



UNIVERSIDAD NACIONAL
AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES

**“EL LLANTO: UNA VÍA
COMUNICATIVA”**

TESIS

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN
ESPECIALIDAD EN PRODUCCIÓN AUDIOVISUAL

PRESENTA:

MARTHA PATRICIA ROQUE REVUELTA

ASESOR: MTRO. GUSTAVO DE LA VEGA SHIOTA

MÉXICO, DF. 2007

FACULTAD DE CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

AGRADECIMIENTOS

A mis padres por su infinito amor, paciencia,
apoyo y confianza en este proyecto
y en todos los de mi vida.

A la gente del Ejido Gustavo Garmendia
sin los cuales éstas ideas no hubieran llegado a mi vida.

A mis familiares y amigos por estar ahí
en los momentos que creía que esto no sería posible.

A mi asesor el Maestro Gustavo de la Vega Shiota
por su ayuda, consejos y tolerancia.

Al final todas tus pasiones



*se convierten en virtudes y
todos tus demonios en ángeles.*

Nietzsche

Índice

• <i>Introducción</i>	1
1. Aspectos generales del llanto	5
1.1 Aspectos físicos.....	9
1.2 Aspectos psicológicos.....	18
1.3 Aspectos sociales.....	22
2. El llanto efectos y consecuencias	29
2.1 La catarsis.....	30
2.2 La Empatía y su correlación con el llanto.....	40
2.3 El inconsciente colectivo y efecto cadena.....	68
2.4 Cuestiones de género.....	79
3. El llanto y los bloqueos emocionales	100
3.1 Bloqueo emocional (definición).....	107
3.2 Depresión y melancolía	119
3.3 Duelo: pérdida, pena, dolor.....	149
4. El llanto se establece como lenguaje	178
4.1 Lenguaje y código.....	189
4.2 Significante y significado.....	201
4.3 Contexto.....	217
Conclusiones	226
BIBLIOGRAFÍA	232

- ***Introducción***

Los medios masivos de comunicación son una respuesta trivial para los comunicólogos, los lugares comunes nos obligan a buscar nuevas alternativas y observar otros lenguajes que hemos adoptado en nuestras sociedades. Las lágrimas existen esencialmente en el ser humano, y han estado ahí desde que éste decidió separarse del resto de los animales.

Tomar al llanto como objeto de estudio es resultado de una inquietud de índole personal: un día de marzo de 2004, murió un amigo cercano a la familia en Ciudad Valles, San Luis Potosí; era Jorge García, un joven de poco más de 30 años y un miembro muy querido por los habitantes del Ejido Gustavo Garmendia. Una vez trasladado el cuerpo al panteón y tras la llegada de la comunidad entera con flores en la mano, ocurrió un suceso trascendental y que marcó mi vida. Eran alrededor de las 17:00 horas, mientras unos nos manteníamos como espectadores del dolor de la familia García, otros eran participantes activos del ritual de duelo. Los huapangeros comenzaron a tocar y las lágrimas, que sólo eran de unos cuantos, nos contagiaron a todos los presentes. Gracias a la música los ahí reunidos lloramos al difunto. El dolor se volvió de todos; nos vimos envueltos en el proceso, no por el hecho de extrañar a Jorge, sino por comprender la muerte como el fin inevitable de nuestra humanidad y por sentirnos parte de un todo. Nos conectamos con la vulnerabilidad de ser humanos, de un momento a otro y sin darme cuenta, las lágrimas corrieron por mis mejillas, me percaté que ya no se trataba del duelo de la familia García, sino una especie de fiesta y ritual cuya celebración consistió en ser parte de la comunidad, no existieron diferencias de género y sólo permitimos que el llanto fluyera; nos conectamos al estado primigenio del ser humano sin sentirnos vulnerables, sabíamos que si llorábamos nadie nos podría hacer daño, estábamos seguros porque todos éramos uno.

El suceso de ese funeral me hizo peribir el valor humano que tienen las lágrimas, de la importancia de nuestros sentimientos y emociones, ya sea como entes aislados o como parte activa de una colectividad. Así, estudiar el tema, me permitió analizar y entender sucesos cotidianos, que aparentemente no tienen mayor explicación, pero que

son curiosos o anormales. Por otra parte, surgió como una respuesta para entender los bloqueos emocionales que a través de los años me habían impedido llorar. En este recorrido, he observado que su estudio es importante porque a medida que nos conozcamos mejor podremos comprendernos como sociedad y cultura. Con ello, quiero decir, que el ser humano es un complejo entramado que va más allá de tejidos y procesos físicos.

En ese sentido, el lector puede estar seguro que durante este recorrido encontrará respuesta a sus dudas o se planteará preguntas respecto al llanto que anteriormente no se había cuestionado. Además, entenderá si las lágrimas son un código o un lenguaje que pertenecen a las ciencias de la comunicación y merecen un estudio profundo.

Ahora bien, el llanto es una de nuestras respuestas más primitivas e innatas, está ahí cuando nacemos e igualmente acude a nosotros cuando alguien muere. Las lágrimas son el proceso trascendental que en buena medida nos mantiene a distancia prudente del resto del reino animal, paradójicamente nos sirve para crear vínculos con nuestro grupo y reafirmarnos como entes sociales.

No obstante, ¿por qué tomarlas como punto de partida y objeto de estudio de esta investigación? Ahí se experimentó un proceso catártico y empático al romper en llanto, esa comunión ¿sólo fue posible gracias a la música?, ¿ella fue sólo catalizador o causa?, ¿eso puede ser catalogado como lenguaje?, ¿qué ayudó al llanto a erigirse como vía comunicativa?, ¿existen otros procesos que pueden desembocar en llanto como el cine o el teatro?, ¿qué nos quiere comunicar ese llanto?, ¿cuántos tipos de lágrimas existen? En fin, la importancia de este trabajo es responder la serie de preguntas resultantes de ese suceso cotidiano.

Por ende, el carácter multidisciplinario de esta investigación me orilló a realizarlo de forma teórica, principalmente para explicar el llanto a través de las ciencias sociales y entenderlo por la vía de las ciencias de la comunicación. Para ello, se divide en cuatro capítulos, que a través de un método deductivo tratará de develar la respuesta a todas las

incógnitas anteriormente planteadas y las que surjan en el transcurso respecto a las lágrimas. En el primero *Aspectos generales del llanto*, se hablará de éste en cuestiones muy generales y se dividirá en tres apartados: aspectos físicos, psicológicos y sociales. Así, la concepción de las lágrimas alude a la división en cuerpo (físicos), en relación a la comunidad o por convenciones (social), y mente-espíritu-individualidad (psíquicos).

El segundo: *El llanto efectos y consecuencias*, resolverá algunas dudas de orden social y personal respecto a fenómenos y/o eventos que observamos cotidianos, pero que tienen su razón de ser. En consecuencia, se divide en cuatro apartados: la catarsis, la empatía y su correlación con el llanto, el inconsciente colectivo y efecto cadena, y cuestiones de género. Respecto a la empatía, se revisarán autores como Kant, Schopenhauer, Lipps, Caso, Worringer, Schelling, Hegel, entre otros, con la finalidad de demostrar que las lágrimas son el resultado de un proceso en el que el individuo se une con la obra y se eleva a otros estados mentales y emocionales. Después de alcanzar el punto climático, las lágrimas cunden a nosotros para restaurar la normalidad..

De tal forma, se entenderá a la obra como todo lo externo al sujeto que puede ser denominado en el ámbito de las bellas artes y sus derivaciones contemporáneas: teatro, escultura, pintura, literatura, música, cine entre otras. Además, la importancia de colocar un apartado dedicado a las cuestiones de género se debe a que hombres y mujeres no somos iguales ya sea desde una perspectiva anatómica, psicológica y/o social, somos seres diferentes; pero alguna vez se han preguntado ¿cómo esas diferencias cotidianas y al parecer sencillas afectan nuestra vida? En ese sentido, este apartado esbozará los parámetros conductuales y culturales que adoptamos como sociedad para expresar un mismo fenómeno: el llanto.

Ahora bien, en el tercero: *El llanto y los bloqueos emocionales*, se presentará, que es lo que ocurre con las lágrimas y las emociones que se desembocan en este proceso. Se analizará la relación existente entre pérdida, pena y dolor durante el duelo, sus características y diferencias, a la par de comprender las causas de bloqueos emocionales, la depresión y melancolía en vínculo estrecho con el llanto.

Por último y no por ello menos importante, *El llanto se establece como lenguaje*, se enfocará en la confrontación entre el llanto y el lenguaje para dilucidar si este engloba al primero. Para ello la lingüística y la semiótica son el eje temático y autores como Umberto Eco, Saussure, Barthes y Pierce son los principales referentes.

El llanto es un fenómeno social, una vía comunicativa, que se comprende y se observa a través de los distintos procesos y manifestaciones humanas como lo es el lenguaje. Sin embargo ¿qué entendemos como vía comunicativa y por qué decimos que el llanto es una de ellas? De acuerdo con el diccionario Grijalbo, una vía es “un camino, es un sistema para hacer o lograr algo”, si lo aplicamos a las ciencias de la comunicación, una vía comunicativa es una ruta que empleamos para comunicar algo, no obstante este difiere de un medio de comunicación, que es “cualquier sistema de transmisión de un mensaje a través de la palabra, de gestos o de signos e imágenes y sonido”¹. Así, el llanto es una vía comunicativa porque es más específico comunicar un mensaje particular valiéndose de las lágrimas, los signos corporales y/o gestuales, pero principalmente al ser un código en sí mismo, a diferencia de un medio de comunicación que emplea estos mismos para transmitir un mensaje.

En suma, el objetivo de este trabajo es comprender, entender y analizar los diferentes procesos que involucran lágrimas y logran erigirlas como lenguaje desde una perspectiva social donde ellas se ven dotadas de un contexto y no pueden ser entendidas en forma aislada. De tal suerte, el lenguaje, de acuerdo con Flora Davis, puede muy bien ser lo que emplea el hombre cuando le falla todo lo demás. Entonces, destapemos nuestros lagrimales y libremos nuestros llantos de tabús y estereotipos, demos rienda suelta a nuestros sentimientos y dejemonos arrastrar por el placer envolvente de nuestras propias lágrimas.

¹ De la Mota, Ignacio (1994) Enciclopedia de la comunicación. Tomo 3. México: Editorial Limusa.

1. Aspectos generales del llanto

“El llanto es incuestionablemente lo primero que hacemos en esta vida”¹. Entonces ¿por qué no intentar explicar un suceso cotidiano? Las lágrimas, son parte fundamental de nuestro yo emocional, cada vez que lloramos mantenemos un contacto directo con nuestro origen, tornamos en nosotros mismos para emerger nuestra parte más vulnerable.

El hombre es fundamentalmente emocional y gracias a las neurociencias actuales, se sabe que el ser humano no ve, siente u oye sino a través de los filtros emocionales de su cerebro. En 1788, el filósofo británico Jeremy Bentham observó, que la mayoría de las personas creían en las “emociones del cuerpo” como “probables indicadores de la temperatura de la mente”². En ese sentido, el llanto es la perfecta armonía entre mente y cuerpo, es el punto de fuga donde ambos unen fuerzas con la finalidad de sacar lo que se tiene dentro. No obstante, cada vez que lloramos es como abrir una caja de pandora, nos ponemos en contacto directo con nuestros sentimientos y emociones, nuestros pensamientos más íntimos.

En la actualidad por emociones se entienden los mecanismos que pone en marcha cualquier ser vivo para mantener su supervivencia. A pesar del carácter y de la importancia de ellas, Kottler afirma, “históricamente, nuestra sociedad ha considerado que lo más valioso es la razón, no la emoción”, pero ¿es saludable tanto física como emocionalmente reprimir las lágrimas? Porque de acuerdo con el mismo autor, “el llanto es un proceso humano saludable y necesario, parte inescindible de nuestra existencia”, entonces ¿qué sentido o razón tiene el omitir esa expresión?

El llanto es un suceso desbordante, que se establece más allá de la razón. De acuerdo con el escritor y psicólogo Tom Lutz:

Se presenta, a menudo, en los momentos en que somos menos capaces de expresar verbalmente emociones complejas, ‘desbordantes’, cuando somos menos capaces de articular con plenitud nuestros múltiples y entreverados sentimientos.

¹ Kottler, Jeffrey. *El lenguaje de las lágrimas* (1997).

² Citado por Tom Lutz en *El llanto. Historia cultural de las lágrimas* (2001).

De ahí, la persona que derrama lágrimas, se siente fuera de control, de sí mismo y considera al llanto público como una demostración de debilidad.³

Pero ¿es considerado muestra de debilidad?, ello significa que por muchos años se ha creído que omitir las emociones, los sentimientos y sus respuestas físicas, era lo más saludable, sin embargo autores como Jeffrey Kottler admiten:

Es probable que quienes más han desarrollado la receptividad emocional tengan más éxito en sus interacciones con los demás. Históricamente, estos individuos sobrevivieron en una proporción mayor que los que no dominaban las complejidades de las señales emocionales [...] nuestra especie ha desarrollado mayor sensibilidad emocional (y lágrimas) a través de la selección natural.⁴

En el transcurso de los siglos, las lágrimas han sido parte fundamental del mito, la religión, la poesía y la ficción. La vocalización evolutivamente más antigua, sugiere, que el primer llanto fue el “llanto de separación”, como los primeros mamíferos eran merodeadores nocturnos del bosque, este llanto ayudaba a los padres a encontrar a sus cachorros y hacía posible la comunicación al interior del grupo. Sin embargo, el más antiguo registro de las lágrimas fue encontrado en tablillas de barro canaanitas⁵ que datan del siglo XIV a. C..

De acuerdo con Lutz, en un folleto de 1755 la distinción entre el llanto puramente físico y el “llanto moral” pasó a un primer plano y el placer de las lágrimas en la literatura, al teatro. Así, la discusión adoptó gradualmente un papel menos central y menos abiertamente sexual a lo largo del siglo XIX. El placer de las lágrimas va más allá de la respuesta estética, se puede decir que el llanto es más una respuesta física, individual o social, que puede ser entendida de acuerdo al entorno en el cual se desarrolla.

Pierre Janet, destacado psicólogo francés de inicios del siglo XX, sostiene que las lágrimas son un “comportamiento menos bien adaptado [...] un comportamiento de inadaptación”⁶. En ese sentido, el ser humano adopta las lágrimas para sentirse

³ Lutz, *Op. cit.*, pp. 16 .

⁴ Kottler, *Op. cit.*, pp. 68.

⁵ Citado por Lutz, *Op. cit.*

⁶ *Ídem.*

integrado, aceptado y perteneciente a un grupo social, pero ¿cómo poder sentirse integrado a un grupo social, si este impide el libre ejercicio del llanto?

Los primeros clérigos cristianos dividen las lágrimas en cuatro tipos: lágrimas de contrición, de pena, de alegría y de gracia. El abad Isaac las divide de acuerdo a sus causas en: ocasionadas por la “daga del pecado que se clava en nuestro corazón”, otras surgen “de la contemplación de las eternas cosas buenas y del deseo de futura gloria”⁷. Así, en ocasiones lloramos no por la culpa real de un pecado, sino por nuestro miedo al día del juicio final. Sin embargo, hay otro tipo de lágrimas que son causadas por el conocimiento y pecados de otros, todo lo anterior bajo la concepción judeo-cristiana.

Los primeros estudios sobre las lágrimas, se relacionaban directamente con la iglesia y sus preceptos. Posteriormente el filósofo francés, Jean-Paul Sartre lo explica en *Bosquejo de una teoría de las emociones*, a través de dos corrientes los mentalistas y los periferalistas. En otras palabras, si las emociones se originan en el cerebro o en el cuerpo, si son un fenómeno integrador o si solamente son casos aislados.

En la actualidad, las teorías respecto al llanto han tratado de acoplar aspectos físicos psicológicos y sociales, pero, concebir las lágrimas dentro de un contexto como un suceso integrador entre mente y cuerpo es aún no comprendido por muchos, principalmente por la falta de material al respecto y/o por la nula difusión de estos descubrimientos.

En algunas teorías cognoscitivas, las lágrimas son sencillamente un efecto fisiológico mental significativo, mientras que en otras son parte integral del entorno social y de las habilidades de comunicación de una persona. Mientras unas cuantas consideran que el llanto se produce en detrimento de la salud mental, Lutz asevera, “cualquier teoría de las lágrimas debe tomar en cuenta las ‘activaciones del afecto’, tanto aprendidas como innatas, es decir, las emociones que son resultado de valoraciones y las que son resultado de estímulos físicos o preceptuales no valorados”.

⁷ *Ídem.*

Experimentar emociones es sentir el propio cuerpo, así, los fisiólogos y oftalmólogos reconocen tres diferentes tipos de lágrimas: basales, reflejas y psíquicas. Las 'lágrimas basales' son el lagrimeo continuo que lubrica los ojos. Las 'lágrimas reflejas' o por irritación se producen cuando se pican cebollas, por ejemplo, o cuando entra alguna basura en el ojo, en otras palabras, son las lágrimas que surgen como respuesta del organismo ante agentes nocivos y/o externos. Las 'lágrimas psíquicas' o emocionales son causadas por estados emocionales específicos que las revelan o a la inversa. Los diversos tipos de lágrimas contienen diferentes concentraciones de sustancias químicas, hormonas y proteínas que en una mayor o menor concentración puede dañar al organismo, de tal suerte desde esta perspectiva el llanto es un factor depurativo.

La producción lacrimosa es un proceso fisiológico, que no puede entenderse a menos que se aprehenda al llanto en términos sociales y psicológicos. En palabras de Sartre "el llanto no es un comportamiento sencillamente inferior o degradado, la expresión de la menor resistencia, sino un intento activo de transformar el mundo"⁸. Por ello y para su estudio se considerará la división moderna de las lágrimas y divisiones antiguas definiéndolas con relación a su reacción física: basales y reflejas, con respecto a la individualidad psíquica y mental: lagrimas psíquicas o emotivas, y con respecto a la colectividad o en referencia al otro: lágrimas sociales, a través del estudio de las convenciones y ritos que definen a una sociedad.

⁸ Sartre, Jean-Paul. *Bosquejo de una teoría de las emociones* (1981).

1.1 Aspectos físicos

En 1760, el poeta Edgar Young sugirió que sus lectores debían estudiar la “filosofía de las lágrimas” porque es “una ciencia que ¡aún no se enseña en nuestras escuelas!”⁹. Pero fue hasta 1983, que el médico Juan Murube del Castillo¹⁰ abrió el subcampo de estudio para las lágrimas o del sistema lacrimal a través de la dacriología.

Las primeras visiones del llanto, se referían a este en un sentido purgativo, se creía que llorar podía ayudar a eliminar del cuerpo la flema excesiva y, en consecuencia, era recomendable en casos de “enfermedad cerebral”. “Las lágrimas —afirma un texto hipocrático— son humores del cerebro, y así cualquier exceso debe ser expresado y purgado por el llanto”¹¹.

El científico francés de finales del siglo XVI René Descartes menciona respecto a la gente que no llora, que ellos están marcados por “una disposición maligna”, y tienen “una tendencia hacia el odio o el miedo pues son estas pasiones las que disminuyen el material de que se componen las lágrimas”¹². A ese respecto Lutz dice, “el acto de llorar es, evidentemente, un acto de excreción, la mayoría de cuyas formas —orinar, sudar, defecar, expectorar— está dedicada a eliminar del cuerpo desechos indeseados”

A pesar de que la función fisiológica de las lágrimas es clara, su uso en situaciones emotivas no lo es, en palabras del neurólogo, Antonio Damasio, “las emociones son una colección complicada de respuestas químicas y nerviosas formando un patrón; todas las emociones tienen algún tipo de función reguladora, dando lugar de una manera u otra a la creación de circunstancias ventajosas para el organismo que las experimenta”¹³.

Es imposible imaginar una emoción que no tenga relación con un estado corporal, de ahí que diversos autores consideren al cuerpo como “un teatro para las emociones, un

⁹ Citado por Lutz, *Op. cit.*

¹⁰ Citado por Robert Moses en *Fisiología del ojo Adler. Aplicación clínica.* (1980).

¹¹ Citado por Stanley Jakson en *Historia de la melancolía y la depresión. Desde los tiempos hipocráticos a la época moderna.* (1986).

¹² Citado por Lutz, *Op. cit.*

¹³ *Ídem.*

escenario donde los sentimientos actúan, no para otros, sino para ti”¹⁴. En ese sentido, el cuerpo se convierte en el actor de nuestro guión interno, nosotros somos los directores de nuestra propia obra que se desarrolla en lo más profundo de nuestro ser. No obstante, emitir lágrimas, no significa de ninguna manera que esos sentimientos o emociones sean conscientes.

El doctor Floyd E. Bloom, afirma que:

Las emociones como el estrés y la ansiedad sirven como amortiguadores entre eventos que tienen lugar en el mundo y el modo en que reaccionamos frente a ellos [...] debido a que liberan hormonas y a los cambios fisiológicos que producen, alteran en forma radical nuestras sensaciones físicas. En el momento en que atravesamos por una experiencia emocional, nuestra atención se concentra no tanto en nuestro ser interno como en nuestro ser físico.¹⁵

A medida que más se llora más fácil es adaptarse en un futuro, aunque paradójicamente las lágrimas constituyen una muralla, inquebrantable entre nosotros y el resto del mundo.

Algunos autores destacan que cada uno de nosotros tiene un umbral biológico diferente para el llanto y Kottler señala, “las lágrimas incluso pueden tener origen en distintas regiones cerebrales, desde el sistema límbico, que controla las emociones primarias, hasta la corteza, en ataques más reflexivos de llanto”. Esas diferencias en cuanto a la calibración del sistema nervioso dan pauta a que, “existan personas que lloran más que otras porque sienten más intensamente las cosas”¹⁶.

Con base en esa predisposición fisiológica, existen personas con distintos niveles de llanto, que fluctúan entre los que sólo lloran una vez por mes, diariamente, e inclusive quienes padecen una condición conocida como ‘llanto esencial’, que de acuerdo a los estudiosos involucra explosiones intensas varias veces por día e informan de un sentimiento de tristeza durante la experiencia; ante ello, no es sencillo determinar qué es causa y qué es efecto. ¿Lloran porque están tristes, o están tristes porque lloran?

¹⁴ *Ídem.*

¹⁵ *Ídem.*, pp. 299.

¹⁶ Kottler, *Op. cit.*

Condición de difícil definición cuando el llanto ya no es un suceso de eliminación, sino una disfunción.

Para Kottler, las lágrimas son un fluido corporal que se excreta exactamente igual que la orina, la saliva, el sudor o los jugos gástricos. En ese sentido, el llanto puede considerarse simbólicamente como parte de un sistema inmunitario, una defensa agresiva contra el trauma emocional. Los psicoanalistas ofrecen otras interpretaciones simbólicas, ven en el llanto una defensa compensatoria de otros impulsos internos. En otras palabras, la liberación de lágrimas puede sustituirse por la descarga de energía sexual. Quienes tienen demasiado limitada e inhibida la expresión de la pasión a través de los genitales, ven una alternativa en la liberación de fluido por los ojos.

