

# La soledad, un problema de nuestro tiempo

Laura Achard Arrosa y Jorge Galeano Massera

Desde hace ya varios años nos ha llamado la atención la escasa bibliografía psicoanalítica sobre la soledad ya que, en principio, todas las personas que acuden al psicoanálisis se sienten en alguna medida solas, tienen necesidad de ser escuchados y no se comprenden a sí mismas. Incluso en aquellos contados casos en que el paciente viene para conocer mejor su vida intrapsíquica y desarrollar procesos creativos se debería tematizar la soledad. Sin importar la maduración y la sofisticación alcanzadas, resulta obvio un cierto nivel de desencuentro consigo mismo y con los demás.

El presente trabajo busca realizar una revisión teórica crítica, de diseñar algunas hipótesis, de tratar de contrastarlas, de revisar algunos cuadros clínicos, de rescatar e integrar algunas consideraciones anteriores sobre la pareja y de tejer algunas reflexiones iniciales sobre su impacto en la vida cotidiana actual.

## LA REFLEXIÓN PSICOANÁUTICA

Tres textos, que consideramos fundamentales en el tema, fueron el estímulo que nos impulsó a escribir este material de trabajo: M. Klein, *El sentimiento de soledad*; D. W. Winnicott, *La capacidad de estar solo*; y W. Baranger, *Tentativa de aproximación al psicoanálisis de las ideas filosóficas*.

Para enriquecer la lectura de los textos mencionados y entender mejor el fenómeno, consideramos que es importante establecer una diferenciación categorial entre soledad objetiva y sentimientos de soledad (y los con ellos relacionados: sentimientos de rechazo, desolación, abandono, etcétera); entre sentimientos de soledad placenteros y displacenteros; entre soledad inconsciente, latente y consciente.

La soledad objetiva no tiene por qué estar acompañada de sentimientos de soledad, mucho menos de sentimientos de soledad displacenteros o angustiantes. Puede responder a la

necesidad de tiempos y espacios de recogimiento que reviertan en provecho de los más diversos procesos de maduración como pueden ser la armonización de las relaciones entre instancias psíquicas y entre éstas y sus objetos, la reflexión y la toma de decisiones, etcétera.

Incluso la soledad objetiva prolongada, acompañada de sentimientos de soledad, no tiene por qué ser angustiante. En otras culturas, más que en la nuestra, estos sentimientos pueden ser buscados como la puerta de la sabiduría y la integración. El trasfondo de este gozo de los sentimientos de soledad puede ser místico o no, depende tan sólo de la madurez y de la armonía personal. Y con esto no planteamos la ausencia de conflictos.

Los sentimientos de soledad displacenteros, a su vez, no tienen por qué ser necesariamente paralizantes. Al contrario, estamos firmemente convencidos de que detrás de cada acto, de cada obra, grande o chica, cotidiana o extraordinaria, hay una soledad inquietante en búsqueda de compañía. Con esto no queremos decir, como veremos más adelante, que los sentimientos de soledad displacenteros sean condición suficiente para explicar todo acto u obra.

La soledad puede tener diversos niveles de presencia y puede ser percibida de diferente manera. La soledad inconsciente, en el sentido tópico del adjetivo (Laplanche y Pontalis, 1967), está ligada a los impulsos de Eros y de Tanatos, a la soledad en la lucha por la vida y por la muerte; vida y muerte que están en el todo pero que se manifiestan en la soledad, en lo puntual, en el aquí y ahora. En esta categoría de soledad inconsciente ubicaríamos también la soledad que, para M. Klein (1968), depende de que "nunca se logra una integración total, tampoco es posible comprender y aceptar plenamente las propias emociones, fantasías y ansiedades". Creemos que en el desencuentro de las experiencias cotidianas del convivir -en el desencuentro con el amigo de toda la vida, con la pareja, con los hijos, consigo mismo- se puede atisbar esta soledad ontológica a la que hacen referencia los más diversos filósofos y literatos desde distintos enfoques.

La soledad latente o preconsciente es la que ha recibido menos atención y la que condiciona más frecuentemente nuestra conducta. No es un constituyente genérico de los sustratos de la existencia ni tiene la excepcionalidad de lo consciente. Nuestra conducta cotidiana está básicamente determinada por lo latente o lo preconsciente, por lo que sabemos y sentimos sin que esté necesariamente tematizado.

Los sentimientos de soledad están íntimamente ligados a esta soledad latente y a la soledad consciente pero, repetimos una vez más, puede haber una soledad objetiva no acompañada de sentimientos de soledad.

## **LA TEORIZACIÓN FUNDAMENTAL**

Melanie Klein es la primera psicoanalista que se preocupa ampliamente por el fenómeno. Ella afirma que la soledad desorganizadora proviene de las ansiedades paranoides y depresivas derivadas de las ansiedades psicóticas del bebé. Para ella, una ansiedad persecutoria relativamente intensa perturba la relación con el objeto bueno y provoca la proyección de

sentimientos y suspicacias paranoides en los demás. La confusión provocada por la fragmentación, la ansiedad paranoide y la identificación proyectiva llevan al individuo a confundirse con los demás, a los que busca y teme.

