estudiar a fondo los fenómenos del cuerpo, sus embrollos, la historia de los estudios filosóficos, los acontecimientos del cuerpo, el rechazo, la construcción, la imagen del cuerpo, y en especial la imposibilidad de la cultura, del lenguaje, de los significantes, para dominar el cuerpo (Michel Foucault habló de superficie de inscripción de los acontecimientos), hay que consultar un texto reciente, extraordinario del médico psicoanalista y experto psicomotricista, Dr. Rodríguez Ribas que contiene todo lo relativo a los estudios sobre el cuerpo: : RODRÍGUEZ RIBAS, J.A., *Cuerpos del inconsciente*, Miguel Gómez, Málaga, 2015.
13. Ver GONZÁLEZ DELGADO, Á., «La ansiedad y su envoltorio», *CARRION*, Palencia, 2 de diciembre de 2014.
14. «Pues la fidelidad a la envoltura formal del síntoma, que es la verdadera huella clínica a la que tomábamos gusto, nos llevó a ese límite en que se invierte en efectos de creación», ver LACAN, J., «De nuestros antecedentes», en *Escritos I*, Siglo XXI, México, 1984, p. 60.
15. BROUSSE, M-H., *Cuerpos lacanianos*, Universidad de Granada, Granada, 2014, p. 37-38.
16. Ver AUSTER, P. *Diario de invierno*, Anagrama, Barcelona, 2012, p. 27.
17. *Íd.*, p. 162.
18. *Íd.*, pp. 151-152.

o la historia de mis nervios, Anagrama, Barcelona, 2010, p. 17.

20. «...en cuanto la producción del ataque facilita el logro de un fin conveniente al enfermo», en FREUD, S., «Generalidades sobre el ataque histérico», (1909), en *Obras Completas*, T. IV, Biblioteca Nueva, Madrid, 1976, p. 1359.
21. «La inhibición traduce el avance de la pulsión sobre el campo del yo... la derrota del yo ante el avance de las fuerzas del ello», describe muy didácticamente Jacques-Alain Miller. Ver MILLER, J.-A., «Del síntoma al matema. Puntuaciones (1996)», *op. cit.*, p. 318.
22. Seguimos en esto a Freud cuando elabora un texto clave en 1925, donde define la inhibición de una función como una restricción normal de la misma, explicando esas cuatro funciones, la función sexual (impotencia, *ejaculatio precox*, falta de placer...), la función nutricional (repugnancia a comer, incremento del apetito, vómito...), la locomoción (parálisis motora del aparato locomotor, alteraciones por fobia...), el desempeño del trabajo (disminución del deseo de trabajar, fatiga, pérdida de tiempo por incesantes interrupciones o repeticiones...). Ver FREUD, S., «Inhibición, síntoma y angustia», pp. 2833-2834, en *Obras Completas*, T. VIII, Biblioteca Nueva, Madrid, 1974.
23. *Íd.*, FREUD, S., p. 2841.
24. Ver COLINA, F., «Sobre la escritura», en *Sobre la locura*, Cuatro, Valladolid, p. 130-131.
25. Note el lector dos términos que el escritor usa y que podemos ver una referencia al goce: «terreno algo distinto», y «regusto». Es una buena aproximación al goce como diferente del signifiicante placer. Ver MURAKAMI, H., *De qué hablo cuando hablo de correr*, Tusquets, Barcelona, 2010. cit., p. 159.
26. MILLER, J.-A., *Vida de Lacan*, Gredos, Madrid, 2011, p. 50.
27. *Íd.*, p. 52.
28. *Íd.*, p. 53.
29. KÖHLER, A., *El tiempo regalado. Un ensayo sobre la espera*, Libros del Asteroide, Barcelona, 2018.
30. *Íd.*, p. 12.
31. LACAN, J., «Lo que no engaña», *Seminario X, La angustia*, Paidós, Buenos Aires, 2006, p. 86.
32. «...motivación de la conclusión, «para que no haya» (retraso que engendre el error), en la que parece aflorar la forma ontológica de la angustia, curiosamente reflejada en la expresión gramatical equivalente «ante el temor de que» (el retraso engendre el error)... Ver LACAN, J., «El tiempo lógico y el aserto de certidumbre anticipada», *Escritos I, op. cit.*, p.197.
33. «Esta dimensión temporal es la angustia, esta dimensión temporal es la del análisis. Si quedo capturado en la eficacia del análisis, es porque el deseo del analista suscita en mí la dimensión de la espera». Ver LACAN, J., «Puntuaciones sobre el deseo», en *Seminario X, La angustia, op. cit.*, p. 167.
34. La claridad de Jacques Lacan es total en estas líneas: «...la angustia como la manifestación específica del deseo del Otro...¿Qué representa el deseo del Otro?...una señal que se enciende en el yo pero concierne a

