

## LAS EMOCIONES DEL HOMBRE

**Dr. Enrique Torres Acevedo.**

Congreso SOPPAC 23-24 mayo 2008,  
León, Gto. México.

No hace mucho tiempo, la Psiquiatría postulaba que todos los padecimientos psicológicos tenían origen en lo orgánico. Por otro lado, el Psicoanálisis sostenía que la Psicopatología de Neurosis, Psicosis, Depresiones y de Carácter, se originaba sólo por factores psicológicos como traumas y conflictos psíquicos, regresiones o mal desarrollo psicosexual, etc. Todo esto creó un antagonismo conceptual absurdo que impidió que ambas disciplinas progresaran enriqueciéndose mutuamente.

En toda nuestra vida, en nuestra identidad y en todo lo psíquico, **somos** desde nuestro cuerpo. El saber todo lo posible de él nos explica una buena parte de nuestro modo de actuar y de ser. Esto, para nada desvirtúa muchas de las proposiciones fundamentales psicoanalíticas sobre nuestro estado mental, sobre el desarrollo psíquico o la vigencia del inconsciente dinámico.

Los afectos pueden estudiarse desde ambas disciplinas en cuanto a su origen, su intensidad, su afinidad cualitativa, su interrelación entre ellos y sobre los papeles que juegan en la vida humana.

En este escrito intento considerar a los afectos tanto desde la concepción psicoanalítica como la biológica de las neurociencias. En estos contextos, subrayo que no hay evento psíquico, normal o patológico que no se sustente en procesos bioquímicos y fisiológicos del organismo.

Las emociones son pautas heredadas de reacción a estímulos internos o externos. Estas reacciones tanto psíquicas como orgánicas surgen de estímulos internos psíquicos u orgánicos, o bien de estímulos externos variables.

Así, podemos observar que aparecen distintas emociones ante sucesos externos, v. gr. miedo ante un peligro; ira si nos hieren o si vemos un gran abuso; la alegría de ver un ser querido; la simpatía hacia alguien; la nostalgia al escuchar

una canción, etc. Podemos concluir que los estímulos externos pueden producirnos toda la gama de las emociones.

Claro que de los estímulos internos también pueden brotar todas las emociones; así pasa con los distintos recuerdos, con los pensamientos, con las emociones que atraen a otras, v. gr. vergüenza de haber sentido miedo, o de habernos enojado; culpa de tener rencores, etc. Y en todo están siempre presentes internamente los estímulos bioquímicos; las hormonas producen cambios emocionales con sus pensamientos y conductas correspondientes y los cambios fisiológicos, circulatorios, sexuales, etc.

Se sabe que en las vivencias de placer participan siempre las endorfinas y la dopamina; en la excitación y deseo sexual las hormonas sexuales y suprarrenales; en el coraje o la ira la adrenalina; los cambios de concentración de serotonina y la noradrenalina en las sinapsis se traducen en tristeza, apatía y depresión.

Ya es bien sabido que los sucesos psíquicos además de provocar varios otros procesos psíquicos también causan cambios fisiológicos o histológicos, que a su vez provocan más sucesos psíquicos. En esta larga cadena se intercalan correlativamente suceso-estímulos tanto orgánicos como psíquicos. Aunque los afectos son pautas de reacción programadas genéticamente, requieren ser desencadenados por factores internos y externos.

Desde la perspectiva psicoanalítica, Freud vio los afectos como derivados todos de Eros (sexual) y Thanatos (instinto de muerte). Freud postuló que todo lo concerniente a lo sexual era placentero y observó que los afectos derivados de Thanatos estaban “más allá del placer”, es decir, que no producían placer.

En el placer sexual la descarga puede comenzar mientras todavía crece la tensión.

Los afectos no placenteros y que incluso son desagradables, relacionados con Thanatos-odio, serían: la rabia, el coraje, la ira, el rencor, el resentimiento, el desprecio, la envidia, los celos, la desconfianza, el desinterés, desgano, apatía, repugnancia, asco, vergüenza, aburrimiento, miedo, preocupación, horror, pánico, inquietud, angustia, desesperación, tristeza, remordimiento, culpa.