Nosotros hemos encontrado que estos sentimientos de soledad de la posición esquizo-paranoide, se caracterizan por una latencia con destellos fugaces y esporádicos a nivel consciente. El Yo centra su actividad en controlar los elementos persecutorios internos y externos sin tener tiempo y disposición para hacer plenamente consciente esa soledad profunda.

J. Green expone lo desgarrador de estos sentimientos angustiantes en sabias palabras: "La soledad me pesa. Al igual que el silencio no es la ausencia de ruido, sino otro ruido más sutil, la soledad no es la ausencia de toda compañía humana, sino la sustitución de esa compañía por otra presencia que detesto'.

En la posición depresiva, los sentimientos displacenteros de soledad están relacionados con la angustia provocada por los sentimientos de culpa. El Yo está más integrado, los sentimientos son más egosintónicos. dolientes de las pérdidas, con sufrimiento por los daños infligidos, con matices o actitudes reparatorias francas. O tan masivos y desgarradores que remiten al individuo a la posición esquizo-paranoide.

Para M. Klein (*ídem*), "algunas de las partes escindidas han sido proyectadas en otras personas, lo cual contribuye a crear la sensación de que no se está en posesión total del propio *self*. que no se pertenece a sí mismo, ni, por ende, tampoco a nadie más". Esto, que está relacionado en su sentido más profundo con la soledad ontológica, es algo que hemos podido constatar con claridad prístina en nuestro trabajo con inmigrantes (Achard y Galeano. 1983). Y no sólo referido a personas sino también a cosas, lugares, situaciones, etcétera. Esta dimensión ontológica de la circunstancia está sin duda determinada, en este caso, por la pérdida de casi todos los objetos externos y del marco de referencia en el cual se dan.

En ese trabajo con inmigrantes nos hemos encontrado una y otra vez con un sentimiento depresivo de soledad muy doloroso y bloqueador: la nostalgia. De una manera general, hemos constatado que los sentimientos de soledad en la posición depresiva se distinguen por un mayor nivel y una mayor estabilidad de conciencia.

Para M. Klein, aceptar la integración de los impulsos destructivos y amorosos -y de los aspectos buenos y malos del objeto- despierta el temor a que los sentimientos destructivos puedan amenazar el objeto bueno. En este enfrentamiento con sus partes malas, el Yo se puede sentir muy solo. Asimismo, el sentimiento de soledad no llega a experimentarse de manera consciente cuando las defensas son muy poderosas y logran ensamblarse perfectamente.

M. Klein plantea que "una relación satisfactoria con el primer objeto y la exitosa internalización de éste, significa que se puede dar y recibir amor". El bebé podrá gozar no sólo del alimento materno sino de la presencia y del afecto de la madre.

Si bien es verdad que el goce puede llevar a la resignación y a la tolerancia, nosotros queremos subrayar otra línea posible de evolución: también puede llevar a la gratitud, a la generosidad y al acto creativo mediante el cual uno expone y ofrece a los otros parte de sí mismo y de sus objetos internos. El goce puede llevar a reparar el objeto dañado proyectándolo recreativamente también en el sentido de *para goce de los demás*. No obstante, creemos que esta autonomía puede agudizar los sentimientos de soledad en el caso de los duelos postparto o de los duelos del artista por la obra terminada.

Es cierto que con la integración se pierde parte de la idealización del objeto y de sí mismo, se deja de creer en la perfección del objeto ideal y en el Yo ideal, y esta desidealización puede despertar sentimientos de soledad. Sin embargo, el duelo desestructurante no es el único camino. Nosotros opinamos que en los procesos creativos el objeto bueno interno y el Yo desidealizados son proyectados, reconstruidos en el exterior y reintroyectados, con lo cual, parte de la idealización perdida se recupera.

En el acto creativo existe no sólo un posible pretexto de valorización por parte de los demás y su respectiva gratificación sino también el ofrecimiento de un vínculo de convivencia con las personas y las cosas del mundo, una ruptura de la soledad. En la afirmación del acto o de la obra, el hombre también se abre a los demás y se identifica con ellos. Un acto de creación es una ruptura unificadora, una fractura totalizadora.

## **EL APORTE DE WINNICOTT**

Para D. W. Winnicott (1958), la capacidad de estar solo es uno de los rasgos de madurez más importantes y sofisticados; depende tanto de un objeto bueno en la realidad psíquica del sujeto como de la creencia en un medio ambiente benigno y de una relación armónica entre los objetos internos.