Conforme a Lutz:

Algunos científicos han sostenido que el llanto es una forma de eliminación, no muy distinta de la micción, en la medida en que las lágrimas contienen sustancias químicas y proteínas que, concentradas, pueden causar problemas – como depresión o úlceras— y que, en consecuencia, deben ser evacuadas.¹⁷

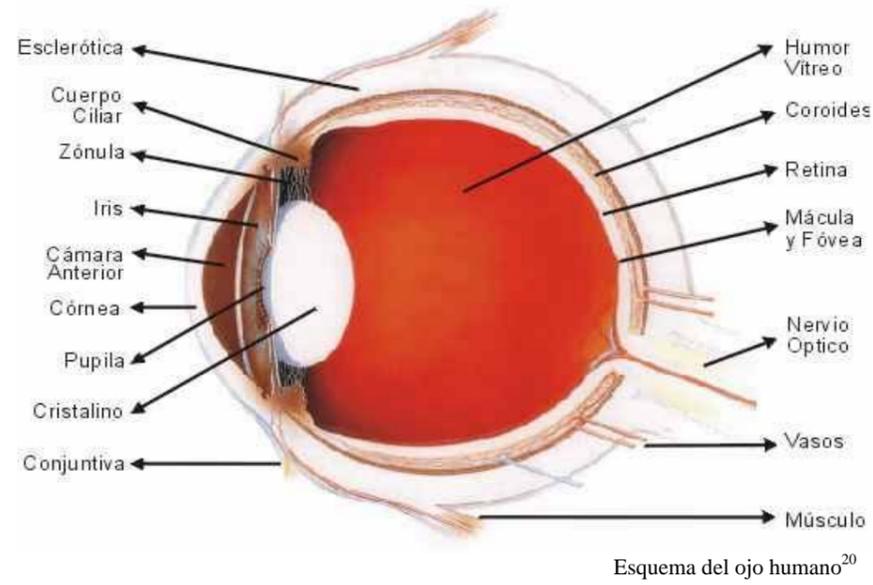
No existen las lágrimas puras. Incluso en el nivel más básico, el fisiológico, las lágrimas están mezcladas. En palabras del cirujano Abraham Werb, las lágrimas son un “emparedado de fluidos”¹⁸ constituido por una capa interna de mucina un mucopolisacárido, que compone principalmente el moco y se asienta sobre la superficie ocular, una capa intermedia acuosa y una capa externa de aceites que impide la rápida evaporación de las lágrimas.

Producimos lágrimas basales continuamente, de acuerdo con el médico Arthur Guyton a razón de dos a tres microlitros por minuto, o de 150 a 280 mililitros al día¹⁹. Este líquido forma parte del humor acuoso, que se conforma casi por completo de secreción activa del epitelio que reviste a los procesos ciliares (parte delantera del iris). El hablar de lágrimas implica definir el ojo dentro de los esquemas anatómicos.

¹⁷ Lutz, *Op. cit.*, pp. 24.

¹⁸ Citado por Moses, *Op. cit.*

¹⁹ Guyton, Arthur. Anatomía y fisiología del sistema nervioso. Neurociencia básico (1994).



Esquema del ojo humano²⁰

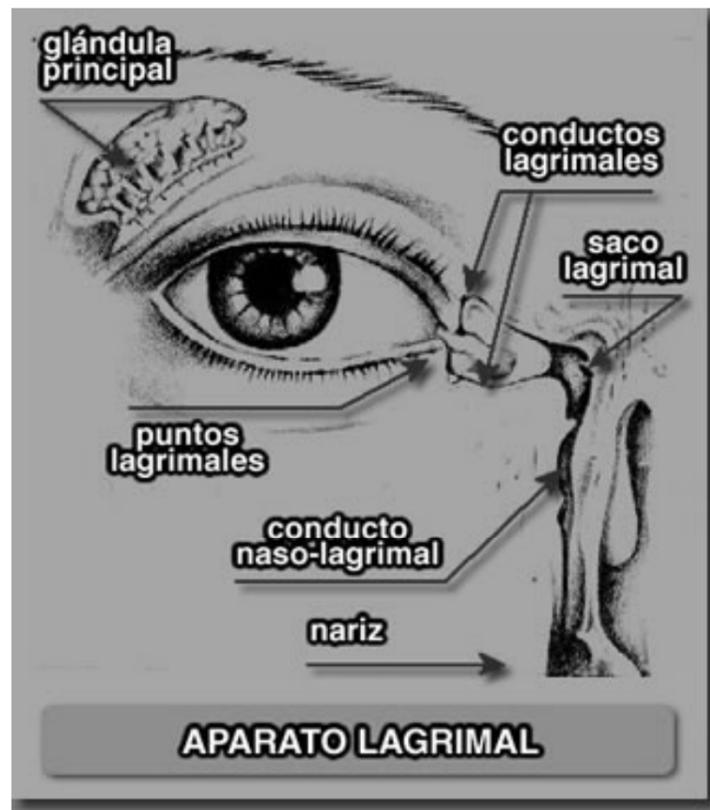
El ojo en su conjunto²¹, llamado globo ocular, es una estructura esférica de aproximadamente 2,5 cm de diámetro con un marcado abombamiento sobre su superficie delantera. La parte exterior, o la cubierta, se compone de tres capas de tejido: la capa más externa o esclerótica tiene una función protectora, cubre unos cinco sextos de la superficie ocular y se prolonga en la parte anterior con la córnea transparente; la capa media o úvea tiene a su vez tres partes diferenciadas: la coroides —muy vascularizada, reviste las tres quintas partes posteriores del globo ocular— continúa con el cuerpo ciliar, formado por los procesos ciliares, y a continuación el iris, que se extiende por la parte frontal del ojo. La capa más interna es la retina, sensible a la luz..

La córnea es una membrana resistente, compuesta por cinco capas, a través de la cual la luz penetra en el interior del ojo. Por detrás, hay una cámara llena de un fluido claro y húmedo (el humor acuoso) que separa la córnea de la lente del cristalino. En sí misma, la lente es una esfera aplanada constituida por un gran número de fibras

²⁰ http://caos218.blogia.com/upload/El_Ojo_Humano5.jpg.

²¹ Guyton, Arthur. *Tratado de fisiología médica* (1992).

transparentes dispuestas en capas. Está conectada con el músculo ciliar, que tiene forma de anillo y la rodea mediante unos ligamentos. El músculo ciliar y los tejidos circundantes forman el cuerpo ciliar y esta estructura aplana o redondea la lente y cambia su longitud focal.



Esquema del aparato lagrimal²²

Las glándulas lagrimales secretan lágrimas que limpian la parte externa del ojo de partículas y evitan que la córnea se seque. El parpadeo comprime y libera el saco lagrimal; con ello crea una succión que arrastra el exceso de humedad de la superficie ocular. En otras palabras, la función fisiológica de las lágrimas es lubricar y limpiar la

²² www.somosamigosdelatierra.org/Surdoceguera/Definicion/como_funciona_el_ojo.htm.

superficie ocular. No obstante, para hablar adecuadamente de esos procesos es necesario entender que ellas son controladas por el sistema nervioso parasimpático.

Los fisiólogos dividen el sistema nervioso en dos partes: el sistema nervioso central (el cerebro y la médula espinal) y el sistema nervioso periférico (constituido por el resto de las células nerviosas del cuerpo) Este último se subdivide en sistema nervioso autónomo y sistema nervioso somático. A su vez, el sistema nervioso autónomo, el que nos interesa aquí, se subdivide en el sistema nervioso simpático y parasimpático. El sistema simpático es el que envía mensajes a los ojos, glándulas salivales, pulmones y corazón. Este sistema, como han demostrado los fisiólogos, contribuye al control de la actividad fisiológica de las vísceras durante actividades excepcionales, mientras que el sistema parasimpático lo hace cuando el cuerpo ha vuelto a la homeostasis o está en reposo. La función principal del sistema nervioso simpático, en otras palabras, es alistar al cuerpo para una acción específica, mientras que la del sistema nervioso parasimpático es restaurar el equilibrio del cuerpo y ayudar a conservarlo.

El término 'homeostasis' se utiliza por los fisiólogos para expresar el mantenimiento de condiciones estáticas o constantes, en el medio interno. Prácticamente todos los órganos y tejidos del cuerpo realizan actividades que ayudan a mantener estas funciones constantes. Y esa, de acuerdo a estudios es la función del llanto, regular o enfriar los ojos. Así, el control parasimpático, de las lágrimas es fundamentado en estudios recientes, que muestran como el llanto no se produce en el clímax de una experiencia emocional sino en un punto después de este, durante la vuelta a la condición "normal". En ese sentido, Lutz asevera, "si las lágrimas se producen sólo después de que el cuerpo ya ha comenzado a recuperar la homeostasis, entonces muchas teorías psicológicas como el llanto catártico deben revisarse"²³.

Las lágrimas son un sistema de regulación del organismo, que en palabras de Kottler implica, "dominar las complicaciones del esófago, la laringe y el abdomen", además ayudan a suavizar las mucosas, lubrican los ojos, auxilian la disolvencia de

²³ Lutz, *Op. cit.*

agentes tóxicos en los ojos y ofrecen protección contra contaminantes como polvo, insectos diminutos u otros.

Hay tres tipos biológicos de lágrimas para Kottler:

- Las 'lágrimas continuas' son parte de un mecanismo automático de limpieza del ojo que mantiene húmeda y limpia su superficie. Estas son fluido glandular lubricante.
- Las 'lágrimas irritantes' sólo entran en juego en los momentos en que los ojos están en peligro de sufrir un daño por acción de productos químicos, objetos o gases externos. Se activan como un sistema de líquido de limpieza que diluye el elemento irritante y finalmente lo elimina.
- Las 'lágrimas de emoción' representan la expresión exclusivamente humana de sentimiento intenso. Esas lágrimas tienen mayores concentraciones de proteínas, distintas propiedades químicas, además de ayudar a eliminar determinados residuos químicos que se forman durante el estrés, su función biológica es muy diferente de la de las otras lágrimas ya mencionadas; son controladas por una región diferente del cerebro.²⁴

Los fisiólogos sostienen que las lágrimas son una función parasimpática, concebidas como signos de que estamos buscando sustraernos a la acción mundana y de que lo estamos logrando, quien llora ya está de vuelta de los extremos emocionales, próximo a recuperar el equilibrio.

Silvan Tomkins explica la teoría homeostática, y dice:

El organismo siempre está buscando volver a un estado de quietud después de la 'desazón' o de alguna otra excitación. La desazón puede tener orígenes cognoscitivos y sociales: un hombre hambriento que no toma alimento alguno de un mostrador porque no tiene dinero para pagarlo, un hombre excitado que se contiene sexualmente, una mujer enojada que no golpea a su agresor: todas estas acciones inhibidas generan tono muscular o tensión en los músculos. Un elevado tono muscular envía al cerebro mensajes que lo mantienen en un alto grado de estimulación y esto puede activar reacciones de desazón, que se suman al estado general de incómoda excitación. Podemos llorar con la intención de ser consolados o ayudados de alguna manera, pero el llanto también puede ser disparado involuntariamente por el sistema nervioso parasimpático durante su intento de que el cuerpo vuelva a su estado de reposo; esto es algo que podemos llegar a asociar con el alivio.²⁵

Una persona que llora regularmente puede recuperar su equilibrio después de experiencias emocionalmente difíciles y el llanto que reporta puede no ser sino el

²⁴ Kottler, *Op. cit.*, pp. 77-78.

²⁵ Citado por Lutz, *Op. cit.*, pp. 180-181.

simple acompañamiento de su rápida vuelta al equilibrio. Cabe destacar, que no todos los tipos de llanto son iguales, ni física ni emocionalmente, debido a que estudios demuestran una mayor concentración de proteína en las lágrimas emocionales con relación a las reflejas. Kottler sugiere, “cierto llanto podría muy bien ser un medio decisivo mediante el cual el cuerpo se libera de sustancias como la prolactina, que en momentos de dificultad emocional puede volverse tóxica”. Mientras el científico N. J. Van Haerigen descubrió en 1981 que las lágrimas emocionales tienen cuatro veces más potasio que plasma²⁶; y el fisiólogo William Frey, reveló una concentración de 30 veces la cantidad de manganeso que se encuentra en la sangre²⁷.

Igualmente han sido encontradas concentraciones de manganeso en el cerebro de depresivos crónicos después de su muerte lo que llevó a Frey a la teoría de que, puesto que la glándula lacrimal concentra y elimina el manganeso, el llanto puede ahuyentar la depresión. De acuerdo con Frey, “el lagrimeo, como la micción o la defecación, es sencillamente una de las maneras que tiene el cuerpo de eliminar los desechos”. No obstante, el llanto no es una manera muy eficiente de eliminar productos de desecho, en la medida en que la mayoría de las lágrimas es reabsorbida por el cuerpo.

A pesar de que el llanto es reconocido por autores medievales como un agente purgativo y favorable para el organismo, poco se sabe sobre el promedio normal de llanto en las personas, de acuerdo con Lutz, “el adulto promedio en Estados Unidos llora, según estudios, alrededor de cinco minutos con una frecuencia de unas tres o cuatro veces al mes”²⁸. Con base en ellos, la cantidad normal de llanto es de alrededor de 30 minutos al día; pero otros han encontrado que es de un poco más de dos horas. Mientras que la mayoría de los médicos están de acuerdo en que más de dos horas al día es excesivo y llaman a ese exceso cólico.

Por ende, el llanto puede ser una cura momentánea y hasta cierto punto una válvula de escape, pero a la vez, puede convertirse o trastornarse en un suceso patológico, que

²⁶ *Ídem.*

²⁷ *Ídem.*

²⁸ Lutz, *Op. cit.*

es reconocido como una manifestación de daño cerebral desde fines del siglo XIX. A pesar de que se entiende al llanto como resultado de daño cerebral, la relación entre cerebro y lágrimas no ha sido estudiada con detenimiento y lo poco que se conoce con respecto a las enfermedades lagrimales se vincula a disfunciones de las glándulas lacrimales y/o procesos hormonales. Existe así, una predisposición fisiológica de las mujeres a llorar más a menudo y por períodos más largos que los hombres.

Pero a pesar de la nula evidencia contundente de que el llanto tenga beneficio fisiológico alguno, un artículo publicado en la revista estadounidense *Parenting*, respecto a las mujeres y la maternidad, asegura que “el 85 por ciento de las mujeres afirman sentirse mejor después de llorar”²⁹. De tal suerte, el llanto es valorado a partir del propio estado interno y del medio ambiente, es la abstracción del mundo tal como es conocido y concebido, depende más de cuestiones psicológicas que respuestas físicas y ayuda al sujeto en cuestión, en la medida que este se sienta más cómodo o experimente una liberación al emitir las lágrimas. Más allá de indicadores químicos, el llanto ayuda a recuperar el equilibrio perdido. En palabras de Sartre “una emoción es una transformación del mundo [...] de nuestro *Umwelt*³⁰, el mundo de nuestros deseos, de nuestras necesidades y de nuestros actos”³¹.

²⁹ Citado por Lutz, *Op. cit.*

³⁰ Del alemán, término usado para designar el mundo que nos rodea, nuestro medio ambiente, entorno.

³¹ Sartre, *Op. cit.*

1.2 Aspectos psicológicos

En ocasiones, las lágrimas son menos un alivio que una incursión en la autocompasión o en el coraje contra uno mismo. Llorar nos permite distraernos de la causa de nuestra angustia y voltear hacia nuestro interior, compenetrarse consigo mismo y experimentar el otro lado de lo racional y la contraparte que nos diferencia del resto de los seres: las emociones y sentimientos. Gracias a ellos, las lágrimas permiten retornar al estado original, volver a la situación primitiva y estar en contacto con la parte más humana e íntima de nuestro ser.

El escritor Thomas Moore se vale de la mitología para explicar el conflicto interno que se lleva a cabo por la vía del llanto:

Los griegos contaron el relato del minotauro, el hombre con cabeza de toro y carnívoro que vivía en el centro del laberinto. Era una bestia amenazante, y sin embargo se llamaba Asterion, esto es, Astro. Esto que se agita en el núcleo de su ser es una bestia, pero también es el astro de su naturaleza más íntima. Tenemos que cuidar con extremada reverencia de este ser que sufre, a fin de no pasar por alto el astro a causa de nuestro temor y rabia ante la bestia.³²

No podemos dejar de llorar por querer mantener dormida a la bestia, no debemos omitir el caudal de sentimientos y/o emociones, porque eso es daño. Alexander Lowen fundador del “análisis bioenergético”³³ ve el cuerpo como el “depositorio de problemas psicológicos o caracterológicos” y lee las tensiones en los músculos faciales, los músculos largos y las articulaciones, a manera de clave de los problemas del paciente, si el llanto es suprimido, es como mantener una olla en constante ebullición pero sin destaparla, si nosotros no lo hacemos, llegará un momento en que ella lo haga por sí misma.

En cierto sentido, parafraseando a Kottler cada uno de nosotros trae una rica historia del pasado a cada nueva experiencia del presente y “toda vez que lloras por alguien, lloras también por ti [...] toda experiencia que te lleve a llorar es en parte

³² Citado por Kottler, *Op. cit.*, pp. 230-231.

³³ Técnica experimentada en los Estados Unidos, donde los pacientes gritaban y pegaban contra almohadas mientras practicaban el llanto “profundo”, lo que les ayudaba a entrar en contacto consigo mismos mediante sus sentimientos reprimidos.

resultado de circunstancias presentes, pero también lo es de asociaciones con lo que has vivido en el pasado”. Las lágrimas son como la máquina del tiempo de los eventos emotivos y dolorosos del pasado, nos permiten vivir una y otra vez corporalmente como nos sentimos en esos momentos.

Antes bien, llorar no consiste únicamente en abrir la caja de pandora y permitir que las lágrimas fluyan una y otra vez, porque (sí es una experiencia dolorosa) sólo implica un constante y latente sufrimiento, que requiere ser canalizado. Por ejemplo, existe el caso de una paciente que Kottler documenta:

Estaba yo sentada en el coche comiendo un burrito. Me sentía angustiada, sin saber a qué se debía aquel desasosiego tan grande. Por alguna razón comencé a pensar en que había sido objeto de abuso sexual por parte de mi padrastro. Repentinamente, el burrito se transformó en un pene. Sabía a sudor y a orina. Claro que yo sabía que era un burrito y me esforzaba por comerlo. Masticaba con fuerza, liberando simbólicamente toda la energía que estaba acostumbrada a sentir sobre mí.

Comencé a observar a una niña que, en la acera de enfrente, salía de su casa para hablar con su madre. La niña tenía aproximadamente la misma edad que yo cuando mi padrastro empezó a abusar de mí. La observé con su salto de cama, juguetona y con aspecto feliz y libre. Parecía inocente e ingenua. En aquel momento empecé a llorar por la pérdida de mi propia inocencia. Sentí de una manera abrumadora que yo debí de ser alguna vez tan inocente y libre como aquella niña, pero que eso me había sido arrebatado.³⁴

Lo sucedido permanecería en un nivel inconsciente de no ser por la terapia, gracias a ella logró hacer consciente el suceso lacrimoso y canalizó el trauma de ser abusada sexualmente a la edad de 7 años. En este caso, el dolor se encontraba latente, sólo que no de forma cabal, únicamente se necesitaba un detonante para así poder hacer tangible el objeto de nuestra angustia.

Cada uno de nosotros siente y tiene un nivel diferente de comodidad con sus lágrimas, una voluntad distinta de llorar en ciertas circunstancias, pero nunca en otras. Después de todo, Kottler apunta, “llorar es una experiencia profundamente personal, algo que sólo se hace en soledad”. Es difícil encontrarse personas que lloren en privado y que sientan además deseos de hablar de sus experiencias. “Es un lugar tan secreto la

³⁴ Kottler, *Op. cit.*, pp. 47.

tierra de las lágrimas”, observa atinadamente el escritor Antoine de Saint Exupery en *El principito*.

Cuando se llora, no se liberan sólo tensión corporal como algunos estudios fisiológicos lo confirman, mucho menos es únicamente una descarga de mucina, sales o proteínas, sino que en lugar de llorar y liberar lágrimas se desatan emociones y deseos complejos y contradictorios, en cierto sentido, expresan sentimientos tan íntimos e inexplicables cuya única forma de manifestarse es esa y no otra. El llanto es una experiencia que rebaza nuestra razón, es un hecho espontáneo que nos sobreviene. En palabras de Kottler es “el símbolo visible de la intensidad humana. Sólo se deja ver, para mejor o para peor, en los momentos en que la gente tiene una gran carga emocional”.

¿Puede decirse que lloramos por los hábitos emocionales y de expresión que hemos desarrollado o es simple imitación involuntaria ante los estímulos externos? Para Sartre “cada vez que nos encontramos en una situación insostenible, nuestra inclinación natural es re-crear el mundo con ayuda de nuestras emociones”³⁵. Entonces, lloramos tanto por hábitos emocionales como por estímulos externos, porque experimentar emociones es sentir el propio cuerpo, en palabras de Lutz, “es imposible imaginar una emoción que no tenga relación con un estado corporal”³⁶.

Autores como el psicólogo William James, creen que “los cambios corporales se producen directamente a partir de la percepción del hecho excitante y que nuestra sensación de esos cambios al mismo tiempo que se produce es la emoción”³⁷. Asimismo, existen técnicas de actuación donde el eje motor para que el individuo llore radica en recordar la sensación respecto a un suceso doloroso que provoque lágrimas. El método de actuación de Konstantin Stanislavsky para llorar es “pensar sólo en el perro muerto no es suficiente es necesario recordar y volver a sentir las sensaciones

³⁵ Sartre, *Op. cit.*

³⁶ Lutz, *Op. cit.*

³⁷ Citado por Lutz, *Op. cit.*

físicas del llanto para estimular, y de ese modo simular en forma convincente, el llanto de una persona triste”³⁸.

Kottler afirma, “las lágrimas espontáneas tienen su origen en una parte del cerebro, mientras que las ficticias necesitan mayor imaginación mental de la corteza, como cualquier actor de escuela puede comprobar”³⁹. En ese sentido, el método de actuación del teórico Stanislavsky, muestra al individuo como un ser que racionaliza y hace consciente el acto de llorar. Pero entonces si sabemos porque lloramos, ¿por qué dejamos de llorar?

El problema radica de acuerdo con el fisiólogo Cannon en que “el estado corporal por si solo no constituye la emoción”⁴⁰. No obstante, el llanto remite a la sensación física, e inclusive se crea en la imposibilidad de imaginar una emoción que no tenga relación con un estado corporal; el sentimiento y la remembranza son actos individuales que conectan al individuo con sus sentimientos más profundos, pero que a la par, les permiten liberarlos.

“El recuerdo de un momento doloroso que nos hizo llorar puede quedar ‘marcado’, entonces, por las lágrimas, y recordarlo puede hacer brotar lágrimas nuevamente”⁴¹ Por su parte, Sartre sostiene que cada emoción es un “subterfugio particular, un truco especial que cuenta con diferentes medios para eludir la dificultad”. Existen individuos que pueden llorar a diario, pero a la par los hay que no experimentan nada con la fuerza suficiente como para provocar el llanto. Son personas calmas y no revelan apenas señales de afecto de acuerdo con las investigaciones de Kottler.

Cuando los deseos internos y la realidad externa no corresponden o se contraponen, es ahí cuando ocurre un bloqueo y un choque emocional, lo que limita o deforma la capacidad de llorar en futuras ocasiones. El llanto, (desde una perspectiva conductista)

³⁸ *Ídem.*

³⁹ Kottler, *Op. cit.*

⁴⁰ Citado por Lutz, *Op. cit.*

⁴¹ Lutz, *Op. cit.*

que interfiere con los propios deseos prácticos y sociales es un “mal llanto”. De acuerdo con Lutz, “la gente que padece ciertos tipos de depresión clínica no llora, precisamente porque, ha renunciado a toda esperanza de que sus deseos se cumplan [...] pierden el ímpetu necesario para llorar porque sin deseo no hay lágrimas”⁴².

Las personas que dejan de llorar, desarrollan un bloqueo y un rechazo tanto a las expectativas personales y/o metas logradas por la vía de las lágrimas, los preceptos sociales no corresponden a las creencias del individuo. Existe una obstrucción entre sus expectativas y lo que es, ahora bien, Kottler señala, “las personas que están en contacto con sus lágrimas sintonizan mejor con sus pensamientos y sentimientos interiores”.

