

Relaciones entre salud mental y privación o restricción de libertad

E de La Lama

Psicólogo-psicoterapeuta de la F.V.B. Barcelona.

1. RESUMEN

A) Tres ideas sobre libertad y acción (ética, jurídica y psico-sanitaria):

1. El individuo humano puede *obrar autónomamente* y, mediante coerción consciente interna, incrementar libertad propia y ajena. En esto consiste “estar en el sano juicio” y “obrar éticamente”.

2. *Heterónomamente*, y mediante restricción jurídica de libertades privadas (deteniendo y sujetando o apartando a la persona que actúa contra la convivencia), se puede lograr incremento de libertad colectiva. Esto será implementar la falta de “sano juicio” individual con un “justo juicio público”.

3. *Obrando inconscientemente*, a merced de coerciones y motivaciones inadvertidas, se produce pérdida de libertad: falta de conciencia y falta de juicio, y, por tanto, falta de autonomía. Este último modo de obrar requeriría ser concienciado antes de que pudiera llegar a modificarse.

B) Como consecuencia: a) sólo el Derecho es *ciencia normativa*, sólo él *objetiva sanciones*; b) la sanción moral *no admite objetivación*, porque o es interna o es abuso de poder; y c) la Psicología, que *modifica sin sanción*, puede aportar funciones rehabilitadoras y preventivas facilitando los cometidos modernos e ilustrados del Derecho. Sin éstos las leyes tenderían a promover sólo sometimiento, castigo o venganza en lugar de restablecer sanas funciones ciudadanas.

2. RELACIONES ENTRE ÉTICA, DERECHO Y PSICOLOGÍA

Partamos de considerar unos hechos corrientes: 1: Un vecino me amonesta porque gasto demasiada agua. 2: Ello supone una restricción de mi libertad. 3: El agua es un bien escaso por el que los humanos podemos llegar a matarnos, así que espero que ciertas restricciones de uso me permitan seguir contando con el suministro

necesario, antes de morir en el intento. 4: Quiero que mis vecinos asuman las mismas restricciones que yo.

En la Modernidad concebimos el Derecho como un instrumento al servicio de la convivencia entre congéneres humanos y queremos que haya derecho a cuanto no conculca ningún derecho. La libertad debe ser limitada y garantizada dentro de sus límites. Para restringir la libertad privada en beneficio de la colectiva, el Derecho, atento sólo a conductas e indicios razonables porque jurídicamente hablando “el pensamiento no delinque”, define y delimita derechos y libertades e instaura penas.

“Pena”, del latín *poena* y del girego *poinë*, fue pago en dinero, usado como castigo o rescate. Pero la palabra “pena” designa también un sentimiento de dolor y desarraigo por el mal estado de los vínculos afectivos; y es que eto-lógicamente, para el ser humano, también la *conciencia reflexiva* es un juez que dicta su pena: el *sentimiento de culpa*. Ello permite tanto la rehabilitación, la reparación y el perdón como el cuidado preventivo. La interiorización normativa se hace por vía emocional y sólo más tarde se formaliza en el lenguaje jurídico. Sin vinculación afectiva al grupo no se interiorizan normas. Para la *conciencia reflexiva* también delinque el pensamiento. El sujeto ético está eto-lógicamente determinado a practicar internamente “juicios de intenciones”, porque la evolución (azar y necesidad, según Demócrito y Monod) le dotó de enorme parénquima cerebral, apto para recordar, prever y aprender de la experiencia.

Kant ya distinguió en 1793⁶ que somos animales en tanto estamos animados de vida, humanos en tanto hablamos, y personas en tanto asumimos la responsabilidad de nuestra existencia: No sólo de nuestros actos manifiestos (Derecho), sino también de los ocultos y aún de las intenciones (Ética autónoma). Los actos manifiestos los juzgará el Derecho; los internos los juzgaré yo mismo. La Psicología no deberá juzgar nunca sino, en la medida de lo posible, comprender, aclarar, verificar y describir sin juicio ni condena.

La función terapéutica de la Psicología (modificar sin sancionar) se realiza comprendiendo y “conteniendo”, es decir: logrando que, mediante conciencia reflexiva, las experiencias vayan llegando a ser “contenido” comprensible, que faciliten la medida de saber vivir⁹. Tanto las orientaciones conductuales o las cognitivo-conductuales de la Psicología, como las psicodinámicas comparten hoy la convicción instrumental de que es mucho lo que se debe *comprender de la caja negra* para poder programar adecuadamente las ayudas tanto preventivas como rehabilitadoras.