Por el lado del amor, los sentimientos gratos son: el respeto, cariño, ternura, estimación, veneración, simpatía, confianza, interés, orgullo, entusiasmo, excitación sexual, alegría, euforia, tranquilidad, serenidad, nostalgia, júbilo.

Freud y psicoanalistas posteriores a él, proponen que las pulsiones se encauzan, se muestran y desdoblan en el afecto y la ideación; así que el que tiene hambre en tortillas piensa y el excitado piensa en su objeto sexual y acción correspondiente.

Cuando surge un afecto se da una percepción y registro de que algo que hemos ido reconociendo, ocurre dentro de nosotros mismos y que simultáneamente inicia la ideación, por la conexión y descarga cerebro-cortical y se produce también una respuesta automática secretorio-motora, que prepara las acciones específicas que finalicen una descarga que sea buena, sana o adecuada para la vida, v. gr. si algo nos da miedo o coraje, aumenta la concentración de adrenalina en sangre, que hace que aumente la glucemia, la velocidad respiratoria y de latidos cardíacos, acelerando la circulación; hay vasodilatación interna y aumenta el tono muscular; obviamente todo esto es la preparación óptima para huir o defendernos según concluya nuestro juicio de realidad.

Hay que recordar que no todos los afectos tienen como origen motivaciones impulsivas, pues nos encontramos afectos que se originan tanto en el ego, como en el superego o en su interacción estructural; podemos mencionar la culpa, la vergüenza, la simpatía o antipatía. También hemos descrito afectos que brotan ante eventos externos. Todos los afectos son respuesta-señal con elementos cognitivos ligados a la simbolización. También juegan un papel organizador en la orientación del sujeto hacia el objeto, ya que son inseparables de las relaciones de objeto. Winnicott dice que la experiencia afectiva da un sentimiento firme de existencia o sea que “me emociono, luego existo”.

Nacemos con disposiciones afectivas innatas para vivenciar el placer y displacer que movilizan simultáneamente patrones innatos de comportamiento (llanto-apego), los cuales provocan reacciones ambientales maternas y luego

recíprocas y que van formando estructuras yoicas, del self, y superyoicas y van aportando conocimientos sobre el objeto y el self.

En esa edad todo eso ocurre en torno a las necesidades de apego y las gratificaciones o frustraciones orales que hacen surgir la experiencia emocional placentera o displacentera.

Según Kernberg, en el primer caso **observamos** en el bebé quietud, tranquilidad, bienestar que deriva a confianza básica, siendo esta experiencia el núcleo formador del self-objeto “todo bueno”. En el caso de la frustración, el bebé **se ve** inquieto, lloroso, sufriente, enojado y quizá angustiado y de ahí se funda el self-objeto “todo malo”. Sus respuestas motrices en estos casos son incoordinadas, sin dirección ni sentido o meta intencional programada, siendo nada más una respuesta autoplástica de restablecimiento parcial de descarga afectiva-motriz.

En el origen, los afectos utilizan los umbrales y vías innatas de descarga, que aunque incompletas funcionan como válvulas de seguridad ante la ausencia del objeto gratificante. La descarga completa sólo se realizará por mediación del proceso secundario que toma en cuenta la realidad. Se va desarrollando la capacidad cognitiva y previsor del yo, que es también capaz de demorar la respuesta y así domar los afectos, y la angustia automática cambia a “angustia-señal”. Estas primitivas emociones son entonces la única brújula adaptativa. Quizás la angustia inicial surja concomitantemente con el displacer. Todas las situaciones infantiles de frustración pueden ser como mini traumas de donde surgiría la angustia primaria ante el embate instintivo que inunda al aparato psíquico tensionándole.

En las primeras experiencias, parte de la carga catéctica queda en la huella mnémica de esa vivencia y si está ausente el objeto surge la alucinación que es la representación del instinto buscando descarga. En ese momento el impulso tiene las derivaciones que tendrá siempre; el afecto y la ideación o proceso primario. Por esa época se intercambian entre el niño y su madre mensajes expresivos de afectos que Spitz describe como el diálogo afectivo. Esa comunicación es más vieja tanto en la ontogenia como en la filogenia, que el lenguaje de las palabras.