Así pues, hablar de lágrimas en un plano psicológico implica entrever la situación de cada individuo para derramar lágrimas, entender sus causas y consecuencias, para poder encontrar la comunicación del mismo, es decir, quién lo derrama pueda encontrar sus propias respuestas respecto a sus lágrimas.

1.3 Aspectos sociales

El neurofisiólogo Paul MacLean, afirma en *Cerebral evolution of emotion*⁴³ que lo que nos distingue del resto de los animales es la capacidad para llorar lágrimas en respuesta a la separación de los seres queridos. Este autor presenta una teoría, según la cual la primera aparición de las lágrimas como llanto en el hombre se produjo hace 1.400.000 años, cuando el uso del fuego se hizo común. Conjetura que el humo concomitante provocó por primera vez los reflejos lacrimosos. MacLean argumenta, puesto que los miembros de las tribus se sentaban en torno al fuego para cocinar, cauterizar heridas, despedirse de miembros de la familia y celebrar las ceremonias de cremación de los seres queridos, la excreción de lágrimas se convirtió en un reflejo condicionado asociado a la separación.

⁴² *Ídem.*

⁴³ Citado por Lutz, *Op. cit.*

A pesar de eso el evolucionista Charles Darwin no encontró ninguna finalidad útil en las lágrimas; especuló que se trataba simplemente de un acompañamiento no significativo de los vasos sanguíneos congestionados y los músculos contraídos alrededor de los ojos⁴⁴. Quedó sumamente desconcertado, en términos evolutivos, ante la pregunta por el modo en que esta conducta pudiera contribuir a la supervivencia de un individuo. Este ruido sin sentido no parecía contribuir de ninguna manera a la probabilidad de supervivencia y procreación.

Según el teórico político-social francés, Jean-Jacques Rousseau, las emociones civilizadas no son sino pálidas imitaciones de las emociones primitivas que experimenta la gente en su estado natural⁴⁵. En ese sentido, Rousseau plantea que el ser racional y la evolución de vivir en sociedades han cambiado la concepción y percepción que se tenía sobre las emociones y su forma de expresarlas se han transformado desde un gemido hasta un mar de lágrimas.

De acuerdo con algunos estudios sociales, las emociones son degradadas porque, cuando somos su presa, volvemos a un pensamiento mágico más primitivo en el que el mundo reacciona a nuestros deseos. Algunos de nuestros actos son efectivos; podemos encender una luz, utilizar un revólver, herir los sentimientos de una persona. El “acto” emocional es afectivo, escribe Sartre, precisamente porque no produce tal cambio en el mundo, para él “es el cuerpo el que, dirigido por la conciencia, cambia su relación con el mundo a fin de que el mundo pueda cambiar sus características”. Así, los adultos a diferencia de los niños, lloran a fin de transformar su medio ambiente social o ese *Umwelt* del que hablamos con anterioridad.

Las emociones no son sólo una válvula de escape ante situaciones inaceptables sino también establecen la posibilidad de crear un mundo transformado con existencia propia en un tiempo y espacio. En consecuencia, son ellas las que brindan el sentido de pertenencia al presente y generan una concepción del futuro.

⁴⁴ Citado por Moses, *Op. cit.*

⁴⁵ Citado por Sartre, *Op. cit.*

Robert Plutchik, psicoterapeuta estadounidense, sugiere que hay cuatro pares de emociones que son similares para todas las sociedades humanas: Alegría / tristeza, agrado / repugnancia, ira / miedo, expectativa / sorpresa y todas las demás emociones derivan de las combinaciones de éstas⁴⁶.

Los primeros antropólogos, viajeros y misioneros que descubrieron nuevos estilos emocionales lograron demostrar que una emoción es un trozo de cultura más que una simple reacción natural. En palabras de Sartre, “las emociones están siempre acompañadas por la creencia”⁴⁷. Uno no puede comprender las emociones sin referirse a los significados específicos que tienen en una cultura determinada en un momento dado.

La expresión de emociones y sentimientos, son acuerdos sociales preestablecidos, por ejemplo: se enseña a los bebés a reaccionar ante situaciones que ameriten lágrimas y las que no las requieran, se les instruye sobre cuales lágrimas merecen consuelo y cuáles no. De acuerdo con Lutz, “las emociones son también fundamentalmente sociales”. En ese sentido el filósofo inglés John Locke escribió un tratado sobre el llanto en Inglaterra donde menciona, “llorar es una falta que no debe tolerarse en los niños; no sólo por el ruido desagradable e indecoroso que llena la casa, sino por razones de mayor peso en referencia a los niños mismos, que son nuestro objetivo en la educación”⁴⁸.

Cada cultura tiene en sus lágrimas un acento diferente y peculiar por ejemplo Kottler afirma que:

Los ingleses, los suecos y los alemanes lloran con considerable menos frecuencia e intensidad que los originarios de los países mediterráneos [...] para un italiano o un judío, llorar no es ninguna deshonra; en realidad, hacerlo abiertamente en momentos de angustia es una tradición honorable. Un proverbio judío describe las lágrimas como el jabón que lava el alma.⁴⁹

⁴⁶ Citado por Lutz, *Op. cit.*

⁴⁷ Sartre, *Op. cit.*

⁴⁸ Citado por Lutz, *Op. cit.*

⁴⁹ Kottler, *Op. cit.*, pp. 123.

Nuestra vida está gobernada por rituales preestablecidos y en ese sentido, el llanto no es la excepción. Por ende para Kottler:

Las normas culturales del llorar, ya sea que las establezca la sociedad, una tribu o una familia, nos guían en nuestra conducta. Una cultura particular dicta reglas acerca de cómo las emociones pueden reprimirse o expresarse. Esas normas no sólo se refieren al modo particular de comunicación [...] sino más profundamente a qué sentimientos se experimentan en realidad.⁵⁰

Los submundos posibles para llorar implican adquirir un lenguaje diferente para cada uno de ellos: la familia, el núcleo laboral, los amigos, la sociedad, el país, el género, la religión e inclusive el idioma. No es lo mismo tener en español un vocabulario respecto al llanto, pena y sufrimiento, que el que se tiene en alemán para definir lo mismo, porque el idioma se adapta a las capacidades de los hablantes. En otras palabras, el vocabulario respecto a la pena, el dolor, el sufrimiento y otras, va a depender directamente de la expresividad emocional del grupo social que habla determinada lengua, de ahí que incluso existan palabras que son intraducibles y que sólo pueden ser entendidas en su contexto social.

El llanto es aprehendido a través del contexto espacio-temporal en que se desarrolla, por ejemplo, hoy no es mal visto el llanto de un hombre al ver a su hijo recién nacido, mientras que en contraparte observar a un cura con total devoción derramar lágrimas en misa como señal de fe, es descontextualizado, e inclusive un despliegue emocional injustificado, que en el pasado tenía coherencia, pero ahora la ha perdido. Así, en palabras de Lutz, “las emociones son [...] aprendidas durante la interacción”. Kottler asegura, “no hay otra conducta que facilite con más rapidez la intimidad, ni otra forma de comunicación capaz de expresar con tanta rapidez la esencia de la experiencia humana que las lágrimas” .

Después de todo llorar es un manera dramática de descubrir cuál es nuestra situación en relación con los demás. Las lágrimas realzan nuestra conciencia del yo y de los otros, estrechan lazos, porque no es gratuito que los sentimientos sean la esencia de la experiencia humana.

⁵⁰ *Ídem.*, pp. 138.

Gracias al desarrollo de la humanidad a través de sociedades, algunas lágrimas han sido consideradas buenas y otras, como las que no son “genuinas”, han sido vistas con desprecio. Por un lado, enaltecen la naturaleza humana, mientras por otro, la degradan. Lloramos por los hábitos emocionales y de expresión que hemos desarrollado, es una cuestión más cultural que por convicción propia.

El placer de las lágrimas tuvo a menudo un origen religioso y, con frecuencia, sólo estaba relacionado de manera indirecta con el dolor, la tristeza, o el sufrimiento. Prueba de ello es el Antiguo testamento al mencionar, “¡los que siembran con lágrimas cosechan entre cánticos!” O de acuerdo con el Evangelio de Lucas, “Bienaventurados los que lloráis ahora, porque reiréis” — y en el de Juan— “vuestra tristeza se convertirá en gozo”.

Llorar en la época medieval, era considerado un intento de influir a Yavé a través de una suerte de autohumillación, un anuncio de sumisión ante Dios, como desgarrarse las vestiduras o vestir manta y cenizas⁵¹. De esa forma, el uso de las palabras “alma” y “místico” resultaba significativo ya que aún en el siglo XIX el placer de las lágrimas era, explicado en términos religiosos, en palabras de Lutz bajo la premisa, “las lágrimas lavan los pecados del mundo y anuncian la llegada de la renacida inocencia”. En algunos casos, las lágrimas son tan poderosas, en tanto garantes de autenticidad religiosa, que llega a decirse, incluso, que algunas estatuas religiosas lloran.

Por su parte, el teólogo cristiano San Agustín distingue los usos del llanto en público y privado. Eso es su contribución a la cultura medieval de las lágrimas. Él considera al llanto público como un hecho impuro y carente de sentido por tener como único fin, demostrar el dolor ante el otro⁵². El llanto no siempre es sincero y, cuando lo es, no siempre significa tristeza. De ahí que San Agustín prefiera el llanto privado por considerarlo más puro y honesto consigo mismo. Un ejemplo de ello es la experiencia de una paciente de Kottler, quien describe su sentir respecto a llorar en público:

⁵¹Citado por Robert Burton en *Anatomía de la melancolía II* (1998).

⁵² Citado por Lutz, *Op. cit.*

Prefiero con mucho llorar sola que en público. Hay gente que tiene esa manera intrascendente de llorar en que las lágrimas le brotan de los ojos, pero continúan perfectamente. En mi caso, es como una sinfonía que interpretara todo el cuerpo, apenas puedo hablar y tengo un aspecto fatal. Cuando eso ocurre tengo que estar sola. De lo contrario asustaría a los demás.⁵³

En ese sentido, el llanto se adapta a las exigencias culturales y sociales al ser mutable con gran facilidad, tal como lo explica el ejemplo anterior.

Ahora bien, al seguir la lógica de Tomas de Aquino, poetas románticos consideraron la existencia de un “llanto moral”, porque algunas lágrimas provienen de un “sentimiento genuino” y otras no⁵⁴. Esas lágrimas puras en palabras del escritor Cioran son, “el criterio de verdad”⁵⁵ y la relación de las lágrimas con la sinceridad está lejos de ser simple y esto se debe, en parte, a que las emociones son también fundamentalmente sociales.

No obstante, sin importar la época o la cultura, el llanto es relacionado en forma casi automática con el género femenino, considerándolo a partir de una cuestión sexual más que, en un contexto de emotividad. De ahí, el papel relegado a segundo plano que ha tenido la mujer a través de los siglos, es un hecho que se confirma al asignarle el rol de los sentimientos y eso por sobreponer la racionalidad a la emotividad. En consecuencia, existen proverbios como éste que connotan ese rol, “toda mujer está en un error hasta que llora”.

A pesar de las tendencias de diversos pueblos a reaccionar con lágrimas de modo uniforme, las variaciones que presenta esta conducta son tremendas. De acuerdo con Kottler:

Es un error generalizar en demasía y afirmar que, puesto que alguien es miembro de una cultura particular, es proclive a llorar de modos particulares. En realidad, a menudo las diferencias entre miembros de la misma cultura son mayores que las existentes entre culturas diferentes.⁵⁶

⁵³ Kottler, *Op. cit.*, pp. 97.

⁵⁴ Citado por Lutz, *Op. cit.*

⁵⁵ *Ídem.*

⁵⁶ Kottler, *Op. cit.*, pp. 139.

Sin embargo, aún cuando se cree que la mujer es quien se encarga de jugar el papel emotivo en las relaciones de familia o de pareja y por consiguiente ella es quien decide cuando utilizar o descargar sus lágrimas, el llanto es una cuestión que se describe mejor como un punto de cohesión de acuerdo con el evolucionista Paul Mc Lean, al afirmar, “el llanto es la herramienta que usan los seres humanos para mantenerse vinculados entre sí”⁵⁷.

En suma, las lágrimas son un punto de cohesión entre las distintas culturas humanas, ellas connotan que estamos emocionados sinceramente ante sucesos internos o externos; sin importar que sean muchas o pocas o si son derramadas por una cultura u otra en circunstancias de dolor, felicidad o heroísmo. Así, para que este llanto tengan validez es preciso encontrar una respuesta satisfactoria que lo enaltezca y nos haga valer como parte integral de una sociedad. Ahora bien, es importante considerarlas en su tiempo y espacio determinados para no establecer interpretaciones arbitrarias.

⁵⁷ Citado por Kottler, *Op. cit.*

2. *El llanto efectos y consecuencias*

Más de una vez me he preguntado: ¿por qué vamos a ver una película a sabiendas de que lloraremos, aún cuando sabemos que es ficción?, ¿qué tan cierto es que para todos es más placentero llorar en privado? y de ser así, ¿por qué visitamos una sala cinematográfica o acudimos con amigos?, ¿qué relación existe entre llanto y empatía?, ¿qué es la empatía?, ¿qué tan verdadero es hablar de empatía a través de una obra de arte?, ¿es lo mismo generar empatía con la obra que la proyección sentimental?, ¿por qué se cree que llorar es sinónimo de bienestar?, ¿todo llanto es benéfico?, ¿llorar es catártico?, ¿qué de cierto hay en la teoría de la catarsis?, ¿es lo mismo el llanto femenino que el masculino?, ¿existen diferencias de género aplicables al llanto?, ¿por qué se concibe socialmente a la mujer como la encargada de la labor emocional en la pareja tanto como en la familia?, ¿por qué se cree que los hombres no lloran y cuando lo hacen es que realmente sucede algo?, ¿qué ocurre en las demostraciones colectivas de llanto?, ¿qué desencadena un llanto colectivo en una boda al igual que ante la muerte de un ser querido? y ¿existe un efecto cadena implícito en el llanto colectivo?

Las lágrimas son una forma de distraernos de la causa de nuestra angustia y voltear hacia nuestro interior, también lo es que no por ello todo llanto tiene que ser en solitario. Las lágrimas son una manifestación corporeo-emocional, que nos une a las personas, es como un secreto a voces donde el estar acompañados, permite olvidarnos de nuestra orfandad, del sentirnos solos; en cierto sentido, el llanto en compañía nos ofrecen la ventaja de unirnos en el dolor, nos brindan una nueva perspectiva ante eso que se mezcla en nuestro alrededor.

Llorar en colectivo, nos brinda cierta seguridad porque sabemos que estamos en la masa, ella nos oculta y nos mantiene en la línea difusa donde todo se permite. Sí se trata de un llanto masivo, el aliciente está en que no se es el único al que la emoción lo ha rebasado, y eso es precisamente lo que nos ocupa y nos preocupa.

En ese sentido, lo que nos conmina a ir a una sala cinematográfica, buscar la compañía de un amigo, un hombro para llorar, es esa necesidad de no sentirnos solos

ante nuestras propias lágrimas, no queremos perdernos ante ese despliegue emocional y en buena medida, la compañía es ese hilo de Teseo, que impide nos perdamos en el laberinto donde asecha el minotauro de nuestras emociones y sentimientos.

“Las lágrimas forman parte de tantos rituales nuestros” de acuerdo con Kottler en *El lenguaje de las lágrimas*. “Gritar y llorar nos libera de la civilización” afirma la terapeuta primaria y psiquiatra Rose Sidney¹. El llanto se convierte en el umbral para edificar un nuevo mundo donde sólo nosotros tenemos acceso. En palabras del escritor Miguel de Unamuno en *Del sentimiento trágico de la vida*, “lloramos no sólo para sentirnos mejor sino para hacer un mundo mejor”². Por lo anterior, desempolvemos nuestros lágrimas y demosle libre curso a nuestras emociones que el llanto nos conlleva al bienestar que en tiempos posmodernistas es una utopía.

2.1 La catarsis

La *catharsis*, es un término griego que significa “purgación” o “purificación”. El nombre en sí connota deshacerse de lo maligno, lo dañino, todo lo que no le sirve al cuerpo. A fines del siglo XVII, el término *catharsis* era utilizado casi exclusivamente en relación con la evacuación de los intestinos y el adjetivo “catártico” se convirtió en sinónimo de poderoso laxante. Posteriormente, los psicólogos Sigmund Freud y Josef Breuer en sus escritos sobre la histeria reintrodujeron el término en el campo de la psicología, en el año de 1890. Desde entonces, el término es empleado para designar todo aquel punto de fuga, donde lo que es dañino para el alma es expulsado.

Nos preocupa entender si el llanto produce catarsis o es a la inversa. Ahora bien, el concepto tiene una larga y compleja historia, que entretiene pensamiento fisiológico, moral, psicológico, estético, filosófico y espiritual de forma promiscua. En un análisis cronológico son los griegos los primeros en hablar de catarsis. Aristóteles, lo emplea en *Poética* para referirse a la purgación, en un sentido más general de purificación.

¹ Citado por Tom Lutz en *El llanto. Historia cultural de las lágrimas* (2001).

² *Ídem*.

En el siglo I la idea de catarsis vía el llanto se dilucida con el poeta romano Ovidio quien escribió, “mediante el llanto dispersamos nuestra ira [...] Llorar es un alivio; la pena es satisfecha y eliminada por medio de las lágrimas”³, mientras el retórico romano Séneca con sólo medio siglo de diferencia sostiene, “las lágrimas calman el alma”⁴. Así, nuestras primeras referencias hacen hincapié en que el llanto es una vía hacia la catarsis, una forma de liberarnos de lo que cargamos; por consiguiente un proverbio yiddish establece que “llorar alivia el corazón”.

Con el correr de los siglos, el turno tocó al filósofo y científico René Descartes en *Las pasiones del alma* se preocupó más en definir a las personas que no lloran, al afirmar que ellas están marcadas por “una disposición maligna”, entendido esto como una afección física y no dentro de los parámetros entre bondad y maldad; asimismo, dice que estas personas tienen “una tendencia hacia el odio o el miedo pues son esas pasiones las que disminuyen el material de que se componen las lágrimas”⁵. Por su parte, el psiquiatra Sir James Crichton-Browne, argumentó “el loco llora con más facilidad que el cuerdo y el cretino no llora en absoluto”⁶.

No obstante, definir a las personas que no lloran con tendencia al odio o al miedo es una aseveración sin base científica, que puede ser reforzada por los estudios del llanto en adultos de la investigadora Margaret Crepeau. Ella encontró que las personas que derraman lágrimas más a menudo y tienen actitudes positivas respecto al llanto son emocional y físicamente más sanas, que las que no lloran o desprecian esta conducta⁷.

En ese sentido, no se puede establecer un juicio valorativo respecto a la disposición genética o física de quienes no lloran, o por lo menos ningún estudio lo avala, ni mucho menos tratar de catalogarlo como un acto consciente, porque la mayoría de las veces, la emoción rebasa al individuo quien no decide el cómo ni cuándo llorar sino el dónde. Si se entiende dentro de los parámetros de ubicación espacio-temporal y no dentro de los

³ Citado por Lutz, *Op. cit.*

⁴ *Ídem.*

⁵ *Ídem.*

⁶ *Ídem.*

⁷ *Ídem.*

cualitativos, tal vez, el llanto sí pueda ser controlado, por ejemplo en las salas cinematográficas, donde los individuos van a sabiendas de que llorarán o en los funerales; pero aún así, el llanto es asociado con salud y alivio en todos los sentidos, y a menos que se trate de un masoquista ¿qué sentido tiene reprimirlo?

Durante mucho años se ha supuesto, tras la hipótesis freudiana, que la catarsis de la emoción es intrínsecamente terapéutica. Se pensaba que el simple acto de expresar sentimientos liberaba energía tóxica reprimida de tal manera que uno se sentiría libre de cargas, a lo que Kottler apunta:

La excitación y la expresión emocionales como fines en sí mismos no sólo pueden ser inútiles, sino incluso perjudiciales. A menos que se les ayude a complementar el ciclo de excitación hasta el punto de reinstalar la desactivación, las emociones que se ponen en movimiento pueden continuar girando sin control [...] sólo en el acto de resolución, el llanto puede llegar a ser terapéutico.⁸

Hablar de un llanto catártico, es hablar de un llanto liberador, que por sí mismo, es la solución a los problemas. De acuerdo con estudios de Freud y Breuer *Sobre la histeria*, el momento en que el paciente llora es un designio de su cura; sus investigaciones, les llevaron a suponer que el proceso de liberación y por consiguiente de cura ante traumas y/o problemas emotivos, se daba mágicamente al momento de emerger las primeras lágrimas, sin embargo, con el avance de los estudios en la materia, autores como Lutz aseveran que, “en lugar de liberar las lágrimas estas liberan emociones”.

La finalidad del método catártico de Freud y Breuer era purgar el agente extraño y, para alcanzar esa meta, el paciente era animado a recordar el evento traumático y a volver a experimentar las emociones negativas “tan vívidamente como fuera posible”⁹. De tal suerte, los términos “catarsis” y “abreacción” fueron acuñados por ellos de algún modo intercambiable, como si cualquier recuerdo doloroso fuera necesariamente terapéutico.

⁸ Kottler, Jeffrey. *El lenguaje de las lágrimas* (1997), pp. 216.

⁹ Citado por Scheff en *La catarsis en la curación, el rito y el drama* (1986).

No obstante, el llanto catártico, implica no sólo emitir sonidos, lágrimas y recordar o expresar un suceso doloroso o tormentoso del pasado, es un conjunto de emociones, que nos rebasan, nos desbordan, y contrariamente a lo que postulan Freud y Breuer no terminan con el suceso o hecho doloroso, sino que lo potencializan. La teoría freudiana final no considera que la liberación emocional por sí misma pueda curar, en la medida en que observa que una experiencia catártica puede remover un síntoma particular y sin embargo dejar intacto el problema fundamental. En palabras de Lutz:

Llorar durante una sesión analítica significa que se tiene acceso al significado total y poder del recuerdo. Al describir el recuerdo traumático, se le rescata del irredimible pasado y se le incorpora a la conciencia presente. Sin embargo, el llanto que acompañaría la emergencia del suceso a la conciencia no tiene valor terapéutico en sí mismo.¹⁰

Existen divergencias respecto a la eficiencia de la catarsis como método curativo, por una parte autores como el psicólogo Moshé Feldenkrais, afirman, “el diván freudiano funciona al facilitar la eliminación catártica de la tensión corporal”¹¹, en ese sentido, la teoría freudiana, surgió como un paliativo y evasión ante el verdadero conflicto, que lejos de ser benéfico será una cura momentánea. Por otra parte, un estudio doctoral efectuado por la estadounidense Wendy Ellen Davis, sobre hábitos y actitudes del llanto entre casi 200 estudiantes universitarios, reveló que las mujeres que lloraron más a menudo, reportaron beneficios psicológicos como en términos de calidad de vida¹². Sin embargo, al realizarles pruebas que determinaban estrés y estándares de salud, Davis reportó que el llanto era asociado con un peor estado de salud. Así, hablar de la efectividad del llanto catártico implica hacer una revisión en cuanto a su conceptualización, principalmente porque algunos psicólogos sostienen que se debe a la confusión entre forma mental y física de la catarsis, llorar acompaña la liberación, más no es su causa.

Sin embargo, lo anterior es resultado de la confusión entre bienestar, calidad de vida y felicidad, el primero está determinado y regido por las otras dos, la segunda se asocia más con beneficios externos que con factores psicológicos, mientras la felicidad,

¹⁰ Lutz, *Op. cit.*, pp. 150.