33. «Esta dimensión temporal es la angustia, esta dimensión temporal es la del análisis. Si quedo capturado en la eficacia del análisis, es porque el deseo del analista suscita en mí la dimensión de la espera». Ver LACAN, J., «Puntuaciones sobre el deseo», en *Seminario X, La angustia, op. cit.*, p. 167.
34. La claridad de Jacques Lacan es total en estas líneas: «...la angustia como la manifestación específica del deseo del Otro...¿Qué representa el deseo del Otro?...una señal que se enciende en el yo pero concierne a alguien distinto...no es para el yo para quien se da la señal...es para que el sujeto sea advertido de algo, a saber, de un deseo, o sea, de una demanda que no concierne a ninguna necesidad, que no concierne más que a mi propio ser, es decir que me pone en cuestión. Digamos que me anula. En principio, no se dirige a mí en cuanto presente, se dirige a mí, si ustedes quieren, como esperado y, mucho más todavía, como perdido. Solicita mi pérdida para que el Otro se encuentre en ella. Es esto la angustia». Ver *Íd.*, p. 167.
35. FREUD, S., «Neurastenia y neurosis de angustia» (1894), en *Obras Completas*, T. I, Biblioteca Nueva, Madrid, 1974, p. 184-185.
36. ¿Por qué? Es Jacques Alain Miller quien responde: «Por cuanto está ligada al deseo del Otro... ¿qué va a hacer él? Pero no se trata de la espera tranquila... de ese hacer... sino de otra dimensión que muestra el aforismo: ¿el otro se va a ir o me va a partir la cabeza en dos?... en ese «qué me va a hacer» reside la angustia, y su elemento temporal es el momento que sigue: no lo sé aún, pero lo voy a saber», en MILLER, J.-A., «Angustia y tiempo», en *Los usos del lapso*, Paidós, Buenos Aires, 2004, pp. 438-439.
37. Éric Laurent lo escribió así: «El hastío: Freud escribió poco sobre él; por lo demás, no lo sufría. Trabajaba, y escribió poco sobre el hastío». Ver LAURENT, É., *Entre transferencia y repetición*, Atuel, Buenos Aires, 1994, p. 119.
38. Ver KÖHLER, A., *El tiempo regalado, op. cit.*, p. 15.
39. BARTHES, R., *Fragmentos de un discurso amoroso*, Siglo XXI, Madrid, 1997, pp. 125-126.
40. «...hemos perdido en cien años las mejores virtudes humanas del siglo XIX: el idealismo febril y la prioridad de los sentimientos: el susto del amor». Ver GARCÍA MÁRQUEZ, G., *No vengo a decir un discurso*, Mondadori, Barcelona, 2010, p. 39.
41. BARTHES, R., *Fragmentos de un discurso amoroso, op. cit.*, p. 37.
42. Fragmento de su poesía «Llegó con tres heridas», del poemario *Cancionero y Romancero de ausencias (1938-1941)*, ver HERNÁNDEZ, M., *El hombre y su poesía*, Cátedra, Madrid, 1976, p. 151.
43. Hay una expresión que define esa posición del enamorado que se enamora incluso aunque no lo sepa, a pesar de su intención, es del poeta Antonio Gamoneda: *crueledad de enamorado*. La cita completa: «Por lo que a mí concierne, despreciando prejuicios aún vigentes sobre la originalidad y la autoría de las obras literarias, he entrado en el texto con crueldad de enamorado...», ver GAMONEDA, A., *Libro de los venenos*, Siruela, Madrid, 2006, p. 14.
44. Este desarrollo del mal de amores nace de dos conferencias, «El desamor», Conferencia *Docencia de los viernes*, en Hospital Clínico Del Río Hortega de Valladolid, 29/10/2015, inédita; «Mal de amores», Conferencia de la Sección de Psicoanálisis del Ateneo de Palencia, en Palencia, Casa Junco, Univ. de Valladolid, 21/04/2017, inédita.

47. Recordemos que Stendhal menciona ya a la religiosa portuguesa cuando comienza su libro sobre el amor hablando de los cuatro amores diferentes, el primero el amor-pasión, poniéndolo en serie con el de Eloísa y Abelardo y otros. Ver STENDHAL, *De l'amour*, Ed. de Cluny, París, 1938, p. 39.
48. ALCAFORADO, M., *Cartas de la monja portuguesa*, Libros del Zorro Rojo, Barcelona-Buenos Aires, 2013, pp. 57-60.
49. *Íd.*, p. 14.
50. Lacan habla de la angustia en su dimensión temporal: «A la otra dimensión, temporal, responde la angustia y su incidencia, ya sea patente en el fenómeno de la huida o de la inhibición, ya sea latente cuando no aparece sino con la imago motivante». Ver LACAN, J., «La agresividad en psicoanálisis», en *Escritos I*, op. cit., p. 102.
51. Esa visión puede ser en la realidad o en lo imaginario. Hay un ejemplo en un cuento de Chéjov: «Reconozco que a veces, en momentos de angustia, me he representado la hora de mi muerte; mi imaginación creaba por millares las más sombrías apariciones, llegaba a un extremo de exaltación torturadora, hasta la pesadilla, pero le aseguro que nada de eso me parecía más terrible que la realidad», ver CHÉJOV, A., «Terror (relato de un amigo)» (1892), en *Cuentos*, Alba, Barcelona, 2007, p. 529.
52. En el capítulo de las relaciones entre el concepto *angustia* y el concepto *miedo* hay un texto de Stefan Zweig cuyo título original es *Angst*, y que ahora ha sido traducido como *Miedo*: ZWEIG, S., *Miedo*, Acanalado, Barcelona, 2018. Ello da cuenta de la dificultad de la precisión conceptual entre uno y otro. Un ejemplo de ese mismo libro: «...cada vez que regresaba a casa, acababa sucumbiendo a estos absurdos ataques de miedo, un miedo ridículo, infundado». Durante toda la novela se ve muy bien cómo el personaje femenino cae presa de la angustia por lo que puede imprevisiblemente acontecer. Al no poder nombrar lo que le sucede, se trata claramente de angustia, de incertidumbre por lo que desea el Otro, lo que ese Otro trata de obtener de ella en forma de chantaje permanente.
53. Freud trata en un texto de 1919, «Lo siniestro», el concepto de *Unheimlich*, entresacado de una nota de Schelling «todo lo que estando destinado a permanecer en secreto, en lo oculto, ha salido a la luz», según, ver FREUD, S., *Obras Completas*, T. VII, Biblioteca Nueva, Madrid, 1974, p. 2487.
54. «Hay angustia, cuando surge en este marco lo que ya estaba ahí, mucho más cerca, en la casa, *Heim*. Es el huésped, me dirán ustedes. En cierto sentido, sí, por supuesto, este huésped desconocido que aparece de forma inopinada...». Ver LACAN, J., *Seminario X, La angustia*, op. cit., p. 86.
55. El estadio del espejo se produce desde los seis y hasta los dieciocho meses, y se comprende como una identificación, una transformación producida en el sujeto cuando asume una imagen. Ver LACAN, J., «El estadio del espejo como formador de la función del yo tal como se nos revela en la experiencia psicoanalítica», en *Escritos I*, op. cit., pp. 86-93.
56. Lo real es lo que no es representable, no es alegórico o icónico, por eso no es ni una imagen, ni un símbolo, no es de la dimensión imaginaria ni de la dimensión simbólica, sino de la dimensión de lo real.
57. Por usar un término de Pessoa, el genial escritor portugués, tanto que dio título a un libro. El término desasosiego sirve muy bien a los efectos de definir mejor lo que es la angustia, y el estado de no sosiego que