La expresión mímica de los afectos juegan un gran papel toda la vida en el proceso interpersonal de comunicación y participa en los procesos adaptativos, dando signos visibles como mensajes para los demás y para nosotros mismos.

En forma paulatina, las respuestas automáticas, inmediatas e incoordinadas van demorándose, lo que implica que los afectos van domándose y va surgiendo una conducta intencional y dirigida que da salida a las energías libidinal o la agresiva con patrones de acción preferidos porque alcancen éxito y así mejora la motricidad, el lenguaje y más funciones yoicas.

Observamos cómo los afectos impulsan y son impulsados por las percepciones, la cognición, el proceso secundario, defensas, etc., que originan respuestas que toman en cuenta la realidad externa e interna.

Los afectos cobran significado orientador y director de conductas mediante la percepción propioceptiva, sea tanto de la experiencia gratificante que se registra y pone en acción los centros hipotalámicos y estructuras límbicas donde se graba el placer de las reacciones motrices de succión, de tacto, objeto y gratificación, o el dolor visceral del hambre, la insatisfacción y el llanto.

André Green dice que ningún discurso sobre el afecto se sostiene, si no se toman en cuenta los afectos de la madre en relación con su bebé. Winnicott habla de una preocupación maternal primaria y buena empatía; Kohut enfatiza también la empatía de los padres. Spitz dice cómo la madre participa en todos sus sentimientos en el diálogo afectivo con su bebé; describe también cómo le afecta al bebé el estado emocional de la madre ya sea de angustia, depresión o una fuerte ambivalencia. Después el padre como partero psicológico en la individuación-separación del niño impide que éste caiga en desorientación y vacío al separarse de mamá. Sus diálogos afectivos se enriquecen y diversifican con papá, los hermanos, otros familiares y amigos, etc.

Klein considera que el bebé experimenta muy tempranamente más emociones que las que otros analistas aceptan, en base a lo que directamente ellos y las madres mismas **pueden observar**. Ella propone que el bebé siente hacia la madre amor y odio, envidia y celos encauzados hacia los padres a través de deseos muy elaborados en las fantasías. Dice que dentro del bebé se desata

un terrible conflicto por la lucha en su interior de Eros y Thanatos y que eso provoca en él una angustia persecutoria y depresiva, así como culpa.

Winnicott también propone que el bebé durante el primer año siente desilusión de sí mismo cuando se da cuenta que no es el creador del pecho, y que poco después experimenta culpa y preocupación por el objeto.

Unos autores sostienen que Eros y Thanatos no están fusionados al inicio de la vida y que la paulatina fusión hace que Eros neutralice el instinto de muerte. Otros psicoanalistas, Fenichel entre ellos, opinan que al principio ambas pulsiones están entrelazadas en fusión y que sólo con el desarrollo se van diferenciando los afectos de odio y amor que por ende no serían innatos, sino formados en las relaciones de objeto.

Freud sólo ve los afectos como descargas energéticas pulsionales, y otros psicoanalistas los ven como tensiones o cargas. Opino que de hecho son ambas cosas según sean en los distintos momentos en que transcurren.

Se considera que el placer está ligado a las satisfacciones instintivas, pero sólo en los actos derivados de Thanatos no observamos placer; lo que observamos es que el odio o la ira promueven una conducta perentoria específica de algún tipo de ataque y enseguida una relajación como de alivio o descanso.

La teoría psicoanalítica de los afectos ha tomado como su prototipo a la angustia y propone que quizá todos serían de características similares a ella. Opino que falta validar y demostrar que coinciden en todo. Yo expreso mi discrepancia basado en la gran diversidad de los afectos en cuanto a intensidad, agudeza, duración, origen, funcionalidad o cualidad de gusto o agrado. Hay por ejemplo, afectos que aparecen tarde en la vida con las participaciones yoicas de lenguaje, simbolización, discernimiento, como la simpatía, antipatía, respeto, culpa, etc.