¹¹ Citado por Lutz, *Op. cit.*

¹² *Ídem.*

es vista por los filósofos como la suma de los dolores y placeres establecido en un cálculo mental.

Ahora bien, hablar de bienestar implica destacarlo de dos tipos, uno con respecto a la felicidad, que le confiere poder al sujeto, es decir, bienestar subjetivo, mientras que la otra atañe a la calidad de vida, o sea a los cánones internacionales: el salario, poder adquisitivo, acceso a servicios públicos (agua, luz, drenaje, entre otros), nivel educativo y vivienda. La Real Academia Española a través de su diccionario, define bienestar como una situación física y psíquica, de vida holgada y abastecedora de cuanto conduce a pasarlo bien y con tranquilidad.

En psicología como en sociología el bienestar subjetivo se asocia con conceptos de felicidad y satisfacción de vida, mientras para las instituciones, organizaciones y gobiernos, se asocia más al aspecto económico y a indicadores objetivos, cuyo eje temático es el bienestar ajeno al individuo, es decir basado en cuestiones materiales que si bien hacen más cómoda la vida no garantizan el bienestar interno de los sujetos. De tal forma, resulta obsoleto considerar que una persona que cubra en su totalidad los cánones internacionales del bienestar va a ser feliz, como también lo es creer que las personas a quienes nosotros consideramos pobres sean infelices y no se consideren dentro de los rangos de este. La escritora Elizabeth Kübler-Ross en *Sobre la muerte y los moribundos* considera “el bienestar va más allá del confort material”, es decir, tener un holgado poder adquisitivo, acceso a servicios públicos y una vivienda digna, no lo es todo.

El juicio de la vida se basa en el flujo de las experiencias de la misma esto es igual a la suma de placeres y dolores. Para algunos autores como Schimmack, Radhakirshnan, Oishi, Dzokoto y Ahadi, el bienestar subjetivo tiene componentes afectivos y cognoscitivos¹³. La parte afectiva está basada en un balance hedónico entre afecto placentero y displacentero. Por otra parte, el aspecto cognoscitivo es un componente

¹³ Citado por De Quiroga, Ana. *et al.* en *Psicología Social* (2002).

individual de satisfacción con la vida que depende de estándares subjetivos y no de indicadores como el Índice de Desarrollo Humano*.

Los investigadores sociales Enrique Reig y León Garduño Estrada en *Calidad de vida y bienestar subjetivo en México*, consideran que, “cada ser tiene su propia inclinación, y con esas inclinaciones generará sus expectativas; cuando éstas sean satisfechas, experimentará bienestar y satisfacción”. Por su parte el psicólogo Van Dierendonck en el mismo compendio escribe “se puede entender el bienestar subjetivo como una suma de sentimientos que son producidos en los seres humanos ante el proceso mismo de la vida que involucra a la persona consigo misma, en el lugar donde vive y con su trabajo”.

Las fuentes de bienestar no siempre están en las mismas cosas para todas las personas; esto se debe a que las personas tienen diferentes propósitos de vida y que éstas evalúan su bienestar subjetivo con base a su noción de propósito de vida. De acuerdo con los investigadores sociales, Darío Páez y Elena Zubieta en *Calidad de vida y bienestar subjetivo en México*, “el menor desfase entre aspiraciones y logros produce mayor bienestar”.

Ana María Anguas Plata, profesora de la Universidad Autónoma de San Luis Potosí, en *Calidad de vida y bienestar subjetivo en México* afirma que el bienestar subjetivo es “la percepción de un estado interno y positivo de homeostasis, acompañado por un tono afectivo agradable, resultado de la satisfacción de necesidades elementales y superiores del individuo”. Lo anterior se aplica a los estados de bienestar después del llanto, aunque fisiológicamente no se reporte un bienestar, mentalmente existe, eso es lo que los sociólogos y psicólogos han denominado bienestar subjetivo. De tal forma León Garduño afirma “los enfoques de bienestar que se basan en indicadores objetivos no han corroborado empíricamente su asociación con el bienestar, y tampoco han probado que los mismos criterios se apliquen de manera uniforme para todas las personas. El

* Es el resultado de la suma entre el Producto Interno Bruto, esperanza de vida y nivel escolar de los países cuyo valor máximo es uno.

bienestar subjetivo, por el contrario, acepta e incorpora esta subjetividad inherente en el bienestar”.

Una persona que llora regularmente puede recuperar su equilibrio después de experiencias emocionalmente difíciles y sus lágrimas son el simple acompañamiento de su rápida vuelta al equilibrio. Entonces, la catarsis no acompaña al llanto, sino las lágrimas son una consecuencia de la catarsis, una vez que el individuo ha sacado todo lo que le daña o no le sirve llora mas no a la inversa. En ese sentido, las lágrimas son el resultado de la homeostasis natural de nuestro organismo.

No obstante, Lutz apunta:

Lloramos en terapia una y otra vez sin nunca alterar, y quizás nunca lograr acceso consciente a los recuerdos que nos tienen bañados en llanto. En las teorías cognoscitivas, son los recuerdos los que son almacenados, no los sentimientos [...] cada vez que lloramos, lo hacemos porque el recuerdo está marcado por lágrimas y entonces al hacerlo lo marcamos con lágrimas una vez más.¹⁴

En consecuencia, lloramos para reafirmar la desactivación emocional, y sólo como señal de que algo anda mal, mas no como vía curativa o como posible solución ante el problema. Por ende, el llanto es sólo un síntoma para obtener ayuda, es una señal para reencausar lo que nos daña, molesta y comunica que no estamos bien, pero contradictoriamente indica que todo va a estar bien.

Como demostró el científico Joseph LeDoux la capacidad de sentir una emoción y de reconstruir o recordar el significado de un evento emocional requieren de la participación de diferentes partes del cerebro y pueden funcionar en forma separada o coordinadamente¹⁵. De ahí, que al recordar un hecho doloroso acuda el llanto o a la inversa, o que lloremos y tengamos la emoción, sin conocer la causa de nuestras lágrimas.

¹⁴ Lutz, *Op. cit.*, pp. 172-173.

¹⁵ Citado por Scheff, *Op. cit.*

Una revisión a la teoría de la catarsis fue hecha por los psicólogos Michael Nichols y Melvin Zax en sus escritos sobre catarsis y psicoterapia. Formularon una distinción entre catarsis somática emocional y catarsis cognoscitiva¹⁶. La primera es una experiencia puramente corporal, mientras la segunda, como en la teoría de abreacción de Freud, es principalmente un asunto de la psique independientemente de cuántos cambios somáticos acompañen al proceso.

De acuerdo con Barry Guinagh, profesor de psicología educativa en la Universidad de Florida, las teorías somático emocionales de la catarsis emplean un modelo “de cubeta” o “hidráulico”, afirman que las emociones no expresadas se acumulan y necesitan ser descargadas a fin de que la persona funcione adecuadamente¹⁷. Ahora bien, hablar de un problema en la psique del individuo es más complejo que un simple derrame de lágrimas, porque el fenómeno no termina ahí, ello es sólo el comienzo de algo más trascendental. Mientras los fisiólogos han descrito a detalle la relación entre llanto y la reducción de la tensión, los psicoterapeutas no han integrado estos descubrimientos a sus prácticas o teorías y reurren a una comprensión que los fisiólogos abandonaron hace décadas. La causa quizá se debe a que la psicología comenzó a estudiar las lagrimas a través de la psicofisiología hacia fines del siglo XIX, fecha reciente aún para que los psicólogos establecieran un campo de estudio a profundidad.

Por ende, la discusión sobre la efectividad de la catarsis tiene su origen en la nula comprobación de los estudios psicológicos, debido a que su única vía de corroboración es el cuerpo, pero eso ya lo han hecho los fisiólogos. El propio Sartre en *Bosquejo de una teoría de las emociones* lo describe al designar que el principal problema de los psicólogos es que no describen su materia de estudio como un proceso integral, en el cual todo está correlacionado, sino en partes aisladas, lo que dificulta mayormente la labor psicológica.

¹⁶ *Ídem.*

¹⁷ Citado por Lutz, *Op. cit.*

En el análisis sobre la catarsis los psicólogos Jay Efran y Tim Spangler encontraron que lo que se vive como más terapéutico no es el acto mismo de llorar, sino “el de recuperarse de las lágrimas [...] es importante ayudar a la gente a sentirse cómoda cuando llora, pero no sin ayudarle también a secarse los ojos y comprender la experiencia”¹⁸. Porque como Kottler en *El lenguaje de las lágrimas* sugiere, “las lágrimas tienden a fluir cuando uno se siente conmovido, fuera de control, y no cuando se siente muy bien”. Sin embargo, no se puede descartar que las lágrimas también se derraman de alegría, en ese sentido convendría aclarar, que el llanto emerge cuando la emoción es más fuerte que nosotros, sin implicar que nos sintamos bien o mal.

Edward Albee en su obra *Tres mujeres altas* menciona que una vieja llora y una vez que termina entra su enfermera y le dice: “eso es. ¿Ya se siente mejor? Un buen llanto libera el alma”. A lo que la vieja le responde: “¿Y un mal llanto, qué produce?”¹⁹. Hablamos de la existencia de distintos tipos de llanto, pero ¿todos los llantos son benéficos o existen llantos malos?

El llanto no puede catalogarse entre los límites del bien y el mal, sino que puede ser medido en relación a si es liberador o no, a si ayuda a disminuir la carga emocional y los agentes dañinos o no y en cierto sentido a reinstalar, organizar y recuperar el equilibrio en el individuo. Así, hablar de lágrimas implica establecer una relación con el concepto de bienestar, o sea marcar los límites subjetivos que cada uno de nosotros colocamos para sentirnos bien. Con todo, podemos decir que un mal llanto es aquel que no auxilió al individuo, que no fue reencusado y no le ayudó a instalar lo que se desbloqueo con las lágrimas.

El escritor español Miguel de Unamuno dice, “no basta curar la peste, hay que saber llorarla”²⁰. Y en ese sentido, llorar es más que segregarse mucina y líquido acuoso, implica dejarse llevar por la emoción y no hacer racional un hecho que es emotivo, por lo menos no en el momento de derramar las lágrimas porque ello implica frenar su libre

¹⁸ Citado por Kottler, *Op. cit.*

¹⁹ Citado por Lutz, *Op. cit.*

²⁰ *Ídem.*

cause e inclusive incurrir en un bloqueo de lo que se hablará a profundidad en el capítulo tres.

Para Lutz, llorar es menos un alivio que una incursión en la autocompasión o en el coraje contra uno mismo. En algunas formas de terapia, el llanto es un epifenómeno sin significado alguno, mientras que otras lo consideran el camino más importante para la salud mental.

No obstante, en este trabajo el llanto cunde a nosotros como una vía comunicativa es decir como un camino para obtener información que repercutirá en nuestra salud tanto física como psíquica. Nuestras lágrimas se correlacionan a la catarsis y a la sensación de bienestar independientemente de si estas son sólo el destape de la gran olla de presión que son nuestras emociones y sentimientos. Así podemos afirmar que el llanto es saludable o catártico en la medida que nos comuniquemos con nosotros mismos y nos conectemos con nuestra parte esencial de ser humanos.

Kottler asegura que después de llorar te sientes mucho mejor. El llanto fluido es una respuesta saludable equivalente a cualquier otro medio de aliviar tensión, cuyos desencadenantes son las decepciones y pérdidas. El llanto puede ser catártico si el sujeto se siente aliviado y que su carga ha disminuido, independientemente de que las reacciones físicas o químicas sean adversas. En suma, el llanto catártico se asocia a el concepto de liberación del sujeto más allá del de bienestar subjetivo, ya que él puede ser sinónimo de bienestar para algunos, más no es un factor determinante que tenga efectos favorables en los individuos.

2.2 La empatía y su correlación con el llanto

Tenemos dos corrientes en cuanto a la empatía, una donde el público se funde con la obra, suprime su yo para asimilar el ajeno y otra donde el espectador se mantiene al margen sin olvidar su condición como sí, observa la obra y la comprende pero sin dejar de lado su yo. En mi opinión en la segunda las lágrimas son más frecuentes, no obstante, ambas pueden ser detonantes de llanto. En la primera, el sentimiento fue adquirido por asimilar al artista, y en la segunda, el sentimiento fue generado por ser la evocación personal. Ahora bien antes de hablar del llanto y su relación con la empatía es conveniente aclarar ¿qué es el arte? y ¿qué es la obra de arte?

El arte y la obra de arte son la materia prima de la empatía. El escritor ruso Tolstoi afirma, “el arte es, puramente, uno de los medios de comunicación civil entre los hombres; un actividad cuyo objeto consiste en transmitir, de uno a otro individuo, los sentimientos mejores y más elevados del alma humana”²¹. A la par el filósofo mexicano Antonio Caso en *Principios de estética* señala, “la vida y el arte, nunca han brindado su secreto a la razón, pero sí la comunicación de su carácter y de su proporción con las otras cosas del mundo”.

Para Juan Plazaola en *Introducción a la estética*, “el arte es un medio de expresión y comunicación, pero no se somete a las categorías lingüísticas que emplea la semiología del lenguaje. No es una lengua. Es lenguaje en el sentido de que cada obra inventa su morfología y sintaxis”. Es decir, cada obra expresa un mensaje propio y único.

El psicólogo alemán Wundt dice, “el arte es, en cierto sentido al menos, un aspecto del ‘alma colectiva’, íntimamente relacionado con la evolución del lenguaje, la religión y las costumbres”²², a lo que Caso agrega: “el arte es el espejo del alma y hermética unión de las facultades”. De esta forma, el arte se ubica dentro de un contexto y expresa la cosmovisión de la época de su autor.

²¹ Citado por Antonio Caso en *Principios de estética* (1925).

²² *Ídem*.

El arte, pues captura la esencia de su tiempo y de su espacio. Entonces, para el crítico Schmarsow, “el arte es un encuentro del hombre con la naturaleza”²³. De tal forma, existe un nexo entre alma-arte-naturaleza-hombre. No obstante, el crítico de arte Wilhelm Worringer en *Abstracción y naturaleza* reconoce como arte sólo aquello que, brotando de necesidades psíquicas, satisface necesidades psíquicas y excluye el instinto de imitación y el gusto juguetón por la reproducción del modelo natural, en otras palabras es importante el lazo que une a la obra con su original, con la esencia del artista, más no debe dejarse de lado que la imitación en sí misma, se pierde al plasmarse en la obra de arte.

En ese sentido, partimos de la identificación de dos almas a través del arte, una que se proyecta al realizar la obra de arte y otra que se ve complementada al observarla. En palabras de Caso, “el arte, expresión de la intuición, manifiesta la realidad de las cosas, independientemente de todo fin utilitario [...] es siempre único, siempre irreal, puramente humano, exclusivamente humano; expresión privativa de una conciencia”.

El arte, de acuerdo con el filósofo alemán Schelling en *Filosofía del arte*, “no sólo tiene valor propio, es el sumo valor; es la más perfecta manifestación de lo absoluto, fuente de toda realidad”. Para él, el arte no se reduce a excitación sensorial, no se limita al plano angosto de la sensibilidad, no se resuelve en elementos sensibles —color, sonido, figura— hay un alma en la naturaleza y el artista debe captar su energía productora. Para Schelling, el arte depurado de elementos empíricos y contingentes, supera a la naturaleza y lleva impreso el carácter de lo infinito y de la interioridad. El arte expresa el aspecto real y corpóreo de las ideas, que a su vez se escinde en un momento real —artes figurativas— y un momento ideal —artes literarias—, porque materia y palabra obran como símbolos de la idea, escenarios de su aparición, y correlativamente imponen dos series artísticas.

En cierta medida la perspectiva de Schelling y Schopenhauer se contraponen, porque mientras el primero delimita el arte al plano de lo infinito y de la interioridad, el

²³ Citado por Wilhelm Worringer en *Abstracción y naturaleza* (1953).

segundo, nos habla de lo infinito igual a través del mundo de las ideas, pero nos coloca en un ámbito donde el individuo pierde su identidad y su personalidad, ya no es él, ahora se ha convertido en él otro en la medida que ha comprendido la otredad mediante el mundo de las ideas vía la obra de arte.

El arte, se dirige tanto a los sentidos como al espíritu; nos dice el filósofo Hegel en *Poética*, por tanto, la división de las artes particulares, debe apoyarse sobre los sentidos a los cuales se dirige y sobre los materiales sensibles que les corresponden. Aluden al gusto, tacto, olfato, vista y oído. De ahí, el filósofo germano nos habla de que el arte en su progreso ha pasado por tres formas principales: la simbólica, la clásica, y la romántica. En la primera se ubica la arquitectura, que alude a la idea y su modo de representación; en la segunda la escultura, que es individualidad y espiritual; y en la última la pintura, la música y la poesía, donde el artista proyecta una personalidad subjetiva. Así pues, hablamos de llanto de acuerdo al medio que lo genera, pero su interpretación alude más al artista y a la proyección con la obra que al medio por sí mismo.

Del cerebro derivan las operaciones sensibles, de acuerdo con Robert Burton en *Anatomía de la melancolía I*:

El alma sensible se divide en dos partes, aprehensiva o motriz. Por el poder aprehensivo, percibimos las especies de las cosas sensibles —presentes o ausentes— y las retenemos como se imprime un sello en la cera. Por la motriz, el cuerpo se desplaza externamente de un lado a otro o se mueve internamente por medio de los espíritus y el pulso. La facultad aprehensiva se divide en dos partes, interna o externa. La externa comprende los cinco sentidos: el tacto, el oído, la vista, el olfato y el gusto.²⁴

Hasta este momento, se ha planteado la cuestión ¿qué es el arte? y por arte se comprende la manifestación social que incluye la transmisión de un mensaje vía la obra; la proyección sentimental del artista, la estrecha relación del hombre con la naturaleza, así como la identificación del espectador con la obra, todo ello designa y enmarca el arte dentro de un plano social. No obstante, sería arbitrario no mencionar la

²⁴ Burton, *Anatomía de la melancolía I* (1997), pp. 159.

materia prima del arte y medio de comunicación entre el artista y su público: la obra de arte.

Schelling afirma, “la obra de arte misma como lo objetivo, lo sublime y lo bello se comportan como en lo subjetivo la poesía y el arte”²⁵. El filósofo alemán nos dice que toda obra genuina de arte es, un infinito, su significación total que escapa al mismo autor, revela siempre una faz inédita a cada nueva generación, admite renovadas interpretaciones. “El contenido de la obra de arte es lo absoluto, no la figura efímera de las cosas sensibles, sino su alma misma, y encarna los prototipos, que sólo torpe y parcialmente logran expresión en los objetos naturales”.

En ese sentido, Schelling se acerca más hacia el concepto de obra de arte que nos interesa, “es el lugar donde las ideas y los conceptos se encuentran en forma permanente, es ahí donde el artista encuentra libre expresión hacia lo intangible, es gracias a la obra que logra permanecer vigente al paso del tiempo y convoca a cada espectador a ser participe de sus ideas”.

“El valor de una obra de arte, dice Worringer en *Abstracción y naturaleza*, aquello que llamamos su belleza, reside, hablando en términos generales, en sus posibilidades de brindar felicidad”. Entonces podemos decir que la obra responde a nuestras necesidades psíquicas, en palabras del esteta, “la voluntad artística absoluta es, pues, la norma para valorar la calidad de estas necesidades psíquicas”.

Toda creación procede de una exteriorización del alma, admite Caso, que se aplica, insistentemente, sobre lo que la incita o conmueve. De esta forma, podemos decir, que la obra de arte es la materialización de los deseos del alma. Sin embargo, ¿cuál es la finalidad del arte, de su obra y del hombre en medio de ellos?

“El fin del hombre en el arte, decía Hegel, es hallar en los objetos exteriores, su propio yo”. Pero, ¿ese otro yo se ve reflejado al interactuar con la obra y establecer una

²⁵ Schelling, F. W. *Filosofía del arte* (1949).

conexión o limitándose a contemplarla?, porque, mientras que Nietzsche en *Zaratustra* asevera, “ya no es artista el hombre, se ha convertido en obra de arte”, Caso subraya, “la obra de arte, debe considerarse en sí y percibirse por el hombre en la pura contemplación”.

No obstante, ¿el llanto deviene en el proceso de identificación (interacción) o al colocarse en el mundo de las ideas (contemplación)? Al contemplar una obra de arte, nos dice Schopenhauer, “lo que debemos tratar de comprender es aquello que siempre es actual, aquello que existe realmente lo mismo hoy que siempre, es decir, las Ideas”²⁶.

“El arte, dice Schelling, es una acción penetrada de saber y un saber que se ha tornado acción”. Y son estas posturas activas las que nos interesan rescatar, porque para que exista una verdadera relación entre la obra y el espectador se requiere de esa empatía y/o proyección sentimental, para poder hablar de llanto como el resultado de la misma.

Hegel, afirma que el espectador no se mantiene pasivo ante la obra de arte ya que este, libera sus concepciones introduciéndolas, tanto por los materiales como por el modo de expresión²⁷. En ese sentido, el arte rompe con la cotidianidad de los individuos, y la obra de arte es el canal que favorece ese suceso, de esa forma, se entiende por acción todo aquello que aún cuando no designa movimiento físico si lo designa mental. Por su parte, el esteta alemán Karl Groos, dice que existen dos tipos de contemplación de la obra: la primera es una contemplación tranquila, con olvido de sí mismo, y la segunda es la contemplación con *Einfühlung*, o sea la transposición del propio yo en el objeto²⁸.

No obstante, entonces ¿qué factores intervienen entre el espectador y la obra de arte?, es decir, que implica el proceso de identificación entre el sujeto y la obra. Por una parte hablamos de placer estético y por la otra de proyección sentimental, sin embargo,

²⁶ Citado por Crescenciano Grave en *Verdad y belleza. Un ensayo sobre ontología y estética* (2002).

²⁷ Hegel, G. W. F. *Poética* (1947).

²⁸ Citado por Worringer, *Op. cit.*

no son entidades aisladas, y pueden ser entendidas en la medida que la segunda engloba e incluye a la primera. El esteta alemán Theodor Lipps en *Los fundamentos de la estética* afirma que:

La razón del placer la encontramos en el grado en que ciertos procesos psíquicos —o complejos de procesos psíquicos—, es decir, sensaciones, percepciones, representaciones, pensamientos y relaciones de estos elementos son naturales del alma. El placer acompaña a los procesos psíquicos en la medida que estos son autoafirmaciones del alma. El placer es la expresión o el síntoma inmediato de este hecho, su reflejo o repercusión de la conciencia.²⁹

Para Worringer el placer es determinado por la libertad, en la medida que puedo abandonarme sin antagonismo interior a la actividad exigida, tengo un sentimiento de libertad. Y éste es un sentimiento de placer. El sentimiento de placer es siempre un sentimiento de libre autoactividad. “Es el timbre o matiz inmediatamente vivido de sentimiento de actividad que se produce en nosotros cuando la actividad se verifica sin fricción interna. El placer es el síntoma, en mi conciencia, de que la exigencia de la actividad concuerda libremente con mi realización”³⁰.

“El placer estético, afirma Caso, se funda en el principio subjetivo de goce estético, y no es más que la alegría que nos causa el conocimiento puro y los caminos que a él conducen”. De acuerdo con el filósofo italiano Croce “todo goce artístico y estético, en general, es, por sí mismo, un goce de algo que tiene un valor ético, no como elemento de un conjunto, sino como objeto de la intuición estética”³¹. Para Hanna Segal, el placer estético es “el sentimiento debido a la identificación de nosotros mismos con la obra de arte como un todo y con la totalidad del mundo interno del artista representado por su obra”³².