57. Por usar un término de Pessoa, el genial escritor portugués, tanto que dio título a un libro. El término desasosiego sirve muy bien a los efectos de definir mejor lo que es la angustia, y el estado de no sosiego que producen las crisis de ansiedad. Ver PESSOA, F., *El libro del desasosiego*, Acantilado, Barcelona, 2002. Hay la posibilidad de estudiar la angustia *peessoana* a través de sus afirmaciones en ese hondo texto, en donde usa uno de sus conocidos heterónimos, Bernardo Soares.
58. Como los ojos que saltan del cuerpo de los niños que reciben la visita del hombre de arena, o los ojos ensangrentados de la muñeca Olimpia que miran inmóviles en el suelo, figuras ambas del cuento E.T.A HOFFMANN, *El hombre de la arena* (1817).
59. «No se dejen llevar por las apariencias. Aunque el vínculo entre la angustia y la duda, la hesitación, el juego llamado ambivalente del obsesivo, pueda parecerles clínicamente apreciable, no por ello son la misma cosa. La angustia no es la duda, la angustia es la causa de la duda». Ver LACAN, J., *Seminario X, La angustia*, *op. cit.*, p. 87.
60. «...aquel mundo de seguridad fue un castillo de naipes...mis padres vivieron en él como en una casa de piedra. Ninguna tempestad ni corriente de aire irrumpió jamás en su plácida y holgada existencia...veinte mil familias de Vixena llevaron la misma vida en aquel siglo de valores asegurados». En ZWEIG, S., *El mundo de ayer*, *op. cit.*, p. 22.
61. He iniciado una ponencia titulada en el marco de unas Jornadas de la Asoc. Española de Neuropsiquiatría celebradas en el Col. de Médicos de Madrid en mayo de 2017, con esta propuesta de investigación: «Propongo investigar las adolescencias a partir de un rasgo de la posición subjetiva del adolescente de nuestra época, la decisión electiva de no elegir». MARTÍN ADURIZ, F., «La angustia en la adolescencia», 2017, Inédita.
62. SAGNA, Ph., «La adolescencia prolongada, ayer, hoy y mañana», en MARTÍN ADURIZ, F., *Adolescencias por venir*, Gredos, Madrid, 2012, pp. 31-46.
63. Mucho se ha escrito sobre la mentira. Podemos resumir en que la mentira nos es necesaria, nos permite vivir en sociedad, usar el semblante, no hacer daño con los daños de la verdad, ocultarnos, fingir, simular y disimular, y permitir las ficciones en que cada quien se presenta para ser un personaje en el teatro del mundo. Jacques Lacan usó la expresión *verdad mentirosa* no para enfrentarla a una supuesta *verdad verídica* sino para hacer ver esa alianza, ese pacto entre verdad y mentira, en sus palabras, «No hay verdad que, al pasar por la atención, no mienta», ver LACAN, J., «Prefacio a la edición inglesa del *Seminario XI*», en *Otros escritos*, Paidós, Buenos Aires, 2012, p. 599.
Un estudio sociológico que pretende comprender la naturaleza social de la mendicidad se encuentra en MENDIOLA, I., *Elogio de la mentira*, Lengua de Trapo, Madrid, 2006. Está también la imprescindible antología de textos acerca de la mentira de la editorial vallisoletana Cuatro Ediciones, donde desfilan Montaigne, Burton, Diderot., ver GEROLAMO CARDANO y otros, *Sobre la mentira*, Cuatro Ediciones, Valladolid, 2001.
64. «*Poe nunca fue diagnosticado loco*. Recorro los textos de Baudelaire y Cortázar y no aparece la palabra locura. Pero estos mismos textos, en secuencias ciertamente frenéticas, acumulan vivencias en las que Poe disiente, se enemista, aborrece, cultiva la angustia...», ver GAMONEDA, A., «La palabra poética y la locura», p. 124, en *Litoral*, núm., 263, Málaga, 2017.