La etapa inicial del desarrollo de la capacidad de estar solo es narcisista. La siguiente corresponde a un vínculo entre dos personas y hace referencia a la posición depresiva. La estructura relacional depende principalmente de la solución exitosa del vínculo materno. En el transcurso del tiempo, el individuo reintroyecta a la madre sostén del Yo y llega a ser capaz de estar solo sin una referencia directa y frecuente de la madre o de símbolos maternos.

Para poder descubrir su impulso personal, el niño necesita de la experiencia de estar solo en presencia de otro, en la presencia de alguien disponible que apoya y no pide nada. En este

sentido, la relación analítica es similar y la importancia de ese silencio se puede confirmar por el *insight* logrado después de un silencio productivo.

En la relación edípica hay que madurar una relación entre tres personas y la capacidad de estar solo implica el poder desprenderse del núcleo parental. El medio ambiente y los objetos parentales introyectados pasan a formar parte de la personalidad, los objetos internos se pueden proyectar sin temor ni culpa, los objetos externos se pueden introyectar sin negar ni disociar.

En teoría, también cuando se está realmente solo, para bien o para mal, siempre hay alguien presente. Se puede estar solo sin angustia porque hay un objeto bueno interno, no se puede estar solo ni siquiera en presencia de los demás porque hay un objeto interno persecutorio. Es conveniente insistir aquí en la diferencia entre soledad objetiva y sentimientos de soledad; entre sentimientos placenteros, que permiten rescatar el impulso propio, y displacenteros, angustiantes -depresivos o persecutorios-cargados de culpa o temores. Nosotros creemos que Winnicott, en este artículo por lo menos, comete una omisión al relacionar los sentimientos de soledad tan sólo con los persecutorios. La angustia, de cualquier tipo, es lo que puede transformar en doloroso una situación de soledad objetiva o de sentimientos de soledad en medio de una reunión en la que los demás no son otros que me dicen sino ajenos que me hablan.

Lo que hace displacentero un sentimiento de soledad es toda una historia personal de culpas y temores, de angustias depresivas y esquizo-paranoides; son las experiencias previas, la estructura de la personalidad, la cantidad, la calidad y la frecuencia de la angustia.

Por otra parte, opinamos que los sentimientos de soledad también dependen, de manera muy acentuada, de las etapas psicogenéticas, de factores culturales, sociales, políticos y económicos, de la historia y de la situación existencial del individuo. Existe la soledad del aislamiento infantil, el síndrome del niño abandonado, la soledad del adolescente debida a su desadaptación y búsqueda del espacio y del tiempo de maduración necesarios, la soledad con brotes psicóticos del preso con los ojos vendados o en la solitaria, la soledad del desamparado político y social, la soledad de la persona mayor que se aterra al pasado o se adhiere compulsivamente a los jóvenes, la soledad que en nuestra cultura y organización social, pasados los treinta, es cada vez más apremiante debido a las metas de éxito y calificación que se imponen.

La soledad consciente e incluso a veces acariciada y cultivada es característica de la posición depresiva. Estos sentimientos de soledad están provocados por procesos de duelo por la pérdida de objeto debido a la separación o la muerte. Buscar al analista es buscar a una persona que acompañe y ayude a encontrar esa pérdida.

También debemos tener en cuenta que tal vez sea en la sesión analítica donde el paciente ha

podido estar solo, en el sentido de Winnicott, por primera vez. Cuando la soledad invade el Yo es desorganizadora, pero tiempos y espacios de soledad son indispensables para la maduración y la reparación.

## **EL RESCATE DE LA AGRESIÓN Y LA DESTRUCCIÓN**

Para Willy Baranger (1954), una obra tiene un valor de expresión que permite exteriorizar los conflictos y las fantasías inconscientes por medio de la manipulación simbólica activa. Hay una cierta conciencia, en esta manipulación, de los problemas internos y de las dificultades de adaptación a la realidad. La acción simbólica permite, en cierta medida, dominar los conflictos. Nuestro autor señala la presencia, en los filósofos, de algunos mecanismos que posibilitan la creación: "mecanismos obsesivos (aislamiento, intelectualización, erotización del pensamiento), encubriendo mecanismos paranoides (proyección del perseguidor, sistematización, racionalización) e hipomaníacos (negación y conquista de la omnipotencia mágica)".

Consideramos una contribución seminal este rescate de los aspectos maníaco-depresivos de la posición depresiva. Es importante tomar en cuenta que las mismas pautas y mecanismos de defensa que pueden determinar un brote psicótico pueden culminar en un acto de creación trascendente incluso para la humanidad. Si M. Klein subraya el papel destructivo de un Superyó arcaico, W. Baranger rescata el Superyó poderoso y cruel de los filósofos.

Creemos que esta situación no es privativa de los filósofos sino de una gran parte de los creadores plásticos, literarios, científicos, etcétera. Tal vez no sea demasiado aventurado afirmar que por detrás de la mayoría de las grandes obras de la humanidad existe un trasfondo similar. Es inmenso el número de biografías que pueden respaldar esta afirmación. Y si hay un acto de creación que puede ser dulcemente depresivo, la mayoría de las obras que marcan hitos en la historia de la humanidad están hechas con las vísceras del aparato psíquico.