Al hablar de identificación, hablamos de placer, para Schopenhauer, “el placer es una impresión acorde al querer, que se contrapone al dolor, las cuales son afecciones directas de la voluntad que se manifiestan en el cuerpo”³³. En otras palabras, el placer se

²⁹ Lipps, Theodor. *Los fundamentos de la estética* (1923), pp. 37.

³⁰ Worringer, *Op. cit.*

³¹ Citado por Caso, *Op. cit.*

³² Citado por León Grinberg en *Culpa y depresión* (1978).

³³ Citado por Grave, *Op. cit.*

encuentra acorde al bienestar, y en la medida que el sujeto se siente bien frente a la obra le provocará placer, y al devenir éste, el sujeto puede experimentar sucesos físicos como las lágrimas. En palabras de Schopenhauer, “los actos de la voluntad del individuo se objetivan como movimientos de su cuerpo; querer efectivamente algo significa traducirlo inmediatamente en movimiento del cuerpo”.

Por su parte el psicólogo Henri Delacroix distingue las variedades psicológicas ante la contemplación del arte, esto es, a través de cuatro etapas³⁴. Diferencia los diversos estadios que atraviesa el espectador para alcanzar la *Einfühlung* o empatía: primero, el sujeto que se cuenta su propia historia; segundo, el sujeto que se cuenta una historia; tercero, el que olvida todas las historias para perderse en el objeto mismo y cuarto, el que olvida la precisión y la distinción del objeto a favor de la emoción profunda que suscita.

Por lo anterior emplearemos el término de la empatía, para observar al llanto como el resultado de la proyección con la obra, de su identificación. La empatía, es un concepto filosófico bastante reciente, fue introducido al vocabulario crítico por el esteta alemán Theodore Lipps hacia 1913, en *On Einfühlung* (De la empatía). La palabra en sí designa contacto, algunos diccionarios la definen como la compenetración afectiva e intelectual de dos seres, en este caso su uso se restringe a la identificación existente entre el sujeto y la obra.

Para Lipps, cuando vemos representadas a otras personas en trabajos artísticos, nos proyectamos en esas otras vidas y, en consecuencia, experimentamos empatía, lo que es central para la experiencia estética y la valoración artística. Lutz considera, “la empatía requiere de identificación. Identificarse con otro inhibe las tendencias a la reafirmación personal que nos conducen a la acción y, en consecuencia, la empatía es una emoción pasiva que no desemboca en la acción”. No obstante, el llanto es un suceso empático, en sí mismo es una acción al ser la respuesta ante estímulos externos; limitándonos al esquema comunicacional básico, las lágrimas son la contestación ante el mensaje

³⁴ Citado por Rudolf Arnheim en *Hacia una psicología del arte. Arte y entropía* (1988).

emitido por las expresiones artísticas y como se vio en el apartado anterior, son el resultado de la catarsis y surgen como consecuencia de la misma.

Según Lipps, además de la *Einfühlung*, para explicar el placer si se trata de objetos compuestos, de partes que se refieren a un todo, se necesita de la unidad en la variedad, de la diferenciación y la organización de los elementos divergentes, en el elemento idéntico fundamental.

Por su parte, el investigador social Hoffman, nos habla de empatía como una respuesta afectiva que se corresponde más con las circunstancias de otra persona que con las de uno mismo³⁵. Describe seis modos de reacción empática: 1) el llanto reactivo del recién nacido al escuchar el de otros niños, 2) la reacción condicionada que asocia la propia angustia con la observación del sufrimiento ajeno, 3) la observación de circunstancias aversivas que en el pasado nos afectaran puede hacer que las evoquemos de nuevo, 4) la imitación de los movimientos faciales de la persona que siente una intensa emoción desencadenaría un impulso kinestésico que determinaría la misma emoción (hipótesis del *feedback*³⁶ facial), 5) la reacción asociativa desencadenada por un símbolo —por ejemplo, la observación de un objeto que perteneció a alguien que ya murió puede hacerlo revivir la pérdida—, 6) el *role-taking*, “asunción de roles”, que no es involuntario, requiere el esfuerzo cognitivo para imaginarse a uno mismo en las circunstancias de otra persona.

La empatía es una combinación de identificación afectiva y distancia cognoscitiva. El psicólogo Carl Rogers explicó esto en 1970 al decir que “el estado de empatía o ser empático equivale a percibir el marco de referencia interno de otro con precisión, pero sin perder nunca la condición 'como sí' ”³⁷. En otras palabras la empatía implica una conexión entre el sujeto y el objeto, entender al otro pero sin olvidar nuestra condición como sujetos, nuestra experiencia.

³⁵ Citado por Juan Plazaola en *Introducción a la estética* (1991).

³⁶ Retroalimentación facial, esto es, la respuesta vía expresiones faciales ante el otro, es una especie de contagio.

³⁷ Citado por Lutz, *Op. cit.*

El filósofo Alemán V. Basch opina que la *Einfühlung* es:

Interpretar el yo ajeno según nuestro propio yo; vivir sus movimientos, sus gestos, sus sentimientos y sus pensamientos; vivificar, animar, personificar los objetos desprovistos de personalidad, desde los elementos formales más sencillos hasta las manifestaciones más sublimes de la Naturaleza y el Arte; erguirnos con una vertical, extendernos con una horizontal, enrollarnos con una circunferencia, saltar con un ritmo quebrado, arrullarnos con una cadencia lenta, ponernos en tensión con un sonido agudo y distendernos, con un timbre velado, ensombrecernos con una nube, gemir con el viento, atiesarnos con una roca, derramarnos con un arroyo; prestarnos y darnos a lo que no es nosotros mismos, con tal generosidad y fervor que, durante la contemplación estética, no tengamos ya conciencia de nuestro don, y creamos, verdaderamente, habernos convertido en línea, ritmo, sonido, nube, viento, roca y arroyo.³⁸

Hasta este momento, hemos observado dos corrientes en cuanto a la empatía, una donde el público se funde con la obra, suprime su yo para asimilar el ajeno y otra donde el espectador se mantiene al margen sin olvidar su condición como sí, observa la obra y la comprende pero sin dejar de lado su yo. Lo verdaderamente importante es saber, rescatar y reconocer, en cual de las dos fluye el llanto, en mi opinión en la segunda las lágrimas son más frecuentes, pero se pueden considerar ambas como detonantes de llanto. En la primera, el sentimiento fue adquirido por asimilar al artista, y en la segunda, el sentimiento fue generado por ser la evocación personal.

Para Lipps el valor de la personalidad humana es un valor ético, y en la *Einfühlung* se encuentra la misma personalidad, “lo positivamente humano”, objetivo, puro y libre de todos los intereses reales que quedan fuera de la obra de arte. Lipps destaca que la *Einfühlung* coloca al sujeto fuera de la obra de arte, mientras que para Shopenhauer las ideas se encuentran dentro de ella. No obstante, la empatía, es resultado de captar la esencia humana, sin importar que eso nos remonte a experiencias personales o del artista.

Para los psicoanalistas las lágrimas son también una regresión emocional desencadenada por algo, como un funeral, una boda o una escena cinematográfica, que evoca una experiencia anterior. En este sentido, es la empatía la encargada de detonar esas emociones. Así pues, el espectador se convierte en protagonista, ya no es más él,

³⁸ Citado por Caso, *Op. cit.*, pp. 25.

ahora se ha convertido en la obra. Es en ese momento cuando la *Einfühlung* se hace presente, cuando el hombre y la obra se funden para crear un yo ajeno a lo tangible, y es en su devenir al mundo que las lágrimas acuden a los ojos del espectador como respuesta a la emoción desbordante que se vivió.

El filósofo Fechner en *Introducción a la Estética*, establece seis leyes fundamentales o principios del agrado estético. El primer principio, es el 'umbral estético', "la primera condición para que las cosas nos agraden es que el efecto que producen posea determinada fuerza". El segundo principio, es 'de la ayuda o del refuerzo', "del conjunto de condiciones de placer estético no opuestas, y que por sí mismas valen poco, se forma una resultante placentera, a menudo mucho mayor que lo que corresponde por sí a las condiciones aisladas". El tercer principio es 'el enlace armónico de lo vario', la unidad agrada, la variedad contenta; en cambio, la uniformidad disgusta, así como la incoherencia. El cuarto principio enseña 'la verdad o ausencia de contradicción', "cuando percibimos la misma cosa en dos o más diferentes aspectos, y despierta en nosotros distintas representaciones, origínase placer si conocemos la falta de contradicción entre las mismas; pero si nos parecen contradictorias, nos produce displacer". El quinto principio, la ley formal superior, que organiza los principios cuantitativos del umbral estético y el refuerzo, con los cualitativos del enlace armónico y la ausencia de contradicción, enseña que, "si los demás principios han de causar efecto, tienen que reconocerse con completa claridad". El sexto principio de Fechner, el único material, es decir, se refiere al contenido del placer estético, enseña que, cuando una cosa cualquiera nos agrada, obran en nuestra complacencia, mancomunadamente, el factor directo u objetivo (todo lo que externamente se da en la cosa), y el factor asociativo (series de experimentaciones anteriores, que se funden, inmediatamente, en un todo, con las impresiones dadas de lo exterior, o con ellas se asimilan)

Caso asevera que la *Einfühlung*, como la 'apercepción trascendental', es un acto primario del espíritu, y no un fenómeno de asociación psíquica. De acuerdo con Wilhelm Worringer, pensador alemán del siglo XX, la teoría de la *Einfühlung* o de la proyección sentimental, es resultado del comportamiento del sujeto que contempla el

objeto estético. El afán de *Einfühlung* como supuesto de la vivencia estética encuentra su satisfacción en la belleza de lo orgánico, mientras el afán de abstracción halla la belleza en lo inorgánico y negador de la vida.

De tal forma, para Worringer, la necesidad de proyección sentimental puede considerarse como supuesto de la voluntad artística en el único caso de tender ésta hacia lo realista-orgánico, es decir, hacia el naturalismo, al usar esta palabra en su sentido elevado. El sentimiento de felicidad que produce en nosotros la reproducción de la vida orgánicamente hermosa, aquello que el hombre moderno designa como belleza, es una satisfacción de esa interna necesidad de autoactividad que es para Lipps la premisa del proceso de empatía. En las formas de una obra de arte nos gozamos a nosotros mismos. El valor de una línea, de una forma es lo que le da su belleza, es sólo nuestro sentimiento vital, que oscuramente introducimos en ella de ahí que al identificar esa belleza en la obra detectemos parte de nosotros y por eso derramemos lágrimas.

Worringer asevera que el afán de *Einfühlung* es precisamente una afirmación de nuestro yo, una afirmación también de nuestra voluntad general de actividad. “Siempre necesitamos, la autoactividad. Esta es incluso una necesidad fundamental de nuestro ser”. Pero al introducir nuestra ansia de actividad en otro objeto, nos hallamos dentro de éste; al quedar absorbido nuestro afán de vivencia interior por un objeto exterior, estamos redimidos de nuestro ser individual. Sentimos que nuestra individualidad se vierte, por así decirlo, en un recinto firmemente delimitado, frente a la infinita diferenciación de la conciencia individual. Esta objetivación del yo encierra un enajenarse del yo.

La afirmación de nuestra necesidad individual de actividad, representa a la par una restricción de sus posibilidades ilimitadas, una negación de sus diferenciaciones incompatibles; con nuestro afán interior de actividad reposamos dentro de los límites de esta objetivación. Así, en palabras de Lipps, “en la *Einfühlung* no soy, por tanto, ese yo real, sino estoy interiormente separado de todo lo que soy fuera de la contemplación de la forma. Sólo soy ese yo ideal, contemplador”.

Al ser ese yo ideal, y al cumplir con nuestro afán interior de actividad, desembocamos en llanto, las lágrimas cunden a nosotros como la respuesta física ante el fenómeno contemplativo. Es tal el éxtasis provocado por la *Einfühlung* que el cuerpo se vuelve participe de la actividad mental.

La psicóloga Melanie Klein, describe ese mismo proceso al hablar de la identificación de dos tipos: introyectiva y proyectiva³⁹. En la primera, el individuo asimila rasgos y aspectos de otra persona. Mientras la segunda, es el mecanismo por el cual el sujeto proyecta, coloca o atribuye aspectos o partes propias en otra persona u objeto. Tal como ocurre con el artista.

Para Schopenhauer, la felicidad de la contemplación estética consiste en que en ella el hombre se redime de su individualidad, de su voluntad, y existe ya sólo como sujeto puro, como límpido espejo del objeto. “Y precisamente por esto la persona entregada a tal contemplación deja de ser individuo, pues el individuo se ha perdido en la contemplación; es un puro sujeto del conocimiento, sujeto sin voluntad, sin dolor, sin tiempo”⁴⁰.

De acuerdo con Worringer, “lo que proyecto a él con mi sentimiento, es vida, en un sentido muy general. Y vida es vigor, es un trabajar, aspirar y realizar interior. En una sola palabra vida es actividad. Pero actividad es aquello en que experimento un esfuerzo. Esta actividad es por su naturaleza, esfuerzo volitivo. Es el aspirar o querer en movimiento”. El supuesto del acto de *Einfühlung* es la actividad perceptiva general. “Pues todo objeto sensible, en cuanto exista para mí, siempre es solamente la resultante de estos dos componentes: lo perceptible por los sentidos y mi actividad perceptiva”.

Puesto que esa actividad perceptiva general es lo que convierte al objeto en propiedad mía. De acuerdo con Lipps:

La forma de un objeto es siempre el ser formado por mí, por mi actividad interior.
Es un hecho fundamental, de toda psicología y mucho más aún de toda estética,

³⁹ Citado por Grinberg, *Op. cit.*

⁴⁰ Citado por Grave, *Op. cit.*

que en el sentido estricto de la palabra no haya ni pueda haber y aún sea un disparate el 'objeto sensible'. Puesto que el objeto existe para mí —y sólo de objetos de este tipo podemos hablar— está compenetrado por mi actividad, por mi vida interior.⁴¹

Esta percepción no es, pues, una percepción arbitraria, sino que está ligada necesariamente con el objeto. En ese sentido, el sujeto crea su propia realidad, establece sus propios parámetros a partir del objeto y es ahí donde cunden las lágrimas, al ser la evocación de lo que el sujeto quiere que sea. No obstante, eso se determina mediante los canones de belleza individualizados. De acuerdo con Schelling, "la belleza no proviene de la forma sensible: radica más allá de la forma, en la esencia, en el alma que mueve por dentro las formas vivientes".

Worringer lo define al mencionar "el goce estético se convierte en la actividad perceptiva en el caso de la proyección positiva, que se da cuando mis tendencias naturales de autoactividad coinciden con la actividad que me pide el objeto sensible. Y también ante la obra de arte sólo puede hablar de proyección positiva". Esta es la base de la teoría de la proyección sentimental en lo que concierne a su aplicación práctica a la obra de arte. De ella se infieren definiciones de belleza y fealdad, por ejemplo para Lipps, "sólo hasta donde exista esta proyección sentimental, son bellas las formas. Su belleza consiste en que en la idea me realice yo libremente en ellas. La forma es fea, en cambio, si no soy capaz de este o si en la forma o en su contemplación me siento sin libertad interior, inhibido, sujeto a una coacción".

El filósofo alemán Immanuel Kant en *Observaciones sobre el sentimiento de lo bello y lo sublime* señala que lo bello es observable en objetos minúsculos, ya que todo lo que designa grandeza lo coloca del lado de lo sublime, él hace una distinción clara entre lo natural colocándolo del lado de lo científico, lo racional y por lo tanto de lo sublime. Mientras los sentimientos y sus evocaciones se remontan a lo bello, o sea que dentro de estos parámetros podemos encontrar el llanto.

⁴¹ Lipps, *Op. cit.*, pp. 68.

Para Schelling lo bello es incorporación de lo finito en lo infinito. En lo bello, lo finito puede volver a mostrarse, porque lo bello aparece incorporado ya en lo infinito⁴². Cuanto más la limitación concilie lo infinito, tanto más puramente bello. Así, como belleza aparece en especial la forma particular conciliada, en lo absoluto y completamente acogida e identificada con ella.

Respecto a la belleza Lipps señala “los productos de regularidad geométrica son objetos de deleite porque aprehenderlos como un todo es natural al alma o porque corresponden en alta medida a algún rasgo de nuestra naturaleza o de la esencia de nuestra alma”. Para Caso, inclusive existen sentidos más estéticos como la vista y el oído, los que en sus palabras “son más propicios a la economía de la belleza”.

No obstante, el concepto de belleza en la actualidad se asocia más al estereotipo impuesto por los medios de comunicación, esto es, a los rasgos definidos y estandarizados que responden a las necesidades de una imagen mercadológica que lejos de ser entendida conscientemente como bella ha sido adoptada y asimilada.

Así, podemos decir que el concepto de belleza se asocia más con la cantidad de placer que obtengo al observar un objeto determinado. Para Grinberg lo bello ha sido comparado con el objeto total integrado, con lo rítmico y que se asocia con la sensación de bienestar. De ahí, Lipps distingue principalmente dos tipos de *Einfühlung* de acuerdo a la cantidad de placer o displacer que generen en el sujeto. La primera la catáloga como *Sachverhalt* o *Einfühlung* positiva, la que resulta de la conexión de hechos y provoca placer; la segunda la *Einfühlung* negativa engloba los sentimientos de displacer. Pero, ¿qué entendemos por displacer?

Caso sugiere, “el displacer es el síntoma inmediato de conciencia del hecho contrario, es decir, del hecho de que determinados acontecimientos psíquicos suponen para el alma cierta violencia o molestia, y que su producción encuentra en ellos o en su naturaleza, condiciones menos favorables o completamente desfavorables”. Worringer

⁴² Schelling, *Op. cit.*

opina que surge, “ante un conflicto entre mi natural afán de autoactividad y aquella autoactividad que se me pide. Y el sentimiento del conflicto es igualmente un sentimiento de displacer con respecto al objeto”. De tal forma, el displacer se asocia con la fealdad. Lo “feo”, para Grinberg, equivale “al objeto destruido o lo incompleto, lo disrítmico y lo relacionado con una tensión dolorosa”.

Ahora bien, de nuestra percepción de las formas y los objetos dependerá la empatía que experimentemos. El movimiento de la *Einfühlung* no es una dotación gratuita del alma, sino, más bien, según Lipps una actividad interna del espíritu provocada por la colaboración de la forma peculiar a los objetos, sobre los que se efectúa la proyección sentimental. El yo y el mundo se unifican, por simpatía, en todo acto de *Einfühlung*. Así, el esteta alemán distingue varias especies de *Einfühlung*. Primeramente, la *Einfühlung* aperceptiva. En seguida la *Einfühlung empírica*, o *Einfühlung* en la naturaleza sobre la cual proyectamos nuestros íntimos sentimientos: orgullo, audacia, tenacidad, sutilidad, bienestar, etc. Todas estas prendas morales se conceden, indisolublemente, al objeto de la intuición. Asimismo, ‘la proyección sentimental de nuestros estados anímicos’, sobre nuestros propios estados anímicos, que alcanzará cada uno de ellos, una situación privilegiada y superior, como si sobre el medio que experimentamos, proyectamos nuestra conciencia total. Por último la *Einfühlung* “en el aspecto sensible del ser vivo”. Merced del proceso psicológico, la fisonomía de nuestros semejantes, nos conduce, imperiosamente, a manifestarnos en el propio sentido. Lo sensible se torna simbólico del sentimiento. La belleza, según Caso, reúne todos estos elementos estéticos “en una libre afirmación de la vida, sentida en la contemplación de un objeto, y unida, por modo sensible, a la propia contemplación.”

Es natural que cada pueblo tienda, de acuerdo con su idiosincracia, hacia éste o aquel lado. Al averiguar que en el arte de determinada región predomina el afán de abstracción o de proyección sentimental se obtiene al mismo tiempo un importante dato de su psicología; y es tarea sumamente interesante rastrear las correlaciones de este dato psicológico con la religión y el concepto del mundo del pueblo en cuestión.

Es evidente que el afán de proyección sentimental, de acuerdo con Worringer, sólo puede surgir donde a raíz de la predisposición, del desarrollo, de favorables condiciones climáticas y otros supuestos propicios, se haya producido cierta relación de confianza entre el hombre y el mundo circundante, es decir, la proyección ayuda a captar la esencia de su tiempo.

En la descripción que hace el escritor alemán Goethe de Winckelmann, habla de una vez de las “naturalezas antiguas”⁴³. Por esto entiende “una naturaleza de una sola pieza, que da la impresión de un todo, que se sabe unida al mundo y por tanto no siente al mundo externo objetivo como algo extraño sino que reconoce en él las imágenes que responden a sus propios sentimientos y sensaciones”. Para Goethe la naturaleza humana “se sabe unida al mundo y, por lo tanto, no siente al mundo externo objetivo como algo extraño sino que reconoce en él las imágenes que responden a sus propios sentimientos y sensaciones”.

Entonces, si partimos de que el hombre reconoce en la obra la unidad y la naturaleza humana, no es extraño que a través de ella experimente empatía y con ello derrame lágrimas, ya que ellas son esencialmente humanas. Ahora bien, bajo esa lógica, es comprensible que ante esa necesidad de reconocimiento de la propia naturaleza, las personas acudan a la sala cinematográfica o a una exposición de arte ante esa búsqueda de mayor contacto y reconocimiento del sí mismo.

Al hablar de la sociedad como conjunto y medio para obtener *Einfühlung*, Lutz asegura, “la empatía no es totalmente empática hasta que es compartida”. Esto es, que su existencia se legitima al tener dos o más actores. En la medida que el sujeto se reconoce en el otro como parte de una misma realidad, se generará mayor o menor disposición del suceso empático. Asimismo, el terapeuta estadounidense añade, “las lágrimas son una de las maneras en que se reconoce la empatía y uno de los modos en que se le busca”.

⁴³ Citado por Caso, *Op. cit.*

La empatía es indispensable para la identificación y comprensión psicológica de los demás, ya que supone la penetración de una conciencia X en otra conciencia Y, penetración psíquica lo suficientemente avanzada para que X experimente los sentimientos de Y. Sin embargo, Sigmund Freud la define como “comprensión o autopercepción intelectual”, en la medida que el yo se identifica en el otro.

El sociólogo estadounidense David Lerner estudió la empatía en las relaciones humanas durante los procesos de modernización de las sociedades. La sociedad moderna obliga a sus miembros a mantener numerosas relaciones y a adoptar roles variados. En este tipo de sociedades, la capacidad de empatía de los miembros, que Lerner denominó también ‘movilidad psíquica’, es esencial para su funcionamiento, ya que es la “capacidad de adaptación a situaciones diversas, nuevas o cambiantes, en un medio en constante transformación”.

En ese proceso de adaptación y asimilación de las nuevas situaciones es cuando cunde el llanto, debido principalmente a su capacidad de modificar lo que nos es ajeno. De acuerdo con el psicólogo Tom Lutz, “el poder del llanto para provocar empatía está relacionado con su potencial de persuasión, en esa línea, las lágrimas son un arma de doble filo”⁴⁴ que en ciertas circunstancias pueden funcionar como elemento de unión o como lo opuesto de la cohesión social.

No obstante, conviene aclarar que no es lo mismo llanto empático que el llanto como resultado de la empatía, en el primero la relación es la identificación con el otro en un nivel social, directo, por ejemplo cuando se ve llorando a otro y eso provoca llanto por conectarse con sus sentimientos o por cierta solidaridad, es un encuentro cercano; el segundo, únicamente deviene como resultado ante la proyección sentimental, esto es mediante una expresión artística, así, la relación es de sujeto-obra.