Las emociones que experimenta el niño, sólo adquieren sentido para él cuando puede nombrarlas, identificándolas y distinguiéndolas entre sí. Si no hay quien le enseñe a reconocer los afectos, no sabe qué le pasa y se ve impedido de expresarlas y nombrarlas, por lo que crece con alexitimia y tiende a expresarse corporalmente en trastornos psicósomáticos.

Para Freud la angustia surge esencial y universalmente de una tensión no dominada, en que el organismo se inunda de excitación y esa tensión produce descargas vegetativas involuntarias de emergencia. Es una explicación tóxico-traumática de la angustia.

El yo va aprendiendo a usar esas expresiones, produciendo un estado similar al del trauma, pero de menor intensidad. Esta angustia amansada es “la angustia-señal” que inicia una actitud defensiva; si falla en esto, surge la angustia traumática, el pánico o la angustia neurótica.

Los mecanismos de defensa se utilizan contra los afectos representantes de pulsiones, tratando de evitar la angustia, el dolor y el sentimiento de culpa.

Anna Freud clasifica la angustia en tres clases: la angustia instintiva, la angustia objetiva y la superyoica. La más primitiva sería la angustia instintiva que surgiría con la frustración en ausencia de los correspondientes satisfactores. A ella seguiría la angustia objetiva cuando el sujeto ya puede prever peligros externos presentes o futuros. La angustia superyoica para Anna Freud, sería la última en aparecer, con la instalación y estructuración del superyó. Fenichel dice que la angustia superyoica se convierte en sentimiento de culpa que provoca una merma de autoestima, de seguridad y de bienestar con la pérdida de amor del superego y de los padres, incluso con una sensación de aniquilamiento. La admonición de la conciencia “no hagas esto porque . . .”, puede equipararse a la fase de angustia-señal. La expresión “remordimientos de conciencia” plasma descriptivamente la relación oral con la culpa. Entonces se busca el perdón del superyó para recobrar los suministros narcisistas.

Todos los mecanismos de defensa modifican y generan emociones e influyen en su manejo. Estas pueden, por ejemplo, presentarse como estratificadas en que el miedo puede ser defensa contra el coraje y la culpa, o bien, el coraje defensa contra el miedo y la culpa.

En las formaciones reactivas un afecto de signo contrario, tapa el afecto original, v. gr. la repugnancia que oculta la atracción; el coraje que oculta el cariño, o el cariño que tapa la agresión con manifestaciones de excesiva amabilidad y cortesía. Con la identificación experimentamos los mismos sentimientos que el

objeto con quien nos identificamos. En la proyección creemos que otra persona nos tiene un afecto que en realidad reside en nosotros. La regresión nos hace reaccionar y emocionarnos como cuando éramos pequeños. La represión borra e impide que algunos afectos se concienticen. La racionalización nos fundamenta y justifica cualquier emoción y los actos correspondientes hacia otros. El desplazamiento cambia la dirección de la descarga de la emoción (o el impulso) hacia otro objeto que no es el que la originó; es aquello de “Pedro la hace y Juan la paga”. La sublimación que desexualiza o desagresiviza, origina v. gr. una emoción de ternura al acariciar un bebito sin que haya excitación sexual, cuyo fin queda inhibido.

Por otra parte, recordemos cómo en los tratamientos psicoanalíticos se reeditan, sin que haya justificaciones realistas, las emociones que surgieron con sus imagos en lo que denominamos transferencia, y surgen en el analista contratransferencias emocionales.

Discurrir sobre el amor y el odio es tarea inacabable. Sobre eso, hay muchísima tinta en las artes literarias y en los escritos filosóficos, religiosos, psicológicos y psicoanalíticos. Sólo apuntaré algo desde la perspectiva psicoanalítica en cuanto a su constitución, orígenes y características.

La teoría psicoanalítica relaciona el amor y el odio con los instintos de Eros y Thanatos, o sea sexuales y de muerte. En lo que concierne al amor se ha escrito muchísimo más sobre el amor de pareja, que sobre otras variedades como surgen en la familia: si los padres aman a sus hijos y éstos a los padres y hermanos, e incluso se ama al amigo en una verdadera amistad.