Nos sorprendió mucho que W. Baranger, en su artículo, dejara de tematizar los elementos maduros y el uso de la reparación. Consideramos ambos indispensables para el acto creativo. Para Madeleine Baranger (1960), su esposa, uno de los grandes aportes de M. Klein es justamente el de resaltar la importancia de la reparación en los procesos de sublimación: "no se trata de un mero cambio de destino de un impulso, sino de una situación compleja ya presente en todos los logros de la infancia (pararse, caminar, hablar, etcétera.) y que culmina en los logros más complejos del adulto que tiende a expresar su amor al objeto dándole gratificación, preservándole de las pulsiones destructivas del sujeto, y reparando y compensando los daños sufridos por parte de él".

La reparación es la actividad yoica dirigida a restaurar un objeto amado y dañado. Sólo puede emerger en la posición depresiva como reacción a las ansiedades provocadas por los



sentimientos de culpa. Sin embargo, la reparación como ingrediente puede ser usada como parte de las defensas maníacas, en cuyo caso adquiere las características de negación, control y desprecio con calidad muy destructiva (Hanna Segal, 1981).

El duelo que puede desencadenar el dar a luz una obra artística, un artículo o un hijo, no depende sólo del fin de un proceso que en un cierto sentido es la muerte y recuerda todas las pérdidas acumuladas a lo largo y a lo ancho de la vida y nos remite a la soledad. El elemento depresivo está en el proceso mismo de la creación, la destrucción tiene que estar necesariamente acompañada por sentimientos reparatorios.

En todo acto de creación existe la destrucción de una realidad que no se acepta y su sustitución por la concreción de una fantasía sustitutiva y reparatoria a la vez. En toda obra hay una desvalorización y una revalorización del mundo interno y del mundo externo. En un mismo acto se mata y se da a luz. Eros y Tanatos. La metáfora filosófica, científica o artística permite recuperar de manera simbólica el objeto interno o externo destruido o dañado, y las partes del Yo involucradas. Una novela, romántica o realista, tanto como un cuadro, impresionista o expresionista, permiten el rescate simbólico del objeto. El tipo de lenguaje utilizado es, en este sentido, totalmente irrelevante. Los actos creativos están ahí como objetos compartidos o para ser objetos compartidos. O sea. para romper la soledad, para entenderme mejor y para que me entiendan mejor, para rescatarme en la confraternidad y el convivio. Insistimos una vez más: el acto creativo es la conquista del habla por el niño y la obra sublime del poeta, los primeros garabatos y las armas del apocalipsis, las pinturas de algunos y las fantasías y los sueños de todos.

En todo acto creativo hay una percepción escindida de la realidad que permite proyectar fantasías, componente esquizoide; hay una destrucción de la realidad que permite abrir un espacio, elemento paranoide; hay una reparación, elemento depresivo.

Desde otra vertiente, para L. Grinberg y colaboradores (1971), la desorganización yoica y la participación de elementos del proceso primario en el proceso creativo han permitido relacionarlo con la psicosis. Pero los autores establecen una serie de diferencias radicales que posibilitan culminar en formas organizacionales diferentes y no en el desmoronamiento del Yo.

Tal vez fuera posible llegar a afirmar que, si existen partes del Yo que lograron un mínimo de integración, puede haber un acto creativo incluso en la reparación maníaca, en la destrucción vandálica que busca la afirmación de un Yo muy deteriorado. En el imperio de Tanatos tal vez sea posible detectar muchas veces el grito desesperado de Eros. En la piedra que se va a estrellar contra una vidriera puede haber una soledad y un desgarramiento tan brutales que busquen por lo menos el encuentro del impacto. En el pandillero que se droga puede haber la búsqueda de un espacio y de un tiempo de soledad que le permitan ya no la organización y la madurez de su Yo sino por lo menos la fuga ante la agresión de un medio marginado y de un mundo interno sofocante.

La soledad y el silencio son indispensables para la vida y, por lo tanto, para la creatividad. Aprendamos a respetarlos.

Como lo hemos planteado, los sentimientos de soledad, dependen de las etapas psicogenéticas y, en lo fundamental, de toda una historia personal de culpas y temores, de angustias depresivas y esquizo-paranoide, pero también de factores culturales, sociales, políticos y económicos.

## **ALGUNOS MATERIALES Y REFLEXIONES CLÍNICAS**

En el caso concreto del esquizofrénico, la fragmentación impide internalizar el objeto bueno primario, no se puede confiar en el objeto bueno interno ni externo y ni siquiera en sí mismo. Esto intensifica la vivencia de haberse quedado solo en el infortunio. La sensación de verse rodeado de un mundo hostil, aspecto paranoide de la esquizofrenia, incrementa las ansiedades y reafirma la soledad.