Para Lutz, cuando lloramos por empatía:

⁴⁴ Lutz, *Op. cit.*

El llanto mismo se convierte en la acción resultante de lo que sentimos en el momento. No es que nuestras emociones, al no encontrar salida hacia la acción, sean reducidas a lágrimas, sino que ciertas emociones encuentran una resolución perfecta en el llanto [...] en la empatía se comparte el placer, el abandono de uno mismo a la dulzura de las lágrimas.⁴⁵

Asimismo, Llorar a solas puede ser un ejemplo paradigmático de respuesta empática.

Hasta este punto hemos hablado de la empatía en cuanto al espectador, no obstante es conveniente aclarar que el llanto también es el resultado de la proyección sentimental del artista ante su obra de arte. Es el producto al interpretar el alma del artista. Sin embargo, ¿qué entendemos por artista?

Un artista es un hombre de su época, de su raza y de su momento histórico, como diría el crítico Taine; por consiguiente, proyecta, en su creación, las ideas de su tiempo y las preocupaciones de su nación⁴⁶. El alma del artista, en palabras de Caso, es totalmente proyectada sobre el objeto de la intuición estética, no por ello se desliga de los sentimientos colectivos y las ideas de la comunidad. Además, los objetos sobre los cuales se efectúa la proyección sentimental, varían con las épocas, y cambian, a tal punto que, por ejemplo, nos parece imposible la concepción de una nueva *Ilíada* debida a un poeta contemporáneo.

Podemos decir que la individualidad del artista es única. De acuerdo con Caso en *Principios de estética* esa individualidad es:

La diferencia, la esencia de las cosas. La personalidad humana, lo más individual, lo más diferente del universo, y el arte, la apoteosis de esa diferencia suprema. Todo sería único en la creación artística, si los artistas no destacaran su originalidad sobre el fondo común de ideas y sentimientos de la comunidad espiritual a que pertenecen. Si este fondo común no existiera, la obra de arte sería un puro estado místico, hermético e inefable.⁴⁷

⁴⁵ *Ídem.*, pp. 312-313.

⁴⁶ Citado por Caso, *Op. cit.*

⁴⁷ Caso, *Op. cit.*, pp. 27.

Así, para este autor, la individualidad podría formularse, quizás, en esta sola expresión, el carácter objetivo de toda intuición estética, y aún de toda intuición, en general, la ‘expresión de la individualidad en movimiento es el fin del arte’. Así Caso lo concibe como un todo:

La realidad es una misma: sombras de la caverna y objetos de la representación estética; formas incorruptibles en el arte y fenómenos transitorios en la vida; paradigmas y trasuntos suyos [...] un mismo mundo existe en el poema, cuadro o la sonata, y la experiencia trivial. Las necesidades de la acción nos obligan a desconocerlo en su individualidad característica.⁴⁸

De acuerdo con León Grinberg en *Culpa y depresión*, “todo artista reproduce su mundo propio aún cuando procura ser realista completo y se impone la tarea de reproducir fielmente el mundo externo”. De esa forma, la finalidad del artista y de la obra es comprender el inconsciente colectivo. No obstante, toda manifestación artística es una vía para acceder a ese inconsciente con la ayuda de la empatía.

Para algunos autores como Lutz, el placer de las lágrimas va más allá de la respuesta estética. Tienen un trasfondo y no son únicamente el resultado conductista de estímulo respuesta, ellas designan una interrelación entre sujeto y objeto. En ese sentido, el teatro, el cine y la televisión al ser la representación de sucesos cotidianos, son los lacrimógenos por excelencia; así pues, ¿qué ocurre con la empatía en el teatro y sus derivaciones cine y televisión?

De acuerdo con Hegel, “el drama es producto de una civilización avanzada [...] el drama no se dirige, como la epopeya, a la sola imaginación: está hecho para ser contemplado”. Asimismo, asevera, “la obra dramática, no solamente debe dirigirse a un sentido vivo, de que sin duda no debe carecer el público, sino ofrecer un cuadro animado de situaciones, caracteres y acciones”, los cuales son el resultado de nuestra interacción social.

Ahora bien, toda representación implica el uso de personajes, para Hegel, ellos “deben tener por base un interés general de la naturaleza humana, o al menos una pasión

⁴⁸ *Ídem.*

que sea potente y sería para el pueblo al cual se dirige el poeta”⁴⁹. Esto es, los personajes son el resultado de la sociedad a la cual van dirigida, para lograr un acercamiento con el público y generar catarsis y/o empatía.

De la delimitación correcta de ese personaje y de su capacidad para tomar lo esencial del ser humano y su relación con la naturaleza, dependerá el éxito del drama, es decir, en la medida que el actor evoque situaciones humanas, encontrar la empatía se convertirá en tarea sencilla para el espectador.

El escritor Juan Plazaola nos dice, “el personaje sobre el que se agrupan y reconstruyen los acontecimientos no es un ser real, sino un doble que se proyecta enfrente de sí el autor y al que modela como la arcilla”. Así, el otro, el espectador, no aporta a la obra sino su consagración. La obra no existe sino como un valor para el espíritu, en un plano en el que lo que ella aporta dialoga con aquello que se le pide.

La individualización dramática, para Hegel, “debe ser tan perfectamente poética, tan viva e interesante, que nos haga olvidar cuanto tenga de extraño en su envoltura exterior, obligándonos a interesarnos por medio de su vitalidad”. Es decir, su forma exterior, las costumbres, usos y otras circunstancias del medio en el cual se desarrolle la acción, debe hacerse valer por sí misma.

Así, el personaje dramático debe ser una persona viva, un todo completo, y su manera y carácter de pensar deben estar en armonía con su finalidad y sus actos. El mero número de rasgos individuales no es el principal, sino la individualidad que embebe todos esos rasgos dándoles unidad. Esta individualidad viviente del personaje, para Hegel, tanto en el discurso como en la acción, es la sola y única fuente donde mana cada frase particular, cada rasgo individual del sentimiento, de la acción, de las maneras, y compostura.

⁴⁹ Hegel, *Op. cit.*

Aristóteles dice que para la acción en la tragedia existen dos fuentes: el pensamiento y el carácter, pero lo principal y el fin es que los personajes no obren para representar caracteres, sino que estos queden concebidos por el desarrollo mismo de la acción⁵⁰. En otras palabras el teatro al ser la representación de la vida la exhibe de forma abstracta, logra que cada sujeto se identifique con la obra en cuestión de acuerdo a la forma en que está se nos presenta.

Las lágrimas que derramamos con la tragedia, para Tom Lutz, “son un signo de que estamos purificando nuestra residencia psíquica, a fin de permitir que la racionalidad y nuestras emociones vuelvan a ocupar el lugar que les conviene”⁵¹. Esto es, las lágrimas teatrales, son también dadoras de equilibrio, son el resultado del proceso de empatía, catarsis y homeostasis.

Esto responde ante el modelo emocional de Schachter, investigador especialista en emociones de la década de los sesenta, el dice que la emoción es la resultante de dos componentes: evaluación y activación⁵². Primero, observo la situación y particularmente la conducta de los demás, y después lo hago cercano a mi vida, para finalizar con la asimilación. Los investigadores José Fernández Dols, Pilar Carrera y Luis Ojeda describen este modelo cognitivo-fisiológico dentro del compendio de *Psicología social* en tres pasos:

- a) La percepción de cambios viscerales, que deben ser intensos pero difusos. El cambio visceral por excelencia (aunque no el único capaz de estar implicado en la generación de emociones) sería una mayor actividad del Sistema Nervioso Autónomo, que Schachter denominó activación inespecífica (*arousal*)
- b) La percepción de una situación que posee, para el sujeto, un significado emocional.
- c) La experiencia subjetiva de emoción (que Schachter definió en sus primeros artículos como un conjunto de expresiones, verbales y no verbales) y evaluaciones subjetivas. Schachter no dejó clara la relación entre dos tipos de fenómenos (expresión y evaluación), aunque parece hacer dado más importancia al componente subjetivo.⁵³

⁵⁰ Citado por Plazaola, *Op. cit.*

⁵¹ Lutz, *Op. cit.*

⁵² Citado por De Quiroga, *et al.*, *Op. cit.*

⁵³ Dols, *et al.*, *Op. cit.*, pp. 211.

De tal forma, los personajes teatrales tanto como sus derivaciones: cinematográficos y televisivos, nos permiten establecer esa conexión con la emoción, devenir en empatía y desembocar en llanto. Existen hasta este momento dos vías para llorar, una al asimilar la emoción ajena y derramar lágrimas al hacerla propia; y otra que surte el efecto de contagio, esto es en palabras de Lutz, “a menudo nos sentimos movidos a llorar al mismo tiempo que los actores en el escenario o en la pantalla, en la medida en que su llanto muy frecuentemente marca los momentos emocionales climáticos del drama”. Lo anterior, radica en la capacidad del actor para generar ese contacto con la naturaleza para que el espectador lo perciba y lo adopte como propio.

Horacio, el poeta romano afirmó, “como ríe el hombre con quienes ríen, /así llora con quienes lloran./Si quieres que llore, /debes tú mismo verter lágrimas; / de ese modo tus penas me conmoverán”⁵⁴. Este proceso de identificación no implica mayor abstracción sensorial y es una forma sencilla y directa de derramar lágrimas, es similar a lo que ocurre en las demostraciones colectivas de llanto como los funerales.

William Finn, compositor de *Falsetos* y otros musicales, dice que la actriz Patti LuPone le dio el siguiente consejo sobre el llanto, que recibió a su vez de su maestro de actuación:

Si lloras y el público llora, eso es bueno.
Si no lloras y el público si llora, eso es muy bueno.
Si lloras y el público no llora, eso es muy malo.⁵⁵

Para el filósofo británico David Hume “lloramos por los infortunios del héroe, al que nos sentimos ligados”⁵⁶. Esto es el proceso de identificación, se da al proyectarnos en el personaje, que no es igual si se trata de tragedia o comedia. Para Sócrates, por ejemplo, los espectadores de una tragedia “en ocasiones experimentan placer y lloran todo a un tiempo”⁵⁷, mientras, en las comedias derivamos placer del dolor de otros. En ese sentido, nuestras lágrimas ante una tragedia o ante una comedia no comunican lo

⁵⁴ Citado por Lutz, *Op. cit.*

⁵⁵ *Ídem.*, pp. 317.

⁵⁶ *Ídem.*

⁵⁷ Citado por Plazaola, *Op. cit.*

mismo, las primeras son por una cuestión de placer individual, mientras las segundas derivan de la conexión con el otro.

“Las lágrimas se vinculan por lo común a acontecimientos inesperados que nos sumen en la desolación, pero por otra parte un desenlace feliz e inesperado nos conmueve hasta el punto de hacernos llorar” de acuerdo con el ensayista francés, Georges Bataille en *Lágrimas de Eros*. No obstante, ¿esa capacidad para derramar lágrimas de alegría y/o dolor está relacionada con la edad? ¿derramamos lágrimas por la misma circunstancia niños y adultos?

Lutz, señala que lo anterior tiene una relación directa con la edad, y de acuerdo con el escritor Sandors Feldman, los niños no lloran en los finales felices. Los adultos lo hacen sólo porque están conscientes de la muerte y la evanescencia de cualquier felicidad. En tanto adultos, lloramos en los finales felices porque sabemos que son falsos, ilusorios. La distinción de Lutz, hace referencia más a esa noción de realidad que a la edad de los espectadores.

Para el psicólogo Arthur Janov, las lágrimas que derramamos al ver una película o una obra de teatro, por ejemplo, “generalmente son resultado de la liberación de sentimientos más que de la expansión hacia sentimientos primarios totales. El proceso de liberación es lo que contribuye a que no sea experimentado todo el sentimiento. Vicia y aborta el sentimiento y así mitiga el dolor”⁵⁸. El investigador Michel Montaigne dice al respecto, no era sino sencillamente un deseo de escapar lo que llevaba a la gente a “lamentos de ficción”⁵⁹.

En otras palabras, a medida que lloramos por lo que vemos en un espectáculo, teatral, televisivo y/o cinematográfico, lo hacemos por evadir la verdadera causa de nuestro dolor, por querer omitir el sentimiento de realidad y dejar de lado el verdadero objeto de nuestra angustia. En cierto sentido lloramos por nosotros mismos. Sin

⁵⁸ Citado por Lutz, *Op. cit.*

⁵⁹ *Ídem.*

embargo, el etnólogo francés Marc Augé en *La guerra de los sueños* afirma que ir al cine implica “reducir en un grado las defensas del yo”. Esto es que al presenciar la película o la obra de teatro, por el lugar en sí, el sujeto ya se encuentra predispuesto al suceso empático.

Jeffrey Kottler, lo ejemplifica a través de uno de sus pacientes; un hombre al que se le pidió que realizaría una conexión con un episodio de llanto reciente, aseguró:

Al comienzo no podía advertir conexión alguna, pero lloré cuando vi aquella película sobre el Holocausto. Aun cuando no soy judío y en realidad no conozco a nadie que hubiera sido cogido en todo aquel asunto, sentí verdadero horror por todas aquellas personas. Mis lágrimas no tenían nada que ver conmigo, simplemente sentía tristeza por esos supervivientes que tenían que vivir con todo aquello para el resto de su vida.⁶⁰

Kottler afirma, “con ocasión del cinematógrafo o de espectáculos de televisión, acuerdas imaginar que lo que sucede es real; en realidad, esta voluntad de simulación es lo que permite llorar de alegría o de tristeza por lo que no te sucede a ti, sino a los otros”.

Ahora bien, hasta este punto hemos observado el fenómeno del llanto y la empatía en los espectáculos teatrales, televisivos y cinematográficos, pero, ¿qué ocurre con la literatura? “A veces en la novela, el llanto es resultado de una empatía sin restricciones”⁶¹. De acuerdo con Lutz, la idea de que uno puede regodearse en las sensaciones que procura el propio llanto ha sido un lugar común desde hace mucho tiempo y, en el siglo XVIII, los novelistas y dramaturgos eran juzgados por su grado de eficiencia para inducir este estado de embelesamiento.

Un ejemplo de esa válvula de escape que ofrece la literatura, lo brinda el novelista inglés Lewis Carroll en *Alicia en el país de las maravillas*, donde podemos llorar y llorar hasta que terminemos, como Alicia, en un estanque de nuestras propias lágrimas, a la deriva en un mundo transformado.

⁶⁰ Kottler, *Op. cit.*, pp. 46.

⁶¹ Lutz, *Op. cit.*

Humbolt, en su comentario a Germán y Dorotea de Goethe escribió, “con su fantasía, el poeta eleva la naturaleza por encima de las barreras de lo real, la conduce a la región de las ideas y transforma sus individuos en ideales”⁶². Esto es, gracias a la empatía que se genera en la novela, suprimimos nuestro yo, asimilamos al personaje y las ideas del autor.

En palabras de Caso se debe a que “las obras artísticas son el resultado, siempre sintético, de la proyección sentimental, de la intuición poética (creadora)”. En otras palabras, a medida que el autor se proyecte en su obra, el espectador se verá más obligado a establecer una conexión, esto es a generar empatía. Lo anterior puede ser resumido en palabras del escritor Robert Frost quien sugiere “sin lágrimas en el autor, no hay lágrimas en el lector”⁶³.

Las obras literarias, generan empatía de una forma más directa que otras donde el sujeto es sólo un simple espectador como ocurre con la televisión. El nivel de interacción cuando se consulta la fuente directa es otro, al tener ya la puesta en escena de lo que un segundo interpretó al respecto de lo que un primero escribió. En cierto sentido, se convierte en el juego del espirográfo de Elizondo donde la escritura es un suceso sin fin, a través de la cual nunca podremos captar la esencia del escritor, porque al buscarla en lo escrito ya se ha desvanecido. No obstante, el poder de remitirnos directamente a la fuente original, nos brinda la posibilidad de generar una empatía más genuina, al proyectarnos sentimentalmente con el autor en un sentido más original con respecto a la puesta en escena, donde ya no entra en juego lo que el autor plasmó sino la capacidad histriónica de los interpretantes para generar la empatía.

Una vez entendido el concepto de proyección sentimental y de empatía, esta puede ser encontrada en cualquier obra artística y/o creación humana, porque la empatía deviene y es parte de nuestra interacción social, por ende la música no puede

⁶² Citado por Schelling, *Op. cit.*

⁶³ Citado por Lutz, *Op. cit.*

mantenerse aislada de dichos procesos, de ahí es importante observar ¿qué ocurre con la música y la empatía, como se genera ese proceso y a qué se debe?

De acuerdo con Hegel, la música ha cruzado la frontera entre los materiales de la obra y las ideas, al lograr el dominio de la naturaleza espiritual e ideal, esto es que la música domina el sentimiento en sí, no mediante formas visibles, sino mediante formas armoniosas del sonido. Pero ésta se lanza al otro extremo, al de una concentración interior del sentimiento donde el pensamiento sólo haya en el sonido una manifestación simbólica.

Aunque en el canto, en la melodía y en sus combinaciones armónicas se revela el alma, el sentido íntimo de las cosas o sus propios secretos, para Hegel, nunca constituye un objeto el pensamiento como tal, sino el sentimiento íntimamente ligado a los sonidos.

Augé sugiere que:

Toda obra, por poco que lleve la marca de un autor, puede en un momento u otro producir un efecto de reconocimiento o de simpatía, pero en el caso de una obra no visual, ese efecto pasa por las imágenes mentales que produce quien la lee o quien la escucha. Es la capacidad que tiene esa obra de solicitar su imaginación lo que el sujeto aprecia primero, no la coincidencia entre sus propias imágenes y las que podrían haber estado 'en la cabeza' del autor cuando éste elaboraba su obra que por definición se le escapan. Hasta se podría decir que en ese caso la singularidad de lo imaginario liberado por la obra da la medida de la simpatía que ella puede hacer experimentar.⁶⁴

En ese sentido, la obra musical, se presenta más libre y sujeta no a lo que el autor quiere plasmar, genera empatía a partir de lo que el sujeto le agrega a la pieza musical. El espectador, puede hacer y rehacer su propia historia, él es el director. Por lo tanto, la capacidad de producir empatía se limita a la cuestión sensible del espectador, a su poder de evocación y correlación de un suceso personal con la música.

⁶⁴ Augé, Marc. *La guerra de los sueños. Ejercicios de etno-ficción* (1998)., pp. 128.

Cioran sugiere que esta sublime trascendencia de la razón es una experiencia estética, y por eso las lágrimas proporcionan un placer estético. De acuerdo con Nietzsche, “no puedo establecer diferencia entre las lágrimas y la música”⁶⁵, Cioran sugiere que tanto las lágrimas como la música son una forma artística en sí mismas, una especie de producto estético y una experiencia estética. “Las lágrimas —escribe— son música en forma material”⁶⁶.

Rabindranath Tagore, escritor de la India, agrega, “las cosas que despiertan nuestras emociones nos suscitan el sentimiento de nosotros mismos. Es como cuando tocamos las cuerdas del arpa, si apenas las rozamos, entonces, sólo nos damos cuenta del contacto; pero si las herimos con fuerza, entonces, nuestra acción vuelve a nosotros en forma de sonido y nuestra conciencia se intensifica”⁶⁷. La música es considerada una de las formas más originales y puras de generar empatía por su construcción y al ubicarse en otro nivel, más comprensible para todos y alejado de las distintas lenguas, lo que le otorga un carácter de universal.

Susana Langer, teórica del arte, opina “el arte no es un sentimiento, sino una creación de formas simbólicas del sentimiento”, para ella “la misión de la música no es suscitar emociones, sino formular sus símbolos, crear esquemas neutralizados que simbolicen o expresen esas emociones”⁶⁸. De ahí, la universalidad de la música. Langer afirma que antes de la forma el sentimiento no existe para el músico, al menos la ‘emoción musicalizada’, universalizada. Así, la forma da al sentimiento no sólo la objetividad, sino también la actualidad. Haciéndose musical, la emoción cambia de esencia, accede a otro nivel de naturaleza.

Para Caso, existen dos mundos: el científico del cual se han quitado, los elementos de la personalidad. Es un mundo que no debemos tocar con nuestro sentimiento. Pero hay también el vasto mundo que es personal para nosotros. No sólo debemos conocerle

⁶⁵ Citado por Lutz, *Op. cit.*

⁶⁶ *Ídem.*

⁶⁷ Citado por Caso, *Op. cit.*

⁶⁸ Citado por Plazaola, *Op. cit.*

para hacerlo después a un lado, sino que debemos sentirlo, porque sintiéndolo nos sentimos a nosotros mismos. Es en ese otro mundo, donde la música se coloca y es gracias a ello, que la empatía vía la música es una cuestión más íntima y personal que otra expresión artística.

En cuanto a las respuestas físicas que justifican esto, el psicólogo británico John Sloboda ha estudiado la interconexión entre sonido y respuestas psicofisiológicas, a través de ciertos pasajes musicales que pueden provocar lágrimas en el oyente. En primer lugar identificó momentos musicales particulares que producen lágrimas permanentemente, o al menos un nudo en la garganta: fragmentos de la *Sinfonía n° 2*, de Rachmaninoff; *Fidelio*, de Beethoven; *La Bohème*, de Puccini; *Misa en si menor*, de Bach; *Concierto para violín*, de Mendelssohn o *Romeo y Julieta*, de Chaikovsky⁶⁹. Siguió el rastro a diversos procesos que se producían en los oyentes: el nivel de intensidad de la música, que no es fácil de experimentar en la vida cotidiana; el alivio de tensión tras el ascenso de la presión del relato imaginado; las asociaciones implícitas, que provocan recuerdos de pérdidas o alivios; y el final anticipado de la tensión constituido por los sonidos culminantes.

La música puede convocar con la mayor facilidad este tipo de lágrimas estéticas o trascendentales, pero, para Kottler, mucho más comunes son las lágrimas derivadas de despertares espirituales. De lo anterior deriva que la mejor forma de obtener empatía y con ello garantizar un llanto más puro es a través de la soledad, y de la relación de uno a uno con la obra.

Para el autor Arthur Koestler, llorar es una suerte de escape del mundo de la acción. Reconoce que todos aprendemos a usar el llanto en forma estratégica en las relaciones, sin embargo, el “verdadero carácter” del llanto⁷⁰, piensa, es demostrado por la persona que llora a solas. Por su parte, Kottler asevera, “la soledad [...] puede convertirse en un lugar especial para lágrimas no destinadas a ser develadas”.

⁶⁹ Citado por Kottler, *Op. cit.*

⁷⁰ Citado por Lutz, *Op. cit.*

Brevemente, podemos decir que la empatía es un proceso que conecta al sujeto con cualquier expresión artística, llámese teatro, pintura, música o cualquier otra, no obstante, la verdadera importancia del hombre en medio de esto es reconocer y ser capaz de experimentar emociones ajenas a la propia, en la medida que se comprenda y asimile al otro el suceso será más empático y la identificación alcanzará su climax; asimismo, en su devenir al mundo real, las lágrimas surgirán ya sea como el resultado del éxtasis experimentado al observar el suceso como agradable, pero ajeno a nuestra realidad, o sea ante el desazón de nuestra vida y la incorrespondencia de nuestros deseos y necesidades con la propia existencia.

2.3 El inconsciente colectivo y efecto cadena

El ritual esencialmente tiene una connotación social, que se conforma por acuerdos y convenciones, variantes y discordantes por regiones, lenguas, étnias y culturas. Los rituales son motivadores por excelencia de las lágrimas. De acuerdo con Lutz, “no se trata de que funerales y bodas, debido a la carga de intensas emociones que suponen, propicien que los participantes lloren, sino que la gente llora por los rituales en sí mismos”.