El psicoanálisis propone que todas las relaciones y acciones de acercamiento, de protección, cuidado, conservación y constructivas son amorosas, en las que siempre interviene y prevalece la libido, ya sea en una forma sublimada o no.

En la pareja, el deseo erótico es parte fundamental del amor, que tiende a su descarga específica aunque también una parte se canaliza en ternura.

El amor sexual maduro integra la excitación y el deseo erótico por el otro, la ternura, la identificación con la pareja en profunda empatía con el género del otro,



en una idealización madura de todo lo que el otro es, y con un pleno y total compromiso en donde la agresión esté neutralizada o sublimada en el acto sexual.

El amor maduro sea familiar, de amistad o de pareja sólo se produce si se gesta en un buen desarrollo psíquico con relaciones formativas en la infancia y adolescencia que sean empáticas, de cuidado, razonablemente gratificantes, en las que prevalezca el amor, que llene la vida de los hijos, para que así también puedan ellos darlo, ya que nadie puede dar lo que no tiene.

Por el lado del odio, el psicoanálisis sostiene que en todas las conductas desconsideradas, de enojo, agresión, de daño y destructividad hay un odio que se deriva del supuesto instinto de muerte o Thanatos.

Aquí podemos reflexionar de si sentimos mucho enojo con un familiar o ser querido, entonces, ¿es que verdaderamente lo odiamos?

Para mí que los enojos y corajes no son propiamente odios, aunque esas emociones se alineen o relacionen con el instinto de Thanatos. Conviene recalcar que si en las relaciones humanas predomina el amor, se neutralizan aquellas emociones. Además queda siempre para reflexionar en las dos posibilidades sobre el origen del amor y del odio que diversos psicoanalistas plantean: ¿En verdad nacemos en nuestro interior con un amor y odio ya constituidos biológicamente en nuestro ser y ejercidos como tales desde el inicio, o tenemos genéticamente sólo las potencialidades para que surjan en nosotros, según las experiencias gratas o ingratas, de amores y rechazos y frustraciones que vivimos en nuestra crianza, y entonces tanto el amor como el odio se van conformando durante el desarrollo que los hace brotar, estructurarse y ejercerse verdaderamente como tales?

De todas maneras aún hay mucho que investigar y explicar sobre los motivos diversos del odio, corajes, resentimientos, etc.

Creo que a los seres humanos, a los filósofos y poetas les atrae más el tema del amor. Los poetas sostienen que los enamorados sienten y se expresan del ser amado como “alma de mi alma”. La teoría psicoanalítica concuerda y expresa eso mismo de otro modo, al aseverar que el objeto amado se reinstala en

la psiquis, introyectado en el Ideal del Yo del sujeto que ama, esto después que se le había proyectado ese ideal a su pareja.

Y es que en la realidad podemos observar y considerar que en todas las relaciones humanas cariñosas, además de las cargas libidinales, sublimadas o no, con su fin de descarga, inhibido o no, también participa una aportación Narcisista, ya que aunque el sujeto se dé o no cuenta, también está amando una parte de sí mismo. Que así sucede, lo podemos ver obviamente en el amor a los hijos, y de éstos a los padres, si bien, como ya está dicho, que interviene en todas las relaciones.

Finalmente, es interesante cuando menos mencionar, cuáles pueden ser las emociones específicamente humanas.

Lo que observamos en los animales superiores nos hace suponer que experimentan algunas emociones semejantes a las humanas, que parecen dirigir o tender a determinados comportamientos o que son concomitantes con ellos. Pero no podemos estar plenamente seguros qué emociones tengan. No obstante, si tomamos en cuenta la participación de la cognición, la memoria, la inteligencia, simbolización y demás funciones psicológicas exclusivas del hombre, podemos atrevernos a considerar como específicamente humanas las siguientes emociones: la angustia, el amor y el odio, el rencor, la envidia, los celos (?), la gratitud, la ternura, la nostalgia, el aburrimiento, la simpatía y la antipatía, el desprecio, la vergüenza, la culpa y remordimiento, la desconfianza y la confianza, la repugnancia y el orgullo.

Dr. Enrique Torres Acevedo.

Guadalajara, Jal. Mayo de 2008.