Nosotros consideramos que tanto la profunda soledad interna del esquizofrénico como la externa, también muy real la mayoría de las veces, puede no estar acompañada de sentimientos de soledad. El mundo interno del esquizofrénico es muy rico y dinámico, a pesar de destructivo y terrorífico. En la esquizofrenia, como en la posición esquizo-paranoide, hay latencia con atisbos momentáneos de esa soledad profunda que la mayor parte del tiempo permanece inconsciente (en el sentido descriptivo del término). La soledad subyacente puede estar acaso mitigada por la presencia de objetos persecutorios delirantes o por objetos buenos acompañantes que protegen al enfermo.

El miedo a la muerte desempeña un papel muy importante en relación a la soledad. Una paciente esquizofrénica, con diez años de tratamiento y uno de haber perdido a la madre, sin antecedentes de sentimientos de soledad o muerte, plantea en una sesión: "Tengo miedo a la muerte, estoy sola". A pesar de los contenidos judeocristianos de nuestra cultura, la muerte como soledad eterna no deja de angustiar incluso a los individuos de fe. Pero este temor a la muerte, que puede ser paralizante, también puede impulsar al acto o a la obra que permita llegar a estar eternamente presente y vencer el miedo a esa soledad espantosa.

También hemos revisado otros cuadros clínicos para tratar de perfilar las características de la soledad en ellos.

En una fobia puede no haber sentimientos conscientes de soledad interior pero sí una necesidad compulsiva de estar rodeado de toda una corte de objetos acompañantes.

En un caso de narcisismo, la primera reacción en análisis fue la negación de la soledad y el



tema logra activar el conjunto de las defensas.

Para A., un paciente homosexual, persona de teatro, creador, brillante, la soledad física de la ausencia del compañero, que abandona el cuarto para ir a la sala, le resulta intolerable. Para él la soledad es un tema devastador, asociado al miedo a la vejez, al abandono después del coito, a la muerte. En el caso de otro paciente, médico, neurótico, la mención del tema lo llevó a escribir fuera de sesión. Las hojas fueron llenadas hasta los límites de los recursos técnicos de la máquina y del papel. *Terror vacui*. Las frases alcanzan, por momentos, altos niveles de desintegración. En la posición depresiva, ya lo hemos dicho, un sentimiento de soledad masivo y desgarrador puede remitir al individuo a la posición esquizo-paranoide. Ambos pacientes tienen una personalidad madura pero son incapaces de sintetizar globalmente el Yo. Uno necesita construir un muro, el otro llenar un vacío terrorífico.

Pensamos que en cualquier cuadro clínico o en ambas posiciones, cuando la soledad no se hace presente en la conciencia, puede tratarse de una negación o de la ausencia de las condiciones mínimas para que aparezca como tema. Y esto no sólo en términos del poder de las defensas y de su capacidad de ensamble sino también en términos de objetos y de relaciones objétales muy poderosas. A su vez, la negación de la soledad, como respuesta defensiva, puede dificultar las buenas relaciones objétales ya que la soledad, como espacio y como tiempo, puede ser un estímulo para ellas.

## LA SOLEDAD EN LA PAREJA

Quisiéramos ahora tejer algunas reflexiones sobre la soledad en la pareja, sobre dos experiencias grupales y sobre nuestro momento histórico.

Por pareja entendemos el grupo mínimo de dos personas, que tiene algún tipo de correlación funcional frente a una meta compartida. Las metas de la pareja pueden ser, básicamente, la relación sexual, la relación afectiva, la relación intelectual o una tarea en común, la analítica, por ejemplo. En la mayoría de los casos no existe una meta única, exclusiva, sino una combinación.

Estuvimos hablando de la soledad del paciente pero conviene recordar la del analista. El analista debe haber desarrollado una gran capacidad para estar solo, su objeto bueno debe ser muy constante para poder ser proyectado una y otra vez. El analista debe tener una gran capacidad de contención de los problemas y de la personalidad de los pacientes. Debe tener tolerancia ante la agresión transferencial y omitir las respuestas contratransferenciales, debe retribuir con amor, con capacidad para soportar la frustración, con capacidad de diferir y de esperar en la soledad.

La relación terapéutica es una variante de la relación "pareja de tarea" pero el paciente no es un compañero ni un colega. La tarea es conjunta pero el analista está muy solo en ella ya que es el organizador que no puede pedir ayuda; el que, en principio, no debe tener dudas ni angustias. En este sentido está muy solo frente a su consulta y el secreto profesional agudiza el problema. Y no es sólo el problema del secreto profesional, también está relativamente solo respecto al medio familiar y social por el número de horas que consume la consulta y el cansancio que provoca.

La supervisión, el reanálisis y la investigación compartida son rupturas demasiado estrechas del núcleo silencioso y solitario de la consulta cotidiana. Por todo esto el psicoanalista debe hablar mucho, debe cultivar el vínculo familiar y social, el trato con los colegas, la asistencia a congresos, la apertura hacia otros campos disciplinarios y artísticos, la búsqueda, en fin, de afinidades afectivas e intelectuales.