66. Inédita hasta 2018 en castellano, se da la circunstancia de que la escritura de esta su primera novela, le supuso a su autor una crisis: «No quiero dejar de aludir a una curiosa crisis que me sobrevino a la edad de diecinueve años, cuando estaba escribiendo *La Doublure*. Durante unos meses experimenté una sensación de gloria universal de extraordinaria intensidad. El doctor Pierre Janet, que me ha tratado muchos años, ha escrito esta crisis....donde me da el nombre de Martial». Efectivamente, la escribió durante cinco meses en éxtasis, y después entró en crisis, descrita así por su psiquiatra, Pierre Janet, «cuando se publicó, cuando el joven, tremendamente emocionado, salió a la calle y se dio cuenta de que nadie se volvía para verlo pasar, aquel sentimiento de gloria y aquella luz se extinguieron de repente. Se inició entonces un auténtico ataque de depresión melancólica, junto con una forma extraña de manía persecutoria que adoptó la modalidad de una obsesión y de la idea delirante de que todos los hombres del universo se denigraban mutuamente». Ver ROUSSEL, R., *El doble*, WunderKammer, Madrid, 2017.
67. FOUCAULT, M., *Raymond Roussel*, Siglo XXI, Madrid, 2017.
68. MUÑOZ MOLINA, A., *Un andar solitario entre la gente*, Seix Barral, Barcelona, 2018, p. 20.
69. Encontramos un tratamiento literario de la figura del doble en: Saramago, J., (*El Hombre duplicado*); Dostoyevski, F., (*El doble*), que fue estudiado por Freud en «Dostoyevski y el parricidio»; Guy de Maupassant (*El Horla*); E.T.A HOFFMANN, (*Los elixires del diablo*). Conviene también recordar la idea de Freud en su texto «Lo siniestro»: «Nos hallamos así con el tema del doble o del otro yo, es decir (...) con la identificación de una persona con otra, que pierde el dominio de su propio yo y coloca el yo ajeno en lugar del propio, o sea: desdoblamiento del yo, partición del yo, sustitución del yo».
70. Lacan lo expresará muy lucidamente diciendo que en la obra *Los elixires del diablo*, se ve con claridad que «el sujeto sólo accede a su deseo sustituyéndose a uno de sus propios dobles», ver LACAN, J., *Seminario X, La angustia*, op. cit., p. 59.
71. «Lo extraño, lo *Unheim*, manda en el juego, se apodera de la imagen que lo soporta, y la imagen especular se convierte en la imagen del doble, con lo que esta aporta de extrañeza radical», en *Íd.*, p. 58.
Un artículo de la psicoanalista italiana, Erminia Macola, que investigó la temática del doble en el Horla de Maupassant, ve en esa historia la idea clave de extrañamiento. Pues el doble en el cuento de Maupassant es bautizado como Horla, *hor-l' espace*, «donde el espacio permitiría una superposición en la que quien se mira en el espejo se reconoce como uno. Es interesante que el protagonista haya querido dar un nombre a su rival y persecutor...Podría hacer de su enemigo un objeto fóbico... pero... el Horla no se deja capturar, encerrar, circunscribir, dialectizar. Está ‘fuera del espacio’ porque el espejo no lo refleja ni el ojo lo puede ver; está también fuera del Otro...», ver MACOLA, E., «El Horla de Guy de Maupassant. Paradigma literario de la angustia», en *El Psicoanálisis*, op-cit., pp. 187-197.
72. Ver LÉVI-STRAUSS, C., «El hechicero y su magia», en *Antropología estructural*, Universitaria, Buenos Aires, 1970, p. 152.
73. En una de las prácticas lo ejemplifica así: «..el enfermo sufre porque ha perdido su doble espiritual o, para ser más exactos, uno de los dobles particulares cuyo conjunto constituye su fuerza vital...el shamán, asistido por sus espíritus protectores, emprende un viaje al mundo sobrenatural para arrebatar al espíritu maligno el doble que ha sido capturado y, restituyéndolo a su propietario, asegura la curación». Ver LÉVI-STRAUSS, C., «La eficacia simbólica», en *Íd.*, p. 170.

doble que ha sido capturado y, restituyéndolo a su propietario, asegura la curación». Ver LÉVI-STRAUSS, C., «La eficacia simbólica», en *Íd.*, p. 170.

74. Ver FREUD, S., «Lo siniestro», *Obras Completas*, T. VII, *op. cit.*, p. 2505.
75. Seguiré los desarrollos fulminantes de un magnífico y breve texto de un psicoanalista malagueño, NARANJO, J.A., «La prisa no es una cuestión de tiempo», en *Razón del psicoanálisis*, RBA, Barcelona, 2006, pp. 127-130.
76. «Tetiza» quiere decir que pone en escritura, es decir efectúa una tesis de la función de la prisa. Es decir la prisa, ante la emergencia del objeto que causa el deseo, lleva al acto. Tal es su función de objeto, que nos empuja.
77. Lacan lo expresó así: «Si insisto en acentuar mi demora respecto a vuestra prisa, es porque es necesario que recuerden que allí donde ilustré la función de la prisa en lógica, subrayé el efecto de señuelo del que puede hacerse cómplice. Sólo es correcta si produce este tiempo: el momento de concluir». Ver LACAN, J., «Radiofonía», en *Otros escritos*, *op. cit.*, p. 457.
78. Así definidos por Jacques Lacan a lo largo de su enseñanza. Especialmente en LACAN, J., «El tiempo lógico y el aserto de certidumbre anticipada», en *Escritos I*, *op. cit.*, 1984.
79. Lo que la prisa reúne «...es un conjunto: los prisioneros en mi sofisma y su relación con una salida estructurada por la arbitrariedad: no una clase», ver LACAN, J., «Radiofonía», en *Otros escritos*, *op. cit.*, p. 457.
80. Naranjo lo definió así: «No, la prisa no es una cuestión temporal. Si Lacan la conectó en principio a la verdad como un modo de engaño de esta, entonces es una cuestión epistémica, y si luego la conectó al goce, entonces es una cuestión libidinal. En ningún caso, pues, es cuestión de *Cronos*, sino de *Kairos*». En NARANJO, J.A., *op. cit.*, p. 130.
81. Hay un curso de Jacques Alain Miller en el marco del Departamento de Psicoanálisis de París VIII dedicado a los usos del lapso, y concretamente dos clases (del 31 de mayo y del 7 de junio del 2000, tituladas «Angustia y tiempo», y «La angustia como condición del acto» que contienen ideas exquisitas para abordar nuestro asunto.
82. MILLER, J.-A., «Angustia y tiempo», en *Los usos del lapso*, *op. cit.*, p. 429.
83. En un enfoque cognitivista podemos leer tranquilamente que «lo que a unos provoca ansiedad, para otros resulta inocuo y es que la ansiedad no la causan los sucesos sino la interpretación subjetiva de los mismos», claro que sin mencionar a Freud, ni aclararnos en el libro nada sobre cómo ahondar en ese discurso del sujeto al que apela. Ver VARELA, P. *Ansiosa-mente*, La esfera de los libros, Madrid, 2005, p. 25.