Para el psicoanalista Joseph Campbell, los funerales son ritos de iniciación, esto es:

Ejercicios de separación formales y usualmente severos, donde la mente corta en forma radical con las actitudes, ligas y normas de vida del estado que se ha dejado atrás [...] en los ceremoniales del nacimiento y del entierro, los efectos significativos son, por supuesto, los experimentados por los padres y parientes. Todos los ritos de iniciación deben afectar no sólo a los candidatos, sino a cada miembro de su círculo.⁷¹

El rito funerario de acuerdo con el antropólogo Raymond Firth, no beneficia al muerto sino a los vivos y sostiene que un funeral tiene tres funciones básicas: primera, ayudar a los deudos; segunda, permitir que otros miembros de la comunidad se enteren

⁷¹ Campbell, Joseph. *El héroe de las mil caras* (2001)., pp. 16.

de la pérdida y tercera, altruismo recíproco, esto es la disposición de los otros para ayudar a los deudos⁷².

A través de las lágrimas establecemos contacto con la otredad en el nivel más básico, de ahí la importancia del ritual. En muchas culturas se crean ceremonias y rituales que permiten a los ciudadanos experimentar a salvo sus emociones sin trastornar demasiado las cosas. Kottler lo explica, “la comprensión mutua entre amigos, socios o amantes sólo puede producirse cuando los participantes se sienten lo suficientemente libres como para expresarse tanto intelectual como emocionalmente”⁷³.

Asimismo, asevera, “llorar con otros puede ser como compartir una comida o un vino especiales: puede unir a la gente cuando nos vemos unos a otros desprotegidos y vulnerables. Es esa transparencia la que nos mantiene unidos en nuestro dolor y humanidad comunes”. El llanto es así un punto de cohesión, permite a los individuos cerrar filas y estrechar lazos que ya eran de por sí fuertes o consolidar los débiles.

Para el etnólogo Marc Augé:

Toda actividad ritual tiene como fin producir identidad por obra del reconocimiento de alteridades. Los ritos de nacimiento, los ritos de iniciación, los ritos funerarios hacen entrar en juego a otro con el cual es menester establecer o reestablecer una relación conveniente para asegurar la condición y la existencia del individuo o del grupo [...] en el rito también la unión, y más aún la conciencia de la unión, es lo que tiene la fuerza.⁷⁴

Desde esta perspectiva, existo a medida que me reafirmo en el otro y cuanto más me veo en el otro consolido mi identidad. De ahí, al reafirmar mi vínculo con el grupo refuerzo mi identidad como parte del mismo y lo reafirmo como un todo. El grupo ya no es más él o yo sino, somos uno.

Campbell lo explica mejor a través de los arquetipos, esto es:

Las ceremonias tribales del nacimiento, la iniciación, el matrimonio, el entierro, la adquisición de un estado social, etc., sirven para trasladar las crisis y hechos de la

⁷² Citado por John Bowlby, *La pérdida afectiva. Tristeza y depresión*. (1997).

⁷³ Kottler, *Op. cit.*

⁷⁴ Augé, *Op. cit.*, pp. 26.

vida del individuo a formas clásicas e impersonales. Estas formas tienen por objeto mostrarlo a sí mismo, no como esta personalidad o la otra, sino como el guerrero, la desposada, la viuda, el sacerdote, el jefe; al mismo tiempo se representa para el resto de la comunidad la vieja lección de las etapas arquetípicas. Todos participan en el ceremonial de acuerdo con su rango y su función. La sociedad entera se hace visible como una unidad viva e imperecedera.⁷⁵

El duelo, la forma de organizar un funeral así como su concepción social son distintas de una cultura a otra a pesar de que su función es la misma. Un ejemplo de ello es rescatado por Mary Edith Durham, antropóloga que estudió la cultura montenegrina en la primera mitad del siglo pasado, reportó que los hombres eran los principales plañideros durante un funeral y se esperaba que llorasen aún si no conocían al difunto⁷⁶.

De acuerdo con los investigadores Martín Beristain, Páez y González en el compendio de *Psicología social*, los rituales serán más frecuentes y efectivos en culturas colectivistas. La participación en rituales funerarios mostraba un efecto amortiguador mayor en personas maya-parlantes en Guatemala. Ellos, informaban de menores vivencias de enojo e injusticia si participaban en las ceremonias, mientras que los guatemaltecos castellano-parlantes que habían participado en ellas vivenciaban más fuertemente esas emociones. Probablemente la creencia en la permanencia de un contacto con los ancestros, si se cumplen los ritos de duelo, permite a esas personas disminuir el impacto de la pérdida.

Desde un punto de vista cultural, para muchas comunidades indígenas en América latina la muerte no es lo contrario de la vida. Los muertos están “vivos” en la comunidad. Los antepasados están presentes en la vida diaria, tanto los vivos como los muertos se encuentran en la tierra. La limpieza de los cadáveres y la ofrenda de bebidas y ropa a los muertos son aspectos importantes en los funerales maya por ejemplo, de acuerdo con Beristain.

Mientras, en diversas regiones de África o del Pacífico Sur, o entre pueblos nativos de nuestro continente, cuando más copiosamente llora una mujer, cuando más

⁷⁵ Campbell, *Op. cit.*, pp. 337.

⁷⁶ Citado por Lutz, *Op. cit.*

dramáticamente se lamenta, más capaz será de ganar simpatía y de demostrar su amor por el muerto. Por el contrario, Kottler afirma, “los hombres de estas culturas, como los de la nuestra, demuestran su fortaleza mediante la represión de toda manifestación de emoción”.

En la mayoría de los casos, la división genérica de la elaboración del duelo sencillamente observa la del resto de las culturas. Por ejemplo, en México el trabajo emocional funerario se liga más a las mujeres, por considerarlas a ellas como las portadoras del lado sensible con respecto al sexo masculino. Irving Goldman, investigador social, lo explica al referirse a los cubanos, “las mujeres son plañideras y tienen, de manera central, un papel ritual pasivo. Estimuladas por la actividad promovida por los hombres, las mujeres rompen en crisis de llanto ritualizado, lo que constituye su único papel ritual activo”⁷⁷. La labor masculina en muchos sentidos es realizar las ceremonias o eventos en que las mujeres lloren. El trabajo se divide entre los que organizan el ritual y las que lo llevan a cabo.

De acuerdo con Lutz, en gran parte, sino es que en todas las culturas, “el trabajo” emocional es dividido de forma desigual entre hombres y mujeres. Mayoritariamente, son ellas las encargadas del trabajo emocional en eventos sociales, sin importar la magnitud de estos, bodas, funerales u otros. Tan es así, que el pueblo bara de Madagascar utiliza dos chozas diferentes para hombres y mujeres después de la muerte, una el *tranadahy* o “casa masculina” y otra el *trano be ranomaso* o “casa de las lágrimas”.

El trabajo emocional es más complejo de lo que parece, porque no existen reglas previamente establecidas, sino como todo proceso social, se adapta a las distintas manifestaciones de sus pueblos, a medida que la sociedad y la cultura evolucionan las convenciones sociales y las costumbres lo hacen. No obstante, Kottler, afirma que esos rituales nuestros nos ayudan a reflexionar sobre los sentimientos acerca de nuestra propia existencia a través de la vida de otros.

⁷⁷ Citado por Lutz, *Op. cit.*

Al respecto de las reglas sociales Lutz opina:

En la medida en que la cultura cambia y los individuos las malentienden, las desobedecen e improvisan a partir de ellas. Las sociedades condenan en ocasiones y en otras recompensan a quienes desobedecen estas reglas [...] identificar las reglas de la expresión emocional a través de las lágrimas es una tarea infinita y siempre cambiante⁷⁸.

Es conveniente pues, establecer los límites de la cultura; los investigadores Hall y Whyte afirman, “la cultura es comunicación y la comunicación es cultura”⁷⁹, por su parte Smith y Band definen cultura como “un sistema relativamente organizado de significados compartidos”⁸⁰, para las escritoras Itzia Fernández, Pilar Carrera y Flor Sánchez en *Calidad de vida y bienestar subjetivo en México*, “la cultura es un sistema dinámico de significados compartidos que tiene como proceso mediador la comunicación social”

Por su parte, para el investigador social Triandis, cultura es:

Un conjunto de elementos hechos por el ser humano objetivos y subjetivos que en el pasado han aumentado la probabilidad de supervivencia y han dado como resultado la satisfacción de los que participan en un nicho ecológico, y así se ha hecho compartida entre los que podían comunicarse entre ellos porque compartían un lenguaje común y vivían en el mismo espacio y tiempo.⁸¹

Esta definición planea la distinción entre elementos objetivos y subjetivos de la cultura, los primeros hacen referencia a las cosas realizadas por el ser humano y que son tangibles, vestimenta, vivienda entre otras; mientras, la cultura subjetiva son el conjunto de los menos tangibles: creencias, normas y reglas de conducta, roles y valores compartidos.

Definir o querer delimitar las reglas para el llanto implica contextualizar espacio-temporalmente, hablar de cultura, de lenguaje, definir inclusive de que idioma se habla, porque cada pueblo va a conceptuar su mundo de acuerdo a como lo vive, un esquimal puede tener diferentes vocablos para referirse a nieve, mientras que un caribeño apenas

⁷⁸ Lutz, *Op. cit.*, pp. 191.

⁷⁹ Citado por De Quiroga, *et al.*, *Op. cit.*

⁸⁰ *Ídem.*

⁸¹ Citado por Garduño *et al.* en *Calidad de vida y bienestar subjetivo en México* (2002), pp. 181.

tiene uno para hablar de lo mismo, porque esa palabra no forma parte de su cotidianidad.

En 1895 el teórico social Emile Durkheim⁸² afirmó, que las emociones eran ‘representaciones colectivas’ o formas fundamentales en las que las personas se representan su mundo. De tal forma, las diferencias lingüísticas como emocionales van a estar directamente relacionadas con la cultura, ya que se entienden como resultado de la interacción de los individuos en sociedad, y por consiguiente son aprendidas, desaprendidas o reaprendidas.

Los individuos reaccionan y se adaptan a su entorno de acuerdo a como lo asimilan. La investigadora Ruth Benedict, dice, “las culturas desarrollan diferentes estilos emocionales como respuesta a otras demandas de su cultura”⁸³. Esto no significa que los estilos emocionales sean, en consecuencia, totalmente relativos o “arbitrarios”, como han sostenido algunos desde entonces, sino sencillamente que varían significativamente de una cultura a otra. Benedict afirma que, por ejemplo, la cultura emocional de los zuni tiene sentido a partir de sus condiciones de vida en el desierto, o que la cultura emocional de los japoneses tiene sentido por su estructura social “vertical”.

La demostración de las emociones y sentimientos es designada por las dinámicas sociales. El antropólogo Radcliffe-Brown⁸⁴ observó que, en las islas Andamán, hay cuatro ocasiones ceremoniales principales en que la gente llora: funerales, ritos de transición, matrimonio y ceremonias de reconciliación. Cada cultura adapta las lágrimas de acuerdo a sus necesidades ya sean las de cohesionar al grupo o la de mantener vigente el ritual, pero todas con un objetivo común: interacción.

La diversidad de las ciencias sociales y por consiguiente la pluralidad de los fenómenos sociales hace imposible proyectar y catalogar las reacciones de los

⁸² Citado por Sartre en *Bosquejo de una teoría de las emociones* (1981).

⁸³ Citado por Lutz, *Op. cit.*

⁸⁴ *Ídem.*

individuos ante determinadas penas, dolores o sufrimientos, asimismo, es impensable programar la expresión emocional en algún pueblo mexicano dentro de 20 años, porque finalmente este responde a las necesidades de una cultura cambiante.

Otto Klineberg, de la Universidad de Columbia, reporta, “entre los indios huicholes de México, es posible que un hombre que llora deje de hacerlo a voluntad [...] tan pronto como esto termina vuelve a su habitual alegría”⁸⁵. Pero, si el llanto responde o es parte de un ritual y una respuesta social, ¿en qué medida es sincero o sentido? y ¿cuáles son los parámetros que se establecen entre los límites de un llanto real y uno ficticio?

En 1911 el misionero J. Robert Moose en Corea, explica las costumbres funerarias en dicho país:

Cuando un padre muere, todos los miembros de la familia se reúnen alrededor del muchacho y comienzan a llorar [...] Este llanto se produce de acuerdo con reglas fijas y no debe ser considerado como un estallido de pena y dolor. En otras palabras, el hecho mismo de que haya reglas para la expresión emocional hace imposible que sean expresados verdaderos sentimientos.⁸⁶

El ritual en ese sentido, relega la espontaneidad de la emoción, se observa ésta como un suceso programado y hondamente delimitado, donde no hay lugar para la improvisación, no obstante al tener esa cualidad ¿puede ser catártico ese llanto? El llanto puede ser catártico en la medida que éste satisfaga la necesidad de liberación de la persona independientemente de si es fingido o real, porque al cumplir con el ritual las lágrimas nos liberan o inclusive nos pueden generar empatía al ver al otro como parte de nosotros mismos.

En palabras de Lutz, “los rituales de muerte, que deberían haber favorecido la pena natural en toda su profundidad, parecían a los antropólogos y misioneros ejercicios artificiales, no sentidos, en los que llanto artificial encubre una pena artificial”. Entonces ¿se habla de un llanto falso o ficticio o de un llanto conmovido en sí por la ceremonia, el ritual? o ¿forma parte de la presión social de manifestar una determinada

⁸⁵ *Ídem.*

⁸⁶ *Ídem.*, pp. 255.

reacción para no quedar excluido o relegado del grupo social y son estas a la vez puntos de cohesión?

Algunos antropólogos han sugerido que, entre más comunitaria es una sociedad, más abundante es el llanto que forma parte del ritual fúnebre. Para Lutz, “las culturas en las que son contratados profesionales con la idea de que entre más duelo mejor siguen esta línea de pensamiento, son culturas en las que la comunidad se reúne para curar lo que es considerado una herida comunitaria”. Llorar en colectivo, garantiza la asimilación pronta del suceso, es la reacción en cadena lo que facilita la rápida curación de los sujetos, bajo la idea de que mientras más lágrimas se derraman más pronta será la purificación de los participantes.

De acuerdo con Kottler, “la mayoría de la gente experimenta un estado de aflicción empática en presencia de alguien que llora”. Tal parece que el llanto en sí puede ser ficticio porque no se siente originariamente, pero a la vez es sincero porque al ver al otro llorar se contagia, se hace una conexión con el otro, se enlaza con el estado primigenio o sucesos dolorosos del pasado, el participante se une consigo mismo a través de la masa. Así, Lutz sugiere, “el poder de las lágrimas es tal que modifican el ambiente y motivan a los otros de algún modo”.

Las lágrimas colectivas son el resultado de una evocación, como ocurre con las bodas y/o funerales, sin embargo es necesario definir si las lágrimas provienen de la evocación y/o conexión o si éstas son únicamente resultado de la ceremonia, no obstante, delimitarlo implica contextualizarlo y hablar de una persona en específico, porque mientras una señora de 40 años llora ante la boda de su hija porque su hija se casa y porque le recuerda cuando ella se caso, otra persona en el mismo contexto puede únicamente llorar por lo que la ceremonia representa.

A propósito de las bodas Lutz escribe:

Las lágrimas en las bodas comparten, pues, con las lágrimas en los funerales una mezcla de actuación o pose y de sinceridad, de pena y alivio, de miedo y determinación de autocongratulación y coraje contra uno mismo. Y, como en el

caso de la muerte, el matrimonio puede ocasionar no sólo lágrimas en el momento sino melancolía más tarde.⁸⁷

Lutz afirma, “lo que importa en la cultura de la expresión emocional no es el sentimiento individual sino las expectativas del grupo, que pueden coincidir o no con lo que es relevante para el individuo”. En ese sentido, el cubrir y cumplir con las exigencias del grupo implica formar parte de él en sus ceremonias, ser un sujeto social que no puede mantenerse aislado de lo que pasa a su alrededor. Con lo cual, no se hace referencia a que el sujeto se sienta presionado a realizar una determinada tarea para ser aceptado socialmente, sino, a medida que acepta vivir en sociedad y pertenecer a una determinada cultura será un individuo que se identificará más con el ritual sin necesidad de fingir.

En la descripción funcionalista de Radcliffe-Brown:

En todas las instancias podemos decir que el propósito del rito es producir un nuevo estado de las disposiciones afectivas que regulan la conducta de las personas entre sí, sea reviviendo sentimientos que han estado adormecidos, o produciendo el reconocimiento de un cambio en la condición de las relaciones personales.⁸⁸

En cierto sentido lloramos para reconocer un cambio, y las lágrimas se convierten en nuestra señal de protesta para demostrar que no estamos de acuerdo con ese nuevo estado emocional, pero gracias a ellas es que el mundo externo se transforma y se convierte, es por las lágrimas que asimilamos, aprehendemos el mundo y lo hacemos nuestro.

En la concepción de Lutz, “ver llorar a otro puede lograr que nos demos cuenta de nuestros deseos en conflicto, nuestra integración a, e incomodidad con, nuestro lugar en el mundo social”. Contradictoriamente, las ceremonias y rituales sociales, son la ocasión propicia para el surgimiento de esos conflictos las bodas y funerales, enmarcan un cambio de rol, se pasa de ser señorita a ser señora, de ser hija a ser madre, de ser esposa a ser viuda o de ser hijo a cabeza de familia.

⁸⁷ Lutz, *Op. cit.*, pp. 270.

⁸⁸ Citado por Lutz, *Op. cit.*, pp. 268.

Todo ritual social que implique un cambio de rol o de estadio puede ser catalogado dentro de estos parámetros. Para Kottler, “las lágrimas se comparten durante las ceremonias que marcan transiciones a las que se tiene por significativas en la vida: bodas, funerales, *bar mitzvahs*, bautismos, graduaciones [...] Estas experiencias nos conectan como sería imposible de otra manera”⁸⁹.

Pero no únicamente los rituales o ceremonias sociales implican un cambio de estadio, por ejemplo cuando un estudiante termina sus estudios y pasa de ser estudiante a egresado, es una transición, o cuando un hijo se independiza ello también connota un cambio que bien puede ser una analogía psicológica de la muerte de una etapa y del renacer de otra, que igualmente se remarcan por las lágrimas.

El llanto, manifiesta y señalan toda transición, donde el sujeto tiene que separarse de su situación cotidiana y de su núcleo que le era familiar y seguro. Las lágrimas, connotan esa desazón del nuevo estadio, pese a ello ¿qué finalidad tiene creer que expresar nuestra incomodidad o insatisfacción con el mundo equivale a aniquilar esta incomodidad o insatisfacción?

Lutz asegura que:

La vuelta social a la vida colectiva normal después de una ceremonia puede muy bien, como parte de un proceso, devenir en el retorno a la homeostasis del cuerpo de los participantes [...] el sistema nervioso parasimpático de todos los participantes entra en función más o menos al mismo tiempo [...] y el llanto nada significa para el futuro bienestar de los individuos o del grupo, sino sólo que la ceremonia ha cumplido su función.⁹⁰

Pero, entonces ¿qué finalidad tiene llorar si nuestro llanto no nos ayudará a sentirnos mejor? ¿la función social del llanto se encuentra ligada a cumplir con las ceremonias y el ritual? La efectividad del llanto se delimita y establece en la medida que el individuo se permite derramar lágrimas libremente, ya que el alivio corporal se diferencia del emocional, como ya se ha mencionado, existen estudios que revelan el nulo beneficio del llanto en cuanto a reacciones químicas, pero que para los

⁸⁹ Kottler, *Op. cit.*

⁹⁰ Lutz, *Op. cit.*, pp. 280-281.

participantes han funcionado. En ese sentido, mientras el individuo llora en una ceremonia o ritual, legitima el proceso y se reafirma como ser humano y perteneciente a una cultura. Kottler cree, “por un lado, nacemos con una tendencia completamente natural a expresar nuestros sentimientos pero, por otro lado, los sentimientos, están cuidadosamente regulados por sanciones instaladas para mantenernos en un control razonable”.

De acuerdo con el filósofo francés Tarde “donde más se imita es donde más se inventa”⁹¹ y se imita más en donde hay más individuos que imiten. Es decir, el aumento de la población, torna a los grupos sociales más inteligentes. En palabras de Caso, “la congestión de la masa humana de las grandes ciudades es el hecho característico de la civilización moderna”. En otras palabras a medida que las concentraciones y los grupos humanos son más numerosos las respuestas sociales serán varias y diversas.

No obstante, el verdadero carácter del ritual y del llanto como respuesta del mismo, es lograr desembocar en feliz término, ya que en palabras de Durkheim, “cuando se produce una interrupción o una aminoración de la dialéctica identidad/alteridad, aparecen los signos de la violencia”⁹² lo cual puede ser una buena justificación para la época.

En suma, las lágrimas sociales, se convierten en el agente lubricante y dentro de la masa su función es mimetizar a los sujetos y cohesionar al grupo. El llanto en colectivo, ayuda a los individuos a sentirse mejor consigo mismos. En la medida que logren identificarse con lo que acontece en la ceremonia ellos, cumplirán su papel como parte activa de una comunidad y se sentirán integrados. Así, la función social de las lágrimas es unir al grupo y estrechar lazos o crearlos donde no existían.

⁹¹ Citado por Caso, *Op. cit.*

⁹² Citado por Juan Linares en *Agresividad: el debate de la violencia humana* (1981).

2.4 Cuestiones de género

Hablar de cuestiones de género implica establecer diferencias entre hombres y mujeres, en cuanto a roles sociales, delimitar normas que nos afectan o atañen al formar parte de un núcleo social. A la par, hablar de machismo, y feminismo en la medida que estos influyen los comportamientos emocionales y sociales de los sujetos, como el llanto, objeto del presente trabajo.

Los tabues, forman un eje primario cuando se trata de demostraciones emocionales, es entendido por la mayoría que las mujeres son consideradas el sexo débil, por relacionarlas con el lado sensible y la labor emocional en la familia, en la relación con la pareja y en un nivel social. Se le asocia con la dadora de amor y de caricias, pero si la sensibilidad se relaciona únicamente con las mujeres, ¿los hombres no lloran acaso?

Conviene aclarar que la sensibilidad no está vinculada únicamente con esa concepción social de llorar a la menor provocación o a la sensiblería cursi o kitsch de ver todo color de rosa. La sensibilidad es una concepción más amplia que abarca tanto cuestiones filosóficas como estéticas y que engloba un conjunto de apreciaciones que hacen del sujeto un ser sensible. Asimismo, la sensibilidad tiene diversos niveles de lectura, por ejemplo desde el arte es medida ya sea como espectador o como artista.

Para la teórica del arte Susana Langer, “lo esencial del arte es ser un mensaje, pero un mensaje que es sólo irradiación espiritual de la forma y depende esencialmente de la elaboración estructural de la obra”⁹³; esa forma tiene su momento esencial en el instante de la ilusión aparición. Eso, también es denominado por el escritor Dufrenne, “la apoteosis de lo sensible”. O sea en la medida que se aprecia la forma de la obra y su esencia se mide lo sensible del espectador.

El escritor y filósofo francés, Denis Diderot, opina, “la sensibilidad es el psiquismo general; es también el instinto, es el gusto, irreductible a la razón; es la intuición, es la

⁹³ Citado por Plazaola, *Op. cit.*

emotividad y es incluso, a veces, la conciencia moral⁹⁴. Así, podemos decir que la sensibilidad se mide desde dos aspectos el social que es variable de cultura a cultura y obedece a los estandares estéticos del pueblo en cuestión, mientras en otro nivel se encuentra la sensibilidad como proceso individual, esto es, la que obedece al gusto subjetivo de cada individuo.

Por su parte, Francis Hutcheson, filósofo británico; define mejor el concepto de sensibilidad al dividirla en: sentido exterior y sentido interior⁹⁵. El sentido interior, intermediario entre la sensualidad y la racionalidad, es el que capta la belleza a la vista de objetos en los que la uniformidad se encuentra unida a la variedad. Mientras el exterior obedece a cuestiones sociales.