Hemos planteado, una y otra vez, que el analista *debe ser* de una manera y no de otra, que *debe tener* estas y otras virtudes. Sin embargo, el inmenso poder del concepto "campo bipersonal" de W. Baranger radica justamente en la imbricación de estos dos términos en un binomio que señala un único proceso indisolublemente imbricado como vínculo, como historia y como fantasía. En ese espacio y en ese tiempo se movilizan las estructuras, las maniobras defensivas y los procesos psicodinámicos de dos personas, trabajando juntas y con una tarea en común, más allá de que tengan funciones diferentes. Las relaciones de amor y odio, de envidia y miedo; la complicidad; las fantasías de redención y muerte son actualizaciones, en el aquí y ahora, de dos historias de gratificaciones y frustraciones. El mosaico es siempre la expresión del encuentro de dos vidas

En el paciente y en el analista la respuesta creativa a los sentimientos de soledad no radica exclusivamente en las obras paradigmáticas y los actos ejemplares. Hay un inmenso ámbito de creatividad en la actividad cotidiana y en las rutinas, en los tiempos y espacios de recogimiento silencioso y solitario que permiten la inmersión en la armonía o la serena contemplación de la propia imagen, por ejemplo, reflejada en el espejo durante el aseo personal.

Papá y Mamá son la pareja modelo, para bien o para mal. Si la pareja ideal es un mito cultural, la pareja parental es un modelo a seguir o romper. La resolución exitosa de la etapa inicial narcisista, del vínculo materno y del complejo de Edipo son tres momentos fundamentales para el disfrute de cualquier relación de pareja.

No se trata de que la resolución de estos tres momentos garantice la madurez o de que la única forma de éxito sea la total y perfecta. El común de los mortales es un individuo que resolvió estos vínculos como pudo más que como hubiera querido. La pareja complementaria puede estar justamente constituida a partir de un esfuerzo de superación y del logro de una madurez nunca antes alcanzada.

En uno de los trabajos anteriores planteábamos que las parejas basadas en la repetición de relaciones tempranas son la narcisista (autocentrada) y la simbiótica (relación que quedó atrapada en una relación de dos). Sin embargo, el haber podido desprenderse de la madre o de su memoria lo suficiente como para poder establecer una relación de pareja matrimonial, con o sin acta patrimonial, indica un mínimo de diferenciación pero ésta puede ser inestable y el peso del pasado, sofocante.

La pareja sadomasoquista (que tiene en la agresión el punto de contacto), la fóbica (del enfermo y su objeto acompañante), la homosexual (con su componente perverso), la depresiva (llena de culpas y duelos sin fin), la paranoide y la esquizoide, junto con la pareja complementaria, madura, tienen que ver con la resolución del vínculo con tres personas: el complejo de Edipo.

La pareja paranoide, con muchos rasgos en común con la sadomasoquista, es posiblemente la más común y corresponde al estereotipo 'latino': pareja sin momentos de soledad, sin espacios y tiempos de recogimiento que reviertan en provecho mutuo, pareja sin intimidad, pareja mutuamente persecutoria, llena de celos, de envidia y voracidad. La sensación de verse rodeado por la telaraña de un compañero hostil incrementa las ansiedades y reafirma la soledad, sin importar si sólo se tienen atisbos momentáneos de ese sentimiento.

Los celos no hacen una unión complementaria sino una unión enferma, destinada a la ruptura. En la medida en que por motivos personales o sociales se evite la separación, tanto mayor será la soledad. La pareja constructiva tiene que estar afianzada por la confianza entre ambos. Puede haber soledad sin celos pero no pueden existir celos sin soledad.

Los celos y la envidia tienen una matriz común: la autodesvalorización. Y la autodesvalorización está siempre acompañada de dificultades para comunicarse y para madurar. La envidia y los celos son un precipicio sin fin donde se puede ir cayendo cada vez más bajo.

El tipo de pareja depende tanto de la personalidad y de la madurez o patología de cada uno de sus miembros como de la dinámica de esa totalidad que es mayor que sus elementos constitutivos ya que incluye nuevas relaciones y funciones. Si bien la personalidad de uno de sus miembros puede dar el tipo de relación prevaleciente, conviene recordar que algo habrá en la vida psíquica del otro miembro, mientras no se demuestre lo contrario, que lo llevó a ese tipo de unión y al mantenimiento de esa relación.

La falta de comunicación no es privativa de la autodesvalorización celosa, envidiosa y persecutoria de la pareja paranoide. En principio, cualquier patología genera una incomunicación que lleva a la soledad.