17. El poder entra en juego también en los juegos del ansiolítico.
85. El autor, un periodista editor-jefe, que escribe en mi admirado *The New Yorker*, ha probado veintisiete tipos de medicamentos y diversas modalidades de psicoterapias, TCC, TREC, ACT, EMDR, terapia de exposición en vivo... Finalmente escribe este libro, superventas. Evidentemente su ansiedad que no cesa, su catálogo de fobias, y la verdad sin filtro que transmite, hace que cualquier lector aquejado de idénticos malestares y procesos pueda identificarse con ellos, y agradezca su lectura. Por otro lado un atento estudio de este caso clínico contado en primera persona nos da suficientes pistas de las metáforas estabilizadoras que su autor ha tenido que desplegar para evitar los desenganches del Otro. Y un acierto al usar de la escritura como calmante, como un gran alivio con sus letras. Ver STOSSEL, S., *Ansiedad*, Seix Barral, Barcelona, 2014, p. 236.
86. De la amplia bibliografía que encontramos sobre la ansiedad, me he detenido algo más en algunos libros. El primero, con más de veinte ediciones, el del psiquiatra Enrique Rojas, repleto de lugares comunes. Se titula *La ansiedad*, pero en dos editoriales diferentes, el mismo texto presenta dos sub-títulos distintos. Todo eso ya dice mucho del propósito. Ver ROJAS, E., *La ansiedad. Cómo diagnosticar y superar el estrés, las fobias y las obsesiones*, Temas de hoy, Madrid, 2004; y ROJAS, E., *La ansiedad. Cómo superar el estrés, las crisis de pánico y las obsesiones*, Planeta-Temas de hoy, Madrid, 2015. Ambos libros son idénticos. Cambia el subtítulo.
87. Ver ARNAU, J., «Más Séneca y menos ansiolíticos», Babelia, *EL PAÍS*, 28-04-2018. Accesible en <https://bit.ly/2HyFm8M>.
88. Desde luego sin que lleguemos a creer que «la ansiedad no es más que un gran error emocional», como desafortunadamente señala un psicólogo en un libro en el que también, incongruentemente, aduce que existen «procesos internos completamente inconscientes», ver LUENGO, D., *La ansiedad al descubierto*, Paidós, Barcelona, 2005, p. 104. Lejos de ser un error es un completo acierto, la señal de que el huésped desconocido hizo su entrada.
89. Claudio Magris muestra en su libro las facetas múltiples que encierra el viajar, incluso viajar conlleva también el «descansar de la intensidad doméstica», lugar de la casa donde, dice, corremos los mayores riesgos, pues en la casa, que pensamos que es un refugio, en realidad es el lugar en el que nos jugamos la vida, donde hacemos o no felices a los otros, amamos y construimos o destruimos, crecemos con valentía o escondidos con miedo. En definitiva, que la casa no es un lugar idílico. El prefacio completo de su libro es una gran lección. Ver MAGRIS, C., *El infinito viajar*, Anagrama, Barcelona, 2008, p. 15.
90. TRAPIELLO, A., *El tejado de vidrio*, Pre-Textos, Valencia, 2016, p. 90-91.
91. Ver MARTÍN ADURIZ, F., «Nuestras Ítacas», *DIARIO PALENTINO*, 07-12-2017. Accesible en <https://bit.ly/2Q23XDb>.
92. Ver FREUD, S., *Cartas de viaje, 1895-1923*, Siglo XXI, Madrid, 2006.
93. PESSOA, F., *Libro del desasosiego*, op. cit., p. 227.
94. «La distracción forma parte, además, del instante en el que brota la chispa. Esas maniobras disuasorias que nos hacen, por ejemplo, satisfacer el miedo a la página en blanco con pequeñas tareas domésticas tensan