3. NORMA Y SALUD MENTAL

Cuando Ulises, el héroe homérico⁵, se hace atar al mástil de la nave para no ceder al atractivo canto de las Sirenas, él mismo se priva de libertad. A sus compañeros les pidió, en cambio, que se taparan los oídos. ¿Era arbitrario Ulises al tomar estas decisiones o creyó tener buenos motivos para obrar así? ¿Temió volverse loco por las penalidades del viaje de regreso a Ítaca, y ceder a la presión de sus divinizados delirios eróticos, sin poder esperar a verse en los sencillos y conocidos brazos de su fiel Penélope? Del conflicto entre deseo y amor, entre placer y realidad, entre narcisismo y alteridad, nos hablan, aunque de diferentes modos cada uno, tanto la Psicología como la Ética y el Derecho.

Mientras el Ulises que acabo de imaginar siente el conflicto y duda entre su deseo de acercarse a las divinas Sirenas o mantener lealtad a su lejana y sencilla esposa; mientras vacila o lo piensa y sopesa, estamos ante fenómenos meramente psicológicos. Pero en el momento en que Ulises pide ser atado y solicita alguna restricción de libertad, tanto la de sus compañeros para oír como la suya para moverse, instituye el derecho, demandando una oportuna intervención preventiva a sus compañeros: Han de atarle antes de que sea demasiado tarde, le abandone la claridad de juicio y le invada la confusión. ¿Está Ulises “en su sano juicio” precisamente porque sabe que puede perderle y asumir excesivos riesgos? Cuando finalmente Ulises esté atado al mástil conforme a su propia medida cautelar, cabrá imaginarle más aliviado de los pesares que anticipaba. Menos amenazado ahora por la locura de haber podido llegar a preferir perderlo todo (nave, camaradas, esposa y hasta la propia vida), Ulises tolerará de buen grado y sin resignación la pena de verse inmovilizado, y hasta podrá asumirla con alegría. Menos perdido ahora en su narcisismo, menos amargamente solo ante sus propios temores, sonreirá fatigado y agradecido a sus compañeros, reconociendo el valor de la alteridad, las

ventajas de lo social. Ayudado por otros, Ulises ha logrado “contener” a tiempo su conflicto letal.

La medida del tiempo en relación con la oportunidad de la acción (trátese del logro de una conducta evolutiva, de una acción jurídica o de una prescripción sanitaria) adquiere a la luz de este mito homérico un valor que deseo subrayar. La temporalidad, la oportunidad de las decisiones juega aquí un papel importante ya que los juicios a destiempo y a contratiempo se convierten en *desafueros* o en *pre-juicios*, y aunque estos últimos procedan de lo que, según Hannah Arendt^{1, 2}, fueron buenos juicios en el pasado, aplicarlos extemporáneamente, tras haberlos interiorizado, impide el desarrollo de nueva experiencia, porque nacieron de experiencias pasadas sin comprender las “actuales” (activas en el momento presente).

4. RESPONSABILIDAD, “CONTENCIÓN” Y “DETENCIÓN”

Cuando Ulises teme perder la “contención” interna que necesita, reclama ser externamente “detenido” para no precipitarse. Creo que todos los conflictos en que se ve inmersa la mente humana, todas las tormentas y turbulencias mentales, tienen una relación estrecha con el factor tiempo. Todos los conflictos se alivian y reducen “dando tiempo al tiempo”. Gracias a las categorías del tiempo propuestas por Kant⁷ diferenciamos realidad (hechos, experiencia, temporalidad) y sueño (fantasías, ilusión, intemporalidad). Sabemos que modificar el pasado es tan imposible como adivinar el futuro, pero también sabemos que ocultando a la conciencia los sentimientos de culpa no puede haber prevención ni arrepentimiento, reparación o perdón. Freud asentó en el tiempo los pilares de su comprensión de la psico(pato)logía⁴ que priva de libertad y responsabilidad: Fijaciones, regresiones y precocidades son modos básicos de alteración mental relacionados con no poder esperar.

No es lo mismo “contener” (cuidado preventivo) que detener (acción jurídica efectiva). “Detener” es siempre una forma de “alterar el fluir del tiempo”. Algunos estados mentales trastornan y detienen el desarrollo personal. Pero el Derecho deberá actuar precisamente “deteniendo” no sólo a la persona, y en ella también sus riesgos de actuación antisocial o disocial, sino incluso la comprensión que la Psicología nunca detendría. Ésta siempre promoverá comprensión de la caja negra, visión interior, “insight”. Pero la detención jurídica oportuna debe producirse a veces antes de que estén claros del todo los motivos, conscientes o inconscientes, de la acción disocial; antes incluso de que

puedan indagarse y aclararse las razones o sinrazones del acto; antes de que puedan apreciarse circunstancias agravantes, atenuantes o eximentes. El Derecho sólo actúa en los supuestos considerados en los códigos, y tales supuestos se dan en el punto de intersección entre una biografía individual y la ley de la comunidad. Hacerlo inoportunamente o fuera de tiempo (excesivamente antes o después de aquella intersección) distorsiona la genuina función jurídica.