Una de las parejas más comunes es la esquizoide, caracterizada por una distancia y una

soledad que puede o no estar acompañada de un círculo de amigos o, mejor, conocidos. La pareja esquizoide no es necesariamente una pareja de esquizoides sino una pareja que se comporta como tal al interior. Lo que en el caso del individuo se debe a una hiperestructuración de las defensas que impide el contacto íntimo con los demás, en el caso de la pareja puede ser una indiferencia o un hastío que no sean tan grandes como para hacer indispensable la ruptura ni tan leves e intermitentes como para posibilitar un vínculo amoroso capaz de recomponerse.

La pareja depresiva, aparentemente, no es común. Una posible explicación provisional pudiera ser el hecho de que una pareja depresiva tenga que estar constituida por dos depresivos. De otra manera, la dinámica se interrumpe. El lamento, la pasividad y las ansiedades del depresivo provocan rechazo y alejamiento en el esquizoide y agresión en el paranoide. Tampoco con una persona madura la pareja tiene una dinámica depresiva estable.

Estamos en el ámbito de los cuadros clínicos, de la dinámica de la pareja y de la personalidad de sus miembros. Es necesario recordar, sin embargo, que cualquier tipo de pareja, más allá de sus características, va a tener los altos y bajos que plantean los avatares de la vida, del uso de las agresiones y de las manipulaciones defensivas esquizoparanoides y depresiva.

La incompreensión puede ser de origen múltiple: entre los miembros de la pareja e interna, propia de cada uno de ellos. Las diferencias de edad, de intereses, de profesión, de nacionalidad (con los respectivos choques entre códigos culturales), etcétera, pueden jugar un papel muy importante para dificultar la comunicación pero nunca serán ellos mismos los responsables de la incomunicación. La incomunicación es algo que dice de las vivencias más profundas, de las emociones y de los afectos.

## **EL ENCUENTRO GRUPAL, UNA ALTERNATIVA**

Dos experiencias, una de grupo terapéutico y otro de grupo operativo. El primer caso nos lleva a reflexionar sobre el grupo como sustituto de la pareja allí donde ésta fracasa o no se ha logrado formar. El operativo, sobre las dificultades de la convivencia grupal en tiempos de crisis.

En el grupo terapéutico las mujeres presentan a sus parejas como si fueran fantasmas. Parejas predominantemente sadomasoquistas o, cuando la mujer tiene su propio proyecto, pareja histérica en la que cada quien se dedica a lo suyo.

El abanico masculino cubre desde un macho que opina que el lugar de la mujer es la casa hasta el soltero solitario, pasando por uno que reconoce el derecho de la mujer a construir sus propios espacios. No obstante, esto no le impide -como a todos los integrantes del grupo, independientemente del sexo- quejarse de su pareja.

Lo que sorprende no son los tipos de parejas sino el componente esquizoide universal en el ámbito de la comunicación. El denominador común es la falta de tiempo, el cansancio laboral y la incomunicación en todo lo que no sean mensajes sobre problemas concretos de

sobrevivencia. No se comparten las emociones, las pequeñas y grandes alegrías de la vida, los vínculos, las relaciones en los que se juega la dimensión de lo extraordinario en el detalle o en el evento significativo. La soledad abarca la crianza de los niños, la violencia social y la crisis económica en cualquier otra dimensión que no sea la de tareas inmediatas. Las parejas, sus mismas vidas, son grises.

Sin embargo, el grupo tiene una buena dinámica interna, el liderazgo es rotativo, se estiman, la comunicación fluye. Todo en el hogar es mediocre, en el trabajo todo es silencio, soledad y competencia pero el grupo es el ámbito de la frescura, del convivio y de la salud; aquí es posible compartir. El grupo les da un sentimiento de pertenencia y los consolida como hombres y mujeres que comparten sus angustias y los refuerza como individuos.

La tarea del grupo operativo no incluye, obviamente hablar específicamente de las relaciones de pareja pero lo traemos a colación para analizar el goce del convivio, del proceso en espiral, de la creatividad y de la fragilidad de las relaciones cuando emergen los conflictos internos en un contexto de crisis social. Se trataba de un grupo de aprendizaje interesado y creativo hasta la crisis de diciembre del año pasado. Entonces, las dificultades económicas y las angustias de origen social y político irrumpen en esa estructura armónica.

Los esposos de algunas de las mujeres pierden sus trabajos y los roles de proveedores principales se invierten. Los reacomodos son más aparentes que efectivos. Todos ven amenazado su nivel de vida y su fuente de ingresos, algunos llegan a plantear dificultades de pago. Lo que era liderazgo dinámico y rotativo se transforma en disputa del falo; los desencuentros, en rechazos; los deseos de salir adelante, en envidias. No se trataba de un grupo terapéutico y tanto la imposibilidad de interpretar en profundidad como la falta de disposición por parte del grupo para pasar a otro tipo de tarea llevaron al fracaso. El grupo dejó de ser un espacio alternativo frente a los avatares de la vida cotidiana para transformarse en una prolongación de la misma.

