

La palabra no es un dato

Sobre la enfermedad psicosomática y el discurso

por Gisela Courtois (Lic. en Psicología)

(Revista Spes Unica – Marzo de 2014)

A menudo escuchamos a alguien tranquilizarse u ofenderse (según el caso) cuando se le sugiere que sus padecimientos físicos son de origen psicosomático. Psicosomático suena a inexistente, a imaginario o auto-provocado. De allí que muchos se tranquilizan pensando que su dolor físico *ya se les pasará si piensan en otra cosa*, o se ofenden sintiéndose acusados de auto-provocarse una enfermedad, incluso de fingirla.

Vamos a poner un poco de orden al asunto. Es imposible enfermar voluntariamente, como es imposible nacer o morir voluntariamente. Hay negligencias o auto-agresiones que delatan la finalidad autodestructiva de una persona, incluso podemos pesquisar deseos de encarnar un rol con tal dramatismo que pueden reflejarse en el destino con el correr del tiempo, pero nada de esto se parece a un acto voluntario como vestirse o llamar por teléfono a un amigo. En este sentido vale recordar: nada de lo psicosomático es voluntario. Precisamente el perfil de personalidad psicosomática es diametralmente distinto del perfil de quien presenta conductas autodestructivas voluntarias, como adicciones, deportes de riesgo, juego patológico, etc. Con esta aclaración estoy adelantando un dato: no existen enfermedades psicosomáticas sino personas cuya personalidad las predisponen a tener estallidos psicosomáticos; lo que no excluye a las demás personas de la posibilidad de padecer enfermedades de origen psicosomático.

Por otra parte, lo psicossomático no es inexistente.

Existe.

Y mucho.

Un brote de lupus puede llevar a la muerte, un pico de hipertensión arterial también. No hay nada más existente y físico que lo psicossomático.

Y en cuanto a si es una enfermedad imaginaria, MENOS AÚN.

Si hay algo de lo que carece quien padece una enfermedad de origen psicossomático es de imaginación.

La imaginación es parte del bagaje de herramientas que necesita un ser humano para la más elemental de sus funciones psíquicas: advertir un sentimiento o emoción, advertir si proviene del entorno o de un conflicto interno, determinar la naturaleza y la intensidad de la tensión interna que produce y, finalmente, lograr una formación discursiva que permita describir y a la vez elaborar aquello que sucede en nuestra vida anímica y que, de no tomarnos todo este trabajo, operará de manera sorda.

Trabajo complejo, hay que advertirlo. Esto, que debería ser habitual, que debería ocurrir a diario dado que poseemos los elementos mentales como para llevarlo a cabo, en verdad es un proceso complejo para la mayoría de nosotros. Algunos comienzan registrando la mitad del proceso, es decir la tensión interna, y luego pasan racionalmente a interpretar de dónde, de qué conflicto proviene esta tensión y así tratan de advertir su naturaleza. Para otros el sentimiento mismo se registra al instante (vale decir que esta actitud es la más saludable para el psiquismo) pero luego pueden tener inconvenientes a la hora de relacionar la emoción inicial con la tensión siguiente, con el insomnio que sufren (por poner un ejemplo) y finalmente con el estallido psicossomático que sobreviene. Porque en el proceso de elaboración de sentimientos y emociones

es importante que la relación entre un sentimiento, su registro y la palabra que lo describe sea concientizada.

El proceso de hablar debe ser creación del sujeto, no prestado desde afuera por parte del consenso o la tradición.

El trabajo del hablante

Existen perfiles de personalidad psicósomática que tienen sus propias características y cuyo origen se remonta a los primeros tiempos de vida e incluso a la vida intrauterina. Algunas de estas características son la sobreadaptación al entorno, el conservadurismo en sus respuestas (sin originalidad, escasa confrontación con el medio), poca resonancia afectiva, poco registro de lo que siente él mismo, lo que llamamos —piel paquidérmica, en el sentido de que parece tener un registro muy rudimentario de lo que el ambiente puede provocar sobre él. El llanto puede aparecer con frecuencia en el psicósomático, pero el llanto no es palabra, y es aquí a donde nos trae el tema de esta nota.

Tanto para un perfil psicósomático como para otros, el trabajo en el que debemos insistir es el mismo: *hablar*.

Porque hablar no tiene por finalidad brindar información desde el emisor al receptor a través de un medio oral o escrito. Hablar es una actividad constructora de mundo interno. Lo que para el niño es jugar, para el adulto es fantasear y hablar. En el discurso, y precisamente delante de otro, es cuando tiene lugar la asociación de ideas, la unión entre representaciones y los afectos

que están ligados a ellas y que, por medio de la represión o de la expulsión de la conciencia, los hemos se-parado.