91. Ver MARTÍN ADURIZ, F., «Nuestras Ítacas», *DIARIO PALENTINO*, 07-12-2017. Accesible en <https://bit.ly/2Q23XDb>.
92. Ver FREUD, S., *Cartas de viaje, 1895-1923*, Siglo XXI, Madrid, 2006.
93. PESSOA, F., *Libro del desasosiego*, *op. cit.*, p. 227.
94. «La distracción forma parte, además, del instante en el que brota la chispa. Esas maniobras disuasorias que nos hacen, por ejemplo, satisfacer el miedo a la página en blanco con pequeñas tareas domésticas tensan pero a la vez distienden: algo se prepara, ya llegan los pensamientos, y poco les falta para reunirse y desfilar en el orden correcto. Franz Kafka llamaba a este proceso ‘el titubeo antes del nacimiento’». Ver KÖHLER, A., *El tiempo regalado*, *op. cit.*, p. 72.
95. BASSOLS, M., *Lecturas de la página en blanco. La letra y el objeto*, Miguel Gómez, Málaga, 2011. Dedicamos un simposio en 2012 en Palencia a leer este libro con las aportaciones de colegas psicoanalistas de toda Castilla y León, y con la presencia del autor. Los textos de ese simposio están publicados en *ANÁLISIS, Revista de psicoanálisis y cultura de Castilla y León*, núm. 25, ELP-CyL, Palencia, 2012. Desde entonces no dejo de aconsejar la lectura de este libro.
96. *Íd.*, p. 18.
97. *Íd.*, p. 19.
98. *Íd.*, p. 20.
99. *Íd.*, p. 11.
100. «Seguro que no es por nada que el signo de la angustia, teñido muchas veces del color de lo que llamamos depresión, es hoy el signo del sujeto sufriente por excelencia. Saber leerlo en esta perspectiva...es un buen modo de hacer arte y ciencia, un arte y una ciencia que incluyan al sujeto del deseo en lugar de borrarlo», ver *Íd.*, p. 14-15.
101. Y añade, «la falta no puede aparecer por sí misma sino tomada ya como objeto, pero es un objeto que se tapa a sí mismo en su ser de falta», ver *Íd.*, p. 26.
102. Lacan señalará una investigación de Piaget a este respecto. La comenté en una ponencia en unas jornadas celebradas en Málaga en 2006 dedicadas a estudiar la angustia. Fue publicado en MARTÍN ADURIZ, F., «Los grifos de Piaget», en *El Psicoanálisis*, *op-cit.*, pp. 99-104.
103. KIERKEGAARD, S., *El concepto de la angustia*, Espasa Calpe, Madrid, 1982.
104. «Les he dicho ya que el deseo del hombre es el deseo del Otro», sentencia Lacan. Ver LACAN, J., «La angustia, signo del deseo», en *Seminario X, La angustia*, *op. cit.*, p. 31.
105. Muchas personas esperan durante toda su vida a que quien hace funciones de Otro, (el padre, el jefe, la sociedad) lo reconozca, reconozca su valía, su trabajo, sus realizaciones. Pero es un grave error, puesto que ese Otro sólo podría reconocernos como un semejante más, como otro con minúsculas, como semblante de Otro. Pero además, al ser reconocidos, lo seríamos como objeto, por lo que es habitual que cuando alguien al final de su vida obtiene un cierto reconocimiento, y le hacen un homenaje, entonces queda petrificado,

105. Muchas personas esperan durante toda su vida a que quien hace funciones de Otro, (el padre, el jefe, la sociedad) lo reconozca, reconozca su valía, su trabajo, sus realizaciones. Pero es un grave error, puesto que ese Otro sólo podría reconocernos como un semejante más, como otro con minúsculas, como semblante de Otro. Pero además, al ser reconocidos, lo seríamos como objeto, por lo que es habitual que cuando alguien al final de su vida obtiene un cierto reconocimiento, y le hacen un homenaje, entonces queda petrificado, inerte, silencioso, sin palabras de sujeto, pura cosa. Por eso mejor no esperar reconocimiento nunca.
106. Ver LACAN, J., *Seminario X, La angustia*, op. cit., p. 35.
107. *Íd.*, p. 52.
108. *Íd.*, p. 175.
109. Lo *Unheimlich*, en el decir freudiano.
110. LACAN, J., «Lo que no engaña», *Seminario X, La angustia*, op. cit., p. 88.
111. LACAN, J., «Aforismos sobre el amor», *Íd.*, p. 188.
112. BESSA-LUIS, A., *Contemplación cariñosa de la angustia*, Cuatro ediciones, Valladolid, 2004, p. 7.
113. MILLER, J.-A., «Angustia y tiempo», en *Los usos del lapso*, op. cit., p. 430.
114. Ver MARIE DE LA TRINITÉ, *De la angustia a la paz*. Testimonio de una religiosa, paciente de Jacques Lacan, NED, Barcelona, 2018.
115. *Íd.*, p. 11.
116. *Íd.*, pp. 11-12.
117. *Íd.*, pp. 12.
118. MAGNY, C.-E., *Carta sobre el poder de la escritura*, Periférica, Cáceres, 2016.
119. MILLER, J.A., *Los usos del lapso*, op. cit., p. 430.
120. «Lo malo en nuestra profesión no es cometer una intervención equivocada sino perder el interés, o mucho peor, perder la tenacidad y la ambición de ser útil sin necesidad de demostrarlo», son las palabras finales del capítulo titulado «Sobre el arte de no intervenir», del libro *Sobre la locura*, del psiquiatra Fernando Colina, auténtico compendio breve acerca de la posición del clínico que sabe que «no todo es curable o tratable», que sabe que debe «no perjudicar a su paciente» y que sabe que «juega un papel predominante la flema y el arte de perder». Ver COLINA, F., «Sobre el arte de no intervenir», en *Sobre la locura*, op. cit., pp. 7-12.
121. Hay un encendido elogio de la histeria en base a una sólida argumentación histórica por parte del psicoanalista José María Álvarez: «Pero si la histeria ha sido capaz de poner en jaque tantas teorías insustanciales, humillar a los más engreídos y desenmascarar a los farsantes, por qué no seguir confiando en su buen criterio. Gracias a su proverbial insatisfacción, a buen seguro que la histeria contribuirá una vez más a poner las cosas en el sitio que conviene, esto es, en el del sujeto dividido que habla para saber y así curarse», ver ÁLVAREZ, J.M., «Elogio de la histeria», en *Estudios de psicología patológica*, op. cit., p. 118.