Facilitar "insight" no es sólo promover beneficio individual, sino favorecer también que el ciudadano obre conscientemente y "en su sano juicio" contribuyendo a la convivencia social y a la perfectibilidad institucional porque la ley puede ser justa o injusta y aplicarse mejor o peor, aparte de que sea meramente "legal". Sin perfeccionamiento legal no hay "insight ciudadano", que es Ilustración y Modernidad⁹.

La responsabilidad (unas veces autónoma otras heterónoma) deriva de que podamos ordenar en el tiempo las relaciones entre fenómenos encadenados hasta establecer la autoría de ciertos actos humanos y las consecuencias que se sigan de ellos.

En la responsabilidad autónoma respondo ante mí mismo y mi fuero interno, no sólo de mis actos, cualesquiera sean las consecuencias que produzcan (que incluso pudieron ser casualmente "buenas", aunque yo pretendiera hacer daño), sino también de mis fantasías e intenciones, cualesquiera que fueren las circunstancias y motivos de que derivaren.

Un humano puede sentir culpa de haber fantaseado que mataría a un congénere del que recibió maltrato y al que teme, incluso cuando se le informa de que, de haberlo hecho, pudiera haber actuado "legalmente", apelando al "derecho de defensa propia". El derecho puede eximirme también de responsabilidad en caso de "obediencia debida", pero el fuero interno puede asimismo acusarme cuando obedezco y causarme dolor con penas y sentimientos de culpa aunque la ley me proteja. Los camaradas de Ulises pudieron sentir mucho pesar y culpa al obedecerle y atarle, aunque a él mismo le estuvieran dando tranquilidad y alegría.

5. FAMILIA, INFANCIA Y PREVENCIÓN

La función simbólica, que es necesaria para inferir relaciones causa-efecto y "autorías", se basa en la adecuada temporalización de experiencias, y ésta se va logrando durante la infancia, en el seno de la familia. A partir de ahí, la ordenación en el tiempo de los hechos de mi vida me otorga una identidad como persona sin la cual no podría ni siquiera coexionar experiencias sensoriales diversas. Mi sentimiento de "continuidad"

me permite tanto identificar los objetos (vistos en forma, color, posición y uso variables), como identificar-me yo mismo y saber quién fue el autor de mis actos, aunque los realizara en diversos momentos y me hallara en diferentes estados mentales.

La familia es el continente adecuado en que los humanos reproducimos no sólo la especie: no sólo la viva animalidad ni sólo la hominización parlante, sino también la responsabilidad personal, porque en el seno de la familia, durante nuestras infancias, adquirimos la adecuada temporalización de nuestras experiencias e identidades, y, a través de dicha temporalización e identidad, logramos los valores sociales y la alteridad que nos hacen personalmente responsables. Freud (que ayudó a comprender la enorme importancia del proceso de socialización familiar durante el cual se logran los sentidos de identidad y alteridad, adecuación y temporalidad) vio que los humanos podemos mostrar graves inhibiciones, síntomas y ansiedades derivadas de emociones inconscientes capaces de ejercer enorme presión interna. Ciertas actitudes, que o bien fueron inducidas prematuramente o bien fueron asumidas demasiado tarde, se produjeron sin la debida adecuación o temporalidad, dando lugar a "malentendidos" y a actos "impropios" o "sin sujeto" que pueden dañar físicamente a otros, pero que de antemano presuponen daño psíquico por falta de autonomía.

Cuantos convivimos en la "pólis" hemos sido infantes e inmaduros durante muchos años y todos somos potenciales víctimas y potenciales infractores. El Derecho debería proteger y dar ocasión a todos los ciudadanos de comprenderse antes de que llegaran a producirse actos disociales. Víctimas y verdugos coexisten a veces como aspectos internos (tiranía y sometimiento) de un mismo individuo (tal es el caso del adulto adicto a drogas). En la Modernidad queremos que el Derecho proteja más los intereses de los más desprotegidos y los de quienes más tiempo llevan sin adecuada protección (concepto redistributivo de Ilustración). En la Modernidad queremos que el Derecho rehabilite y no que meramente domine, castigue o venga.

Si queremos prevenir, habrá que trabajar mucho sobre los derechos de niños y familias.

6. IDEALISMO NORMATIVO

Sería ideal que la conciencia reflexiva de los humanos rigiera autónomamente nuestras conductas del modo más armonioso y justo, pero como ese no es el caso, la "filo-nomía" heterónoma debe completar a la ética autónoma, siendo ambas imprescindibles para la convivencia. Y no afirmo que la ley sea lo mejor que

tenemos los humanos, sino lo menos malo para evitar problemas de convivencia. La convivencia debería ser el objetivo primero y central de la institución jurídica. Sólo así podríamos experimentar una verdadera "filonomía": amistad con lo legal, amor o interés por lo legal, como, citando a Schopenhauer, propone R. Armengol³.