En esas asociaciones se enriquece, se construye y se embellece, por qué no, el mundo interno. Y esto, además de constituir lo más esencial de nuestra actividad psíquica, nos vuelve más resistentes a la tensión. A mayor cantidad y claridad de asociaciones mejor preparados estaremos para soportar la presión de un conflicto, interno o con el ambiente. A la vez, a mayor cantidad de asociaciones estaremos en mejores condiciones para comprender la naturaleza del conflicto, sus implicancias, sus posibles resoluciones, el aprendizaje que podamos sacar del mismo, etc. Para pasarlo a términos físicos, es como decir que si un circuito tiene mayor complejidad en sus conexiones y robustez en sus materiales, mayor cantidad de voltaje resistirá antes de colapsar o quemar alguno de sus tramos.

El discurso funciona en el sentido opuesto a la enfermedad

Hablar, entonces, permite elaborar un conflicto. Esto significa reconocerlo, advertir los sentimientos concomitantes a él, reconocer lo mucho o poco que nos afecta. Todo este proceso ocurre en el sentido contrario de la enfermedad.

La tensión que no se somete a discurso enferma al sujeto.

Toda la tensión que no encuentra manera de ser elaborada tiende a descargarse bajo la forma de enfermedad física (dejemos por ahora de lado la particularidad del psicótico que puede descargar a través del delirio, o del

psicópata que genera su descarga a través de la acción sobre otros o sobre sí mismo a la manera de objetos). Esta tensión descargada a través de la enfermedad, hay que advertirlo, NO ES RESOLUTIVA. No significa la resolución de un conflicto, sino una mera descarga momentánea y la tensión volverá a reproducirse frente a una situación similar.

Por otra parte, si bien en todo sujeto existe la represión de un afecto insoportable a la conciencia, en el estallido psicossomático podríamos decir que tal afecto no se encuentra reprimido sino expulsado, rechazado del suceso psíquico. El neurótico normal puede olvidar un suceso que trae aparejado un sentimiento indeseable, pero ese sentimiento retorna en la cadena discursiva, en los sueños, en los síntomas obsesivos, fóbicos o histéricos. El neurótico habla de su síntoma, su discurso es florido, utiliza metáforas, comparaciones, se siente identificado con tal o cual personaje de una novela, entra en contacto emocional (más tarde o más temprano) con las expresiones artísticas y con las situaciones afectivas en general. El discurso psicossomático (y repito, que no es exclusivo de los sujetos con perfil psicossomático sino que recurre en estos casos recurre de manera automática) es monocorde, tipificado, plagado de lugares comunes y conclusiones ya escuchadas por tradición. Es común escuchar frases como —*imagínese, doctor, a uno le pasa algo así y uno se siente mal*-. El impersonal **Uno** aparece infinitamente en el discurso psicossomático. Nunca se refiere a sí mismo desde el **Yo**, desde el reconocer un sentimiento como propio, como apropiado, o como protagonista. Los escenarios son descritos como fotografías, el orden es siempre cronológico y no emocional. Y por lo tanto el llanto es simple descarga, en el mejor de los casos inofensiva, pero nunca resolutiva, nunca introspectiva.

Hablar no es informar

Entonces, recordemos. Hablar no cumple una simple finalidad informativa. Y por lo tanto Escuchar no es anoticiarse de la información de otro.

Una vez, encontrándome con una docente de literatura, ésta me expresó que un verdadero amigo te permite contar lo mismo varias veces, porque reconoce que estás elaborando un dolor, y el amigo debe estar ahí para tomar nota de cómo lo estás elaborando. Aplaudo este principio a la hora de definir tanto la amistad como cualquier tipo de amor. Hablar es lo que nos distingue como seres humanos de otros seres. Y no es tan importante porque debemos estar orgullosos de serlo, sino porque es nuestra mejor, nuestra más genuina herramienta para construirnos a nosotros mismos y para construir el entorno. Dicho en términos kleinianos, para construir mundo interno y mundo externo. La palabra es liberadora, es habilitación para sentir aún aquellos sentimientos de los que no nos podamos sentir orgullosos. Habilita a posicionarnos en el mundo, a protagonizar nuestra historia, a utilizar la memoria individual y colectiva a favor de nuestra realidad presente. La palabra cura al hablante, muchas veces también cura a quien escucha y, en algún que otro caso, hasta cura al hablado, al referenciado. Porque cuando comprendemos el papel que juegan los personajes de nuestro mundo interno estamos dejando mayor libertad de acción a los personajes del mundo externo.

Y ya sabemos cómo funciona esto de vivir entre personas: libertad y salud quizás sean la misma palabra.