Dentro de la pérdida de valores que caracteriza la posmodernidad, los referentes al convivio social, a la familia en general y a la pareja en particular están particularmente afectados. Se habla mucho, en nuestro medio, de la desintegración de la familia ampliada e incluso de la nuclear en los países desarrollados. Pocas veces miramos a nuestro entorno, donde ya se empiezan a manifestar con mayor frecuencia e intensidad los mismos fenómenos. La alianza matrimonial legalizada está cada vez más desacreditada, los hijos se posponen o son marginados por las más diversas prioridades. La familia nuclear es muchas veces un sobreviviente a las vicisitudes individuales y colectivas. Cada vez más nos aproximamos a la pareja "útese y tírese", a la pareja desechable. Nuestros prejuicios culturales, más que nuestra voluntad de reparación y nuestros valores profundos, nos impiden la solución franca y nos envuelven en una maraña de falsas soluciones que nos dejan cada vez más solos e, incluso, alienados de nosotros mismos.

Las relaciones laborales son cada vez más competitivas. No se puede confiar en un jefe celoso de sus privilegios ni en un subalterno que puede ser un enemigo potencial. Las "leyes del mercado" en el mercado mismo y en las relaciones humanas se van transformando cada vez más en "leyes de la selva". Conceptos hermosos como el de "solidaridad" son prostituidos en la manipulación política deleznable. Allá donde no existe un otro que es un *alter ego*, el robo, la violación o el asesinato dejan de generar culpas desgarradoras.

La tecnología aisla cada quien en sus respectivas pantallas, la mayoría de las veces no como actividad creativa y liberadora sino como "periféricos humanos" de computadoras, televisores y juegos electrónicos. Los audífonos son el signo externo del esquizoide en vías de transformarse en autista.

No sólo los individuos y los grupos se aíslan en la soledad de la ausencia de vínculos sociales más amplios. La atmósfera mundial es de fragmentación y rechazos, de naciones y comunidades abandonadas por el resto de la humanidad en luchas fratricidas o genocidas. La identidad de etnia y de nación sirven para insertar en comunidades cuyo fin principal no es el desarrollo y el disfrute sino la destrucción del vecino o, en el mejor de los casos, su expulsión del hogar ancestral.

Cuando las ideologías laicas se hundieron en el fango o justifican el despojo, cuando el amor, la fraternidad y los valores cívicos se transforman en ilusiones románticas, ¿qué nos puede rescatar de una nueva barbarie? Las religiones monoteístas, en este momento, parecen más bien augurar un nuevo medievo intolerante que el florecimiento de la hermandad.

Solos, cada vez más solos, ¿cuánto camino nos falta por recorrer para encontrar una mano solidaria?

## Bibliografía

—ACHARD DE DEMARIA, Laura y GALEANO MASSERA, Jorge; "Vicisitudes del Inmigrante", *Revista de Psicoanálisis*, APA, t. XL, n<sup>o</sup> 2, 1983. pp. 409-17.

—ídem, idem; "La soledad como estimulante o bloqueador del pensamiento", ponencia presentada en el XXXV Congreso de la Asociación Psicoanalítica Internacional.

—ídem, idem; "La soledad en la pareja". *Psicología y sociedad*. Universidad Autónoma de Querétaro, año 2. n<sup>o</sup> 5, 1988, pp. 33-35.

—BARANGER, Madelaine; "El Significado de la Obra de Melanie Klein en el Pensamiento Psicoanalítico", *Revista Uruguaya de Psicoanálisis*, APU. t. III, n- 4, 1960, pp. 239-53.



—BARANGER, Willy; "Tentativa de Aproximación al Psicoanálisis de las Ideologías Filosóficas", *Revista de Psicoanálisis*, APA, t. XI, n. 4, 1954, pp. 479-505.

—Idem, idem; "Algunos Mecanismos Esquizoides en la Concepción del Mundo de Rene Descartes", *Revista Uruguaya de Psicoanálisis*, APU, t. II, n. 12, 1957, pp. 20-32.

—COHEN-LONDON. N. A.; "On loneliness and the ageing process", *The International Journal of Psycho-Analysis*, IPA, v. LVIII. 1982, pp. 149-55.

—GRINBERG, L. *et ai*; "Observaciones Psicoanalíticas Sobre la Creatividad", *Revista de Psicoanálisis*, APA, t. XXVIII, n. 4, 1971. pp. 679-713.

—KLEIN, Melanie; *El Sentimiento de Soledad y Otros Ensayos*, B. Aires. Hormé. 1968.

—LAPLANCHE. J. y PONTAUS, J. B.; *Vocabulaire de la Psychanalyse*, Paris. PUF. 1967.

—SEGAL, Hanna; *Introducción a la Obra de Melanie Klein*, Barcelona, Paidós, 1981.

—WINNICOTT, D. W.; 'The capacity to be alone', *The International Journal of Psychoanalysis*, v. XXXIX. 1958, pp. 416-20.