Padece en cambio una "nomo-filia" de resonancia claramente perversa. El positivismo legalista de los frágiles-poderosos de la tierra (todo poder es frágil "de iure", por su posición de inestabilidad, aunque "de facto" domine) no concibe la ley como lo menos malo que tenemos para evitar problemas de convivencia, sino como lo mejor que podamos aspirar a tener. En tal caso, o bien se está en la doctrina del "palo y tentetieso" consistente en afirmar que las leyes que hay son ya perfectas y no deben ser tocadas ni siquiera para perfeccionarlas más (tiranía legal), o bien, concediendo la imperfección actual de la ley, se aspira a una perfección tan excelsa de la misma, con carácter absoluto (idealismo de Fichte y Hegel⁸) que bajo su imperio todo debería estar legalmente previsto, sin margen para ninguna libre disposición. Tal idealización de la ley, tal "moralismo legal" haría de la Tierra un Infierno contra la vida: Las "imperfecciones" o "pecados" se castigarían legalmente, la magnanimidad y la solidaridad acabarían haciéndose sospechosas y necesariamente clandestinas a menos que se practicarán por obediencia y estuvieran autorizadas legalmente, y nadie podría evitar confundir los sentimientos de amor y alteridad con una cobardía obediente o un osado desafío. Sabemos que eso ha pasado. Pero en la actual mercadología universal, para maquillar el rostro de la tiranía legal sin demasiada preocupación por ocultarlo, se llama "neo-liberales" a formaciones económico- sociales en las que la ley sirve para que al mercado se le supedite cualquier otro y todo otro interés. A esa tiranía se le llama "nueva libertad". La ley es perversa si garantiza que todos quedemos sometidos no al orden igualitario y la justicia, sino a cierto "neo-darwinismo legal" que ya no es una "naturaleza darwinista" dependiente del genoma biológico, sino un "lamarckismo" artificialmente alumbrado en laboratorios mercantiles para producir ciudadanos "Alfa", "Beta" o "Gamma"... En la perversa "nomo-filia" vigente, lo que es legal hace daño y en lo ilegal se mueven, a veces junto a la poesía y la esperanza de los desheredados, ciertos desalmados ingenios que aprovechan la "carne de cañón" arrumbada en las cunetas. No sólo no practicamos la "filantropía", sino que somos legalmente deglutidos por la "antropofilia" y regresamos al canibalismo inicial de nuestra es-

pecie. Los biólogos que sean reductores y poco cuidadosos podrían decirnos que "así son las cosas: no podremos hablar de libertad mientras ésta no comparezca en el ADN", y que, ya se sabe, "la cabra tira al monte".

Pues bien: A pesar de todo, hay también en nuestras mentes, o en nuestro cerebro si se prefiere, una etología, surgida precisamente del genoma y no de espaldas a él, que nos lleva a que podamos querer e inventar una "filonomía" tendente a conseguir que predomine el interés colectivo. ¡Albricias por cuantos beneficios económicos, tanto públicos como privados, se orienten a la consecución de convivencia entre congéneres humanos! ¡Lástima de los beneficios que sólo pudieran producirse sometiendo unos seres humanos a otros! La "filonomía" lo tiene muy duro: todavía le queda mucho camino antes de llegar a Ítaca. ¿Agotaremos antes las condiciones de vida para todos? ¿Daremos la razón a Malthus? ¿Preferiremos dialogar ahora? Muchas gracias.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Arendt, H. (1950): *¿Que es la política?* Edic. de Fina Birulés, UAB, Barcelona, 1997.
2. Arendt, H (1954): *Entre el pasado y el futuro: Ocho ejercicios de reflexión política.* Ed. Península, Barcelona 1996.
3. Armengol, R. (1999): *Eros y narcisismo. Amor y beneficiencia (crítica de la teoría psico-analítica actual).* Intercambios, nº3, noviembre.
4. Castilla del Pino, C. (1978): *Inidentidad epistemológica de la Psico(pato)logía. Prólogo a J.L. Tizón: Introducción a la epistemología de la psicología y la psiquiatría.* Barcelona, Ariel, 1978.
5. Homero (X-IX A. de C.): *Odisea.* Espasa Calpe, decimotercera edic., Madrid, 1991.
6. Kant, I. (1793): *La religión dentro de los límites de la mera razón.* Alianza Ed., 1995.
7. Kant, I (1781-87): *Crítica de la Razón Pura.* Alfaguara, 8ª edic., 1993.
8. Martínez-Marzoa, F. (1992): *De Kant a Hölderlin.* Visor, 1992.
9. Compte-Sponville, A, Ferry, L. (1998): *La sabiduría de los modernos (diez preguntas para nuestro tiempo).* Península, Barcelona, 1999 (1ª edic. española).