Colección La Otra psiquiatría

Las voces de la locura

José María Álvarez
Fernando Colina



 xoroi dicions

Las voces de la locura

Álvarez, José María

9788494442193

222 Páginas

[Cómpralo y empieza a leer](#)

Este libro habla de un largo trabajo, de intereses compartidos y de dos estilos diferentes. Después de varias décadas de colaboración, llama la atención que sigamos dando vueltas a las mismas cuestiones sobre la condición humana y la psicopatología. Una de ellas, las relaciones del lenguaje y la locura, da pie a esta obra. Han pasado muchos años desde las primeras publicaciones sobre el automatismo mental, las voces y la xenopatía: el polo esquizofrénico de la psicosis. El inicial interés por las relaciones del lenguaje y la locura se ha desplazado, de forma paulatina, hacia los vínculos entre la psicopatología y la historia de la subjetividad, y de allí, a la constitución xenopática del sujeto: al lenguaje como morada en la que habitamos e ingrediente que nos constituye. Avanzamos un paso más al añadir al análisis psicopatológico de las alucinaciones verbales o voces la perspectiva de la historia de la subjetividad. Concluimos que las voces propiamente psicóticas constituyen una manifestación exclusiva de la Modernidad, tanto que resulta difícil concebirlas en subjetividades anteriores, y nos empeñamos en dotarla de argumentos clínicos e históricos. Con la introducción de la perspectiva histórica nos desmarcamos decididamente del modelo biomédico, hegemónico en la actualidad. Esta obra amplía la visión antinaturalista de las enfermedades mentales con la que estamos comprometidos. A los enfoques de otros tiempos sobre la función del delirio, los polos de la psicosis, la condición melancólica del ser, la articulación de lo continuo y lo discontinuo, de lo uno y lo múltiple, añadimos ahora el encuadre de la historia de la subjetividad. Un largo camino cuyo punto de partida es la psicología patológica y se dirige a la general, que transita, por un lado, de lo discontinuo a lo continuo, y por otro, de lo múltiple a lo uno. Y vuelta a empezar, siguiendo un incesante flujo dialéctico. De los últimos movimientos de

ese tránsito dejamos aquí constancia.

[Cómpralo y empieza a leer](#)

Colección La Otra psiquiatría

Estudios sobre la psicosis

Nueva edición reescrita y ampliada

José María Álvarez



Prólogo de Fernando Colina

 xorai edicions

Estudios sobre la psicosis

Álvarez, José María

9788490079850

442 Páginas

[Cómpralo y empieza a leer](#)

Nueva edición reescrita y ampliada. Trece estudios componen este libro. En todos se analiza la psicopatología de la psicosis, en especial los fenómenos elementales, el delirio y la alucinación. Aunando la tradición filosófica, los clásicos de la psiquiatría y el psicoanálisis, el autor analiza las experiencias del psicótico, punto de partida de su investigación. A medida que éstas se exploran siguiendo el testimonio directo del psicótico, se va perfilando una lógica interna que proporciona una explicación cabal sobre el nacimiento a la locura, las distintas posiciones que el sujeto puede adoptar en ella y las estrategias de las que dispone para reconducir su verdadero drama, tan inefable como solitario. De esta manera, partiendo de la psicología patológica se consiguen configurar las bases que convienen al trato y al diálogo con el alienado. Al desarrollar esta modalidad de análisis se aspira a articular la psicopatología y la terapéutica, las dos dimensiones de la clínica en su estado más puro. A diferencia de las dos ediciones anteriores, esta obra se amplía con tres nuevos estudios que le aportan unidad y visión de conjunto. En ellos se analizan sobre todo las formas normalizadas o discretas de la locura y se precisan las experiencias genuinas que la caracterizan y definen. Los artículos que integran este libro son el ejemplo cabal de una psiquiatría distinta. En medio de la vorágine positivista, cuando el sentido de la clínica ha perdido su vocación por la escucha y las preguntas, surge de pronto el discurso de José María Álvarez para resucitar la tradición y actualizar los enigmas. "Convencido de que el positivismo poco tiene que decir ante el lenguaje de la locura, el autor recoge la palabra de los psicóticos de dos formas. Una, con los saberes de la psiquiatría clásica, revelando la lógica interna de su pasado, otra con la hermenéutica psicoanalítica". (Fernando Colina)

[Cómpralo y empieza a leer](#)

Colección La Otra psiquiatría

Otra historia para otra psiquiatría

Rafael Huertas



Prólogo de José María Álvarez y Fernando Colina

 **xorai edicions**

Otra historia para otra psiquiatría

Huertas, Rafael

9788494623219

326 Páginas

[Cómpralo y empieza a leer](#)

Este libro recopila una serie de artículos, debidamente revisados y actualizados, que fueron publicados en diversas revistas a lo largo de los últimos veinte años. Su denominador común es el intento de articular historia y clínica. No una historia positivista, descriptiva, acumulativa, complaciente con el pasado y acrítica con el presente, sino otra historia, analítica, hermenéutica y crítica, que interpele al pasado para pensar el presente y para actuar o propiciar actuaciones suficientemente fundamentadas. Otra historia que permita identificar, y diferenciar, una psiquiatría positivista, cuantitativa, simplificada, esencialista, organicista y, en buena medida, atórica y ahistórica, y otra psiquiatría que, considerando fundamental un marco teórico psico[pato]lógico, entiende las llamadas enfermedades mentales como construcciones discursivas revisables y sujetas a cambios sociales y culturales. Una visión no positivista y no esencialista en la que el sujeto (mediatizado por el lenguaje) prima sobre la «enfermedad», en la que se presta la máxima atención a la subjetividad de la persona y en la que el pathos y el ethos se conjugan en el núcleo mismo del pensamiento psicopatológico. En definitiva, otra historia comprometida con otra psiquiatría, la que considera necesario cambios epistemológicos profundos sobre la naturaleza del trastorno mental y sobre el papel del experto (psiquiatra, psicólogo, psicoanalista, etc.) y del propio paciente —cuyo empoderamiento debe ser una prioridad absoluta— en la gestión de la locura. «Libros de historia de la psiquiatría hay muchos. En ellos se narran historias de lo más variado, porque psiquiatrías, como se sabe, no hay sólo una. Rafael Huertas recrea una de ellas. cada página de este libro anima a la reflexión sobre la condición humana, invita a la comparación con el presente y despeja muchos de los bucles en los que estamos atrapados y alrededor de cuyos ejes giramos de continuo sin

darnos cuenta». J.M. Álvarez y F. Colina

[Cómpralo y empieza a leer](#)

LA PALABRA EN PSIQUIATRÍA

¿Todavía eficaz?

Colección *Sobre*

FERNANDO
VICENTE GÓMEZ

*Prólogos de
Fernando Colina y Jean Oury*



La palabra en psiquiatría

Gómez, Fernando Vicente

9788494552205

234 Páginas

[Cómpralo y empieza a leer](#)

El discurso actual, tanto el social como el que se manifiesta en algunos medios psiquiátricos, nos empuja a negar el cuerpo como superficie del lenguaje del síntoma. El cuerpo sería así sólo un objeto biológico o un conjunto de órganos susceptibles de ser educados o reeducados. El libro de Fernando Vicente, que no sólo está dirigido a los profesionales de la salud mental, nos transmite, a través de su recorrido, otras vías para escuchar y acoger los sufrimientos que las diversas patologías psiquiátricas nos muestran, lo que puede llevarnos a evitar caer en un realismo patológico donde casi ninguna posibilidad existiría para quienes sufren una alienación psíquica y social crónica. La apuesta que aquí se nos presenta es saber si queremos, a través de nuestra palabra y sobre todo de nuestra escucha —acompañadas ambas de «nuestros testimonios profesionales»— que la cronicidad patológica y mortífera sea una realidad inevitable o más bien una situación dinámica y siempre posible de mejorar. «La tesis principal del autor es que la palabra, además de presentarse como el principal recurso para gobernarse en sociedad, es también el mejor alimento que podemos ofrecer al psicótico. Algunos lo encontrarán obvio, pero la palabra es un bien fugitivo que se nos escapa de continuo. Hablar es difícil, pese a su aparente sencillez, dejar hablar es aún más complejo, y hacer hablar a quien tiene dificultad para hacerlo puede llegar a ser una tarea en el límite de lo posible. No obstante, basta mencionar el concepto palabra para cortar por la mitad la psiquiatría. Se sostiene que desde que Freud propuso que el delirio no era tanto un déficit como un intento autocurativo, la psiquiatría quedó dividida en dos: una, científica o biomédica, que reniega de esa posibilidad y apunta al cerebro como único escenario causal y terapéutico, y otra, más decidida y arriesgada, más arrojada al hombre y a la vida, que señala directamente al

sujeto». (Fernando Colina)

[Cómpralo y empieza a leer](#)

Massimo Recalcati



Traducción de
Silvia Grases



Colección Mirar con las palabras

¿Qué queda del padre?

Recalcati, Massimo

9788494442117

126 Páginas

[Cómpralo y empieza a leer](#)

En el tiempo de la evaporación del padre y del desmembramiento de la familia tradicional, ¿qué es lo que puede tener una función de guía para el sujeto? ¿Qué queda del padre más allá de su Ideal? ¿Qué es lo que hace posible, en la época del ocaso del Edipo, una transmisión eficaz del deseo? ¿Qué significa "heredar" la facultad de desear? ¿Cómo pueden aún armonizarse el deseo y la Ley? A través de Sigmund Freud y Jacques Lacan, y de algunas figuras tomadas de la literatura (Philip Roth y Cormac McCarthy) y del cine (Clint Eastwood), se perfilan los rasgos de una paternidad debilitada, pero igualmente vital, exenta de cualquier aura teológica y fundada en el valor ético del testimonio singular. «Todo discurso sobre la crisis de la función paterna parece absolutamente caduco y, a la vez, absolutamente urgente. No solo porque uno no se resigna fácilmente al duelo por el Padre, sino, sobre todo, porque la humanización de la vida exige el encuentro con "al menos un padre"». Massimo Recalcati

[Cómpralo y empieza a leer](#)

Índice

Portada	3
Créditos	4
Fernando Martín Aduriz, el poso de la experiencia	7
Dedicatoria	11
Epígrafe	12
Prefacio	13
I. La ansiedad que no cesa	17
II. El envoltorio	21
III. El ataque de pánico	25
IV. Calmar la ansiedad	28
V. La espera ansiosa	34
VI. Ansiedad y mal de amores	39
VII. La entrada: el huésped desconocido	44
VIII. La prisa	51
IX. Los juegos del ansiolítico	55
X. El viaje	59
XI. La página en blanco	63
XII. La angustia, signo del deseo	66
XIII. La angustia, señal de lo real	69
XIV. La ansiedad que cesa	71
Bibliografía	79
Acerca del autor	82
Notas	84