Para algunos diccionarios como el Enciclopédico Grijalbo, “la sensibilidad es la facultad de sentir, percibir”. Tendencia a captar los aspectos más bellos y delicados de las cosas. Así, la sensibilidad, es la capacidad de captar la belleza y las formas en los objetos, en las cosas que nos requieran el empleo de los sentidos, sin implicar cuestiones de género.

Cabe destacar, que si bien no hay una predisposición genética respecto a las féminas para ser más sensibles si la hay social; en otras palabras el rol de la mujer en cuanto a la dadora de caricias y guardiana emocional, es más una adopción cultural que una delimitante física o predisposición genética de su parte sensible.

Aristóteles afirmó que las mujeres “son más fácilmente propensas a las lágrimas⁹⁶. Debido a que se ocupan de dispensar cuidados, es posible que las mujeres estén sencillamente en una posición que más a menudo demande lágrimas que la de los hombres. Más ello, no las designa como personas más sensibles o como poseedoras únicas de la capacidad de llorar, si partimos de la existencia de tantas mujeres artistas como hombres.

⁹⁴ *Ídem.*

⁹⁵ Citado por Caso, *Op. cit.*

⁹⁶ Citado por Lutz, *Op. cit.*

De acuerdo con los investigadores en cuestiones de género Nolen-Hoeksema y Rustig y escritores en el compendio de *Psicología social*, las mujeres tienen vidas con un gozo emocional extremo mucho mayor al de los hombres porque el género femenino tradicional incluye una mayor interacción emocional en las mujeres, al obtener como resultado que las féminas tengan un mayor deseo tanto de experimentar, como expresar sus emociones. Por lo tanto, ese anhelo emocional, y mayor expresividad se traduce y es mal entendido en las sociedades actuales.

A menudo se ha considerado que una mujer puede utilizar sus lágrimas como chantaje emocional, o manipulación hacia o para con los otros, no obstante ¿quién dice que las mujeres no lloran ante una emoción real? Antes de establecer juicios valorativos respecto a si las mujeres manipulan con su llanto o no lo hacen, es conveniente observar de donde proviene este entendido, si es una cuestión cultural, un convenio social o emerge del seno familiar ante la educación que se les da a las mujeres desde que son niñas.

“Llorar es más fácil para quienes, por su constitución y naturaleza, o por razón de su edad, sexo, cultura, son más débiles y húmedos”⁹⁷, escribió en 1579 el fisiólogo Joubert. Ello designa a las mujeres y niñas como los puntos focales de una cultura sentimental y lacrimosa, son ellas las que por cuestiones sociales se han valido del llanto y lo han manipulado a su conveniencia, como vía del chantaje y punto de fuga para sus frustraciones.

Las lágrimas en las niñas tienen su base en la crianza familiar, desde pequeñas se les educa para manifestar su enojo, coraje y frustración vía el llanto, al omitir o reprimir cualquier posibilidad a manifestar estos sentimientos a través de gritos o golpes por considerarlas histéricas. Para Lutz, la cuestión es observable desde dos argumentos: “las mujeres habían sido socializadas en el llanto en lugar de haberlo sido en la expresión de su enojo y los hombres lo habían sido en el miedo a las lágrimas, por lo que tendían a expresar ira cuando debían llorar”.

⁹⁷ *Ídem.*

Kottler explica la educación social del llanto en las niñas al aseverar:

En momentos de tristeza se enseña a las niñas a que hablen de sus sentimientos, lloren y se apoyen mutuamente mediante el contacto físico y una escucha empática. A los varones, por otro lado, se les dice que no se queden sentados y abatidos, y decididamente que no lloren, como un bebé, sino que se expresen por medio del trabajo productivo y la agresión [...] cuando lloran, a los hombres se les dice que se portan como bebés o, lo que es peor aún, que se portan como niñas; pero a las niñas se las estimula a que lloren como medio legítimo de expresión.⁹⁸

Las mujeres son socializadas en la expresión emocional, ellas lloran más como respuesta a su entorno, y en cierto sentido es la señal de protesta ante la opresión y el mundo gobernado por varones en el que viven. De acuerdo con la escritora Greta Palmer el problema es que el código actual enseña a una mujer a utilizar sus lágrimas⁹⁹. Sin embargo, esas lágrimas femeninas son más una respuesta pasiva de frustración al no poder cambiar o lograr lo que ellas quisieran, que una respuesta de acuerdo a sus intereses.

Lutz afirma, “las mujeres son socializadas en un modo más expresivo y, en consecuencia, lloran más [...] pero como el llanto es tomado como una forma de debilidad, algunos han afirmado que las lágrimas femeninas son cómplices de la opresión femenina”. Entonces, nuestras lágrimas femeninas son sólo una señal de impotencia, un intento de cambiar el mundo y hacerlo más asequible a las demostraciones emotivas.

Al parecer, las lágrimas femeninas son más la muestra de la impotencia ante el dominio machista que la libre expresión de un género más sensible por su constitución física. En ese sentido el llanto femenino es sólo la respuesta ante el entorno ya sea como protesta o como reacción ante los estereotipos destinados en el papel de ser mujeres.

“Llorar, de acuerdo con Kottler, es la manera que tienen las mujeres y las niñas de expresar rabia, cuyo origen es un sentimiento de impotencia”. Socialmente es más aceptable ver que una mujer llore a que un hombre lo haga, a menudo, cuando las

⁹⁸ Kottler, *Op. cit.*, pp. 176.

⁹⁹ Citado por Lutz, *Op. cit.*

primeras lo hacen tanto hombres como mujeres tienden más a ayudar y simpatizar con ellas que cuando ocurre a la inversa, si un hombre llora cunde una sensación de confusión y desacato social, no se sabe porque llora y que lo motivo a ello.

“El llanto en el sexo femenino no es meramente agresión desplazada ni cólera vuelta hacia dentro: es la manifestación de la profundidad y vigor de los sentimientos. Es una petición sincera de comprensión” tal como Kottler lo afirma. No obstante, el suceso lacrimoso en las feminas se asocia también con cuestiones fisiológicas.

En cuanto al plano emocional se sabe que los hombres tienen mayores concentraciones de testosterona, que se asocian a la agresividad, ira y hostilidad en general, mientras los niveles más altos de prolactina en las mujeres, la hormona necesaria para la producción de leche, explica la mayor estimulación del llanto en ellas. Con base en todo lo anterior los investigadores Hastrup, Baker, Kraemer y Bornstein encontraron que las mujeres lloran un promedio de 30 veces al año y los hombres algo menos de seis¹⁰⁰.

Sin embargo, el factor más determinante para que una mujer llore o no lo haga se ve coartado por el entorno social. El terapeuta Jeffrey Kottler en *El lenguaje de las lágrimas*, cita un caso de una paciente quien coloca en comparativa las respuestas socialmente aceptables respecto al llanto en Estados Unidos y Sudamérica a lo que dice:

De niña me crié en Sudamérica, donde las lágrimas eran una respuesta natural y honesta a algo que sucedía. Cuando llegué a este país (Estados Unidos) aprendí muy pronto que las lágrimas tienen un significado muy diferente, que te desvaloriza. Era como jugar al juego del pollo: apenas lloraba, perdía. Me sentía humillada. El llorar terminó por asociarse a los aspectos negativos de mi feminidad. En esta cultura el mostrar emociones se ve como un signo de debilidad, pero en mi lugar de origen, el «machismo» se asocia a los sentimientos apasionados, volátiles y explosivos.¹⁰¹

Las cuestiones culturales son determinantes para la amplia o nula expresión lacrimosa, pero también lo es la educación familiar, en gran medida ambas responden a

¹⁰⁰ Citado por Kottler, *Op. cit.*

¹⁰¹ Kottler, *Op. cit.*, pp. 118.

una realidad social, y es esta la que delimita las diferencias entre niños y niñas, lo que se permite y no se permite. Asimismo, las divergencias en cuanto a si se trata de una cultura masculina o femenina son trascendentales. La investigadora Carmen Huici en el compendio de *Psicología social*, nos dice que las culturas masculinas se caracterizan por la asertividad, importancia atribuida al poder, y al trabajo, que ocupa un lugar central en la vida. En las culturas masculinas los roles sexuales se encuentran altamente diferenciados. Las culturas femeninas, en contraparte, ponen el énfasis en la calidad de vida, en el servicio a los demás y en la interdependencia. Presentan roles sexuales fluidos. De tal forma, la tendencia de una cultura para fluir hacia una u otra postura es lo que delimitará el comportamiento, el rol y las normas sociales que se jugaran.

De acuerdo con Kottler existen algunos puntos que afectan de un género a otro respecto al llanto y son:

- ∅ Las niñas son más precoces que los varones en la disposición a verbalizar el lenguaje y es mayor su dominio de las complejidades de la comunicación no verbal.
- ∅ En su primera infancia los varones son más expresivos tanto en el lenguaje no verbal como en la conducta en su conjunto, lo que obliga a los padres a ejercer mayor control para apagar esa intensidad, y a las niñas a amplificar sus sentimientos para ser escuchadas.
- ∅ La socialización de los padres modela a las niñas para que exterioricen sus sentimientos y a los varones para que los interioricen, para que se porten como un hombre.
- ∅ Los varones juegan en grupos más grandes y más competitivos que las niñas y en los grupos masculinos la burla, la crítica y el estatus prevalecen sobre la cooperación y la expresividad emocional.
- ∅ Las niñas aprenden a expresar sentimientos con palabras, lágrimas y gestos; los varones aprenden a expresarse a través de la acción conductual.
- ∅ Los hombres expresan sentimientos relacionados primariamente con la autonomía y la separación (orgullo, cólera, honor), mientras que las mujeres expresan sentimientos relacionados con el vínculo social (culpa, vergüenza, tristeza, piedad, temor)
- ∅ Tanto física como bioquímicamente, las mujeres están mejor equipadas para llorar, no sólo por la conformación de sus conductos lacrimales, sino también en lo que respecta al «combustible» hormonal que posibilita el llanto.¹⁰²

Como confirmación a lo anteriormente dicho, queda la sociedad mexicana, donde el llanto entre hombres no es bien visto salvo sus contadas ocasiones: en funerales o al

¹⁰² Kottler, *Op. cit.*, pp. 141-142.

estar bajo los efectos de algún estimulante llamese alcohol o estupefacientes. No obstante, ¿por qué los roles sociales han sido designados de esa forma?, ¿quien o quienes desterraron a los hombres de su rol emocional?, ¿es una cuestión cultural, familiar o individual?

Una causa latente son los dobles mensajes que son destinados a los varones desde la familia que en palabras del psicólogo Warren Farrell son:

- ∅ Has de ser fuerte, pero sensible.
- ∅ Has de ser poderoso, pero conciliador.
- ∅ Has de ser expresivo, pero no demasiado emocional.
- ∅ Has de ser vulnerable, pero no llorón.¹⁰³

Los mensajes que reciben los hombres desde que son pequeños los conflictúan y los prepara para jugar dos roles: uno en casa, donde pueden ser expresivos y libres emocionalmente; y otro para el sector externo, esto incluye todo lo que este fuera del hogar: la calle y el trabajo, así, el papel que toman es el de agresividad, donde todo se permite menos mostrar debilidad.

Las educadoras Sue Askew y Carol Ross, describen la causa por la que los niños varones no lloran, ellas argumentan que se debe al proceso de socialización por el cual las imágenes de masculinidad se construyen con la finalidad de desalentar la expresión emocional¹⁰⁴. Basta prestar un poco de atención a la reunión de padres y niños que empiezan a andar para comprobar que los apodos que se reserva a cada género refuerzan las normas tradicionales. Así, a las niñas se les dice “dulce”, “pastelito”, “amor”, “preciosa”, “cariño”, mientras a los varones se les llama afectuosamente “problema”, “hombre” y “campeón”.

La familia, es la primera en definir el papel que jugará el niño o niña cuando sea mayor y de ella depende que sea sano o no para el pequeño. De acuerdo con la experiencia de Kottler como terapeuta, al tratar varios casos de llanto en sus pacientes, “no es raro que los niños se sientan humillados por sus lágrimas incluso que estas les

¹⁰³ Citado por Kottler, *Op. cit.*, pp. 177.

¹⁰⁴ Citado por Lutz, *Op. cit.*

fueran arrebatadas”. Los niños pequeños, dice Lutz, “son conminados a ‘ser hombrecitos’ mientras que las niñas son consoladas cuando lloran, convirtiéndose así, en un trauma ritual que repiten una y otra vez padres, hermanos, hermanas, amigos o profesores”.

Las lágrimas son arrebatadas en la infancia y suplidas por la cólera, la rabia y el enojo. Es en la adolescencia donde el salto de ser niños lacrimosos se da a ser adultos iracundos. Kottler comenta, “a través del proceso biológico y del de introyección cultural que comienza en su más tierna infancia, las capacidades de los varones se atrofian con el tiempo”.

En 1984, los investigadores Catherine Ross y John Mirowsky realizaron una encuesta entre 1360 hombres y mujeres, y encontraron que los hombres que se mantenían dentro de los papeles sexuales tradicionales eran menos propensos a llorar que los otros¹⁰⁵. No obstante, la mayoría de quienes respondieron el cuestionario pensaba que “la gente” tenía más problemas con el llanto masculino que ellos mismos.

Esa respuesta es el resultado directo de la educación tanto familiar como social de los pequeños. Para Kottler, tanto niños como niñas operan según reglas diferentes a la hora de expresar emociones, mientras los varones expresan el miedo abiertamente en forma de cólera, con ferocidad y agresividad, las mujeres se inclinan más a volcar el miedo hacia dentro y a producir lágrimas. Los varones aprenden a ocultar sus sufrimientos, mientras que las mujeres tienden a expresarlos.

Algunos teóricos sociales han sugerido que al aprender a llorar, los hombres sencillamente modifican su forma más que su fondo, su llanto es una nueva máscara. Sin embargo, ella resulta interesante cuando diversos teóricos afirman que el llanto masculino es genuino. Tal es el caso de Kottler, él describe las lágrimas de los hombres dentro de los siguientes parámetros:

¹⁰⁵ Citado por Kottler, *Op. cit.*

- ♣ Los hombres tienen menos tendencia a emplear las lágrimas de manera manipuladora [...] en la mayoría de los casos, si un hombre llora es porque sucede algo realmente auténtico.
- ♣ Los hombres lloran con más sutileza. Lloran con menos frecuencia, menos tiempo y vierten menos lágrimas [...] cerca del 80% de los hombres informan que nunca lloran, o casi nunca, en comparación con un porcentaje similar de mujeres que lloran de manera regular [...] la mayoría de las veces (61%), para los hombres el llanto significa tener los ojos rojos y verter una o dos lágrimas.
- ♣ Los hombres tienden a llorar en respuesta a situaciones específicas [...] los hombres sólo lloran en dos situaciones en que también llorarían las mujeres: la muerte de un ser querido y una experiencia religiosa conmovedora. Las lágrimas masculinas tienden a ser expresivas únicamente en las situaciones para las cuales fueron destinadas a funcionar: el combate, ya sea en la batalla propiamente dicha, ya en condiciones simuladas.
- ♣ Cuando lloran, los hombres prestan más atención a las señales internas que a las externas [...] mientras que las mujeres prestan más atención a las señales exteriores del medio y a las interacciones sociales, los hombres se inclinan más a escuchar dentro de su cuerpo.
- ♣ Los hombres lloran principalmente en respuesta a sentimientos que forman parte de su identidad íntima [...] los hombres se especializan en el llanto relacionado con su naturaleza básica [...] los roles masculinos tienden más a expresar las experiencias de orgullo, bravura, lealtad, victoria y derrota.
- ♣ Los hombres no se sienten inclinados a explicar sus lágrimas [...] están mucho menos motivados que las mujeres a hablar a fondo de las cosas [...] Los hombres prefieren en cambio una modalidad de acción, una modalidad que conduce a ocuparse en algo que sea fastidioso, o al menos en dejar el asunto atrás lo suficiente como para reasumir las tareas normales.
- ♣ Los hombres trabajan duramente para reprimir y detener sus lágrimas. Los hombres lloran un promedio de dos minutos por episodio, mientras que para las mujeres el promedio es de seis minutos.
- ♣ Los hombres se disculpan por llorar [...] el hombre medio llora únicamente una vez por mes, aproximadamente la cuarta parte que las mujeres.
- ♣ Los hombres presentan muchas más variedades en su llanto, en función de su particular grupo de pares. El nivel de educación, la clase social, la orientación sexual y la identificación con un rol sexual masculino estereotípico son factores que influyen en la probabilidad de fluidez con que un hombre emplea el lenguaje de las lágrimas.
- ♣ Las lágrimas de hombre son más potentes [...] cuando un hombre llora, sabes que va en serio. Es muy difícil que un hombre deje fluir sus lágrimas, de modo que si están presentes, han de comunicar un mensaje poderoso.¹⁰⁶

Resulta interesante observar las delimitaciones que este autor brinda del suceso lacrimoso y realmente comprender cuales se aplican al caso mexicano. No obstante, es conveniente aclarar que la arbitrariedad de las afirmaciones es sólo con fines de clasificación y de englobar sucesos que pueden encontrarse mixturados o matizados.

¹⁰⁶ Kottler, *Op. cit.*, pp. 166-171.

Dentro de la misma línea, el productor estadounidense de televisión Stuart Cosgrove afirma que cuando los hombres lloran, “se ve el hecho de significado tan profundo que llama la atención de los presentes y les transmite la creencia de que se encuentran ante algo importante”¹⁰⁷. Pero quizá, la verdadera significación de las lágrimas masculinas se encuentra en su rareza y en que es un suceso esporádico a diferencia del llanto femenino, que ocurre con mayor frecuencia.

Destaca que aún cuando ambos géneros vierten lágrimas las causas son diferentes, mientras las mujeres lo hacen como una protesta ante el sexo dominante, los hombres lo hacen como respuesta ante el dolor, sucesos empáticos, motivados por el orgullo o la alegría. Ante las lágrimas los hombres se vuelven lógicos. Ellos desean reparar lo que ven como un problema. Cuando un hombre llora manifiesta sentimientos profundos, básicos.

Sin embargo, ¿qué ocurre con las mujeres, acaso su llanto es únicamente de manipulación? La escritora, Gail Hols-Warhaft afirma, “en la antigua Grecia, los lamentos eran una de las principales formas femeninas de expresión pública y, en consecuencia, una de las áreas en las que las mujeres ejercían poder público”¹⁰⁸. En ese contexto histórico las lágrimas eran un medio de manipular al otro y obligarlo a poner atención, no obstante, más allá de tachar esa conducta resulta interesante observar que se recurría a ese medio como una forma de comunicar, lo que de otra forma no sería comunicable.

“Una lágrima en el momento oportuno, aseverá Kottler, puede figurar entre los medios más poderosos para obtener simpatía o atención, para hacer retroceder a la gente o para sacarla de quicio”. Por lo anterior, se puede hablar de manipulación, pero no sólo femenina, ya que también puede ser entendida como una forma de llamar la atención sin importar el género del cual se hable. A lo que el escritor estadounidense agrega, “cuando una persona llora, no es siempre evidente si la comunicación es

¹⁰⁷ Citado por Lutz, *Op. cit.*

¹⁰⁸ *Ídem.*

genuina o artificial, si estamos en presencia de una emoción experimentada en profundidad o simplemente ante una demostración intencional, incluso una argucia de manipulación para obtener simpatía”

Independientemente si se trata de hombres o mujeres, el llanto puede ser empleado como un mecanismo de control. La investigadora Alice Hochschild explica, en ausencia de otras opciones, “las mujeres convierten el sentimiento en un recurso y lo ofrecen a los hombres como regalo a cambio de los recursos más materiales de que carecen”¹⁰⁹. De acuerdo con Hochschild, se paga en general a los hombres más que a las mujeres por contribuciones laborales idénticas. En consecuencia, el sentimiento es el trabajo primordial de la mujer.

Desde esa perspectiva, el trabajo físico se deslinda al sexo masculino mientras el trabajo sentimental se relega al sexo femenino por cuestiones económicas, como los primeros son mayormente retribuidos en las actividades salariales, las segundas optan por la actividad emocional como respuesta a su desvalorización en el mercado laboral. De acuerdo con Kottler, “a menudo las mujeres logran ciertos estatus sobre la base de lo bien que lloran, mientras que los hombres lo consiguen al demostrar su capacidad para contener las lágrimas”. No obstante, el mismo autor afirma, “un hombre que no se permite llorar, nunca se permitirá llegar al punto de sentir con verdadera intensidad”.

“Las mujeres, según Kottler, se orientan más a la relación, mientras que los hombres les preocupan más los aspectos relativos a la productividad. Los hombres se interesan por los objetivos; las mujeres, por los procesos”. Por ende, no es gratuito que la mujer sea la encargada de la labor emocional en la familia, de ahí que una investigación sobre qué produce matrimonios felices arroje como respuesta que uno de los factores más frecuentes es que la mujer asume el papel de guardiana emocional.

Uno de los medios de comunicación sentimental son las lágrimas, ellas son el portavoz de nuestro interior para con los otros, y en cuestiones de roles sociales, ellas

¹⁰⁹ Citado por Lutz, *Op. cit.*

son diferentes respecto a hombres y mujeres. Mientras para los primeros connotan tristeza profunda en la mayoría de los casos, en las segundas son más frecuentes como respuesta a la opresión, a la ira y la agresividad que desde pequeñas les han sido arrebatadas. En palabras de Kottler, “las mujeres lloran porque es la única manera que tienen de hacer valer sus sentimientos, mientras asevera, una de las razones de que las lágrimas de los hombres pasen inadvertidas es que no se amoldan a los patrones comunes que expresamos de las manifestaciones más dramáticas de llanto, que son más características de las mujeres”. En ese sentido, no significa que los hombres no lloren, sino que lo hacen de forma más discreta.

En cada sociedad, asegura Lutz, sea cual sea la época histórica, los significados asignados a las lágrimas están determinados siempre por la edad y por el género de la persona que las vierte. Éste autor, sugiere que la modernidad ha hecho proliferar las identidades que asumimos en nuestra vida social y que acompañe un conjunto complejo de protocolos emocionales a tal proliferación. “El mismo llanto significa una cosa si quien lo vierte es mujer y otra si es hombre”.

A fin de considerar algunas de las variables contextuales, los investigadores Susan Labott, Randall B. Martin, Patricia S. Eason y Elaine Y. Berkey¹¹⁰ realizaron una serie de experimentos para monitorear las respuestas de personas a películas en compañía de un colaborador. Tanto hombres como mujeres desplegaron un comportamiento más estereotípico —es decir, las mujeres lloraron más, los hombres menos al mirar una película en compañía de una persona del sexo opuesto que al hacerlo con alguien de su propio género— como muestra de que hombres y mujeres responden a expectativas de género muy complejas en el contexto del experimento.

Las normas sociales, establecen una fuerte relación con el llanto, es de acuerdo con ellas cuándo y dónde decidimos derramar lágrimas. Para Kottler, “aunque tengamos la sensación de que controlamos nuestras emociones y lágrimas, en realidad sólo se nos

¹¹⁰ *Ídem.*

permite llorar según normas impuestas, mientras el aprendizaje de cómo y cuándo llorar se asemeja a la adquisición del lenguaje en general”.

Con base en una investigación, en la que se presentaron a médicos los mismos síntomas procedentes de pacientes de sexo masculino y femenino, diagnosticarían que las quejas de las mujeres eran de origen psicosomático, mientras que de los hombres pensaban que tenían problemas reales. La probabilidad de identificar problemas emocionales neuróticos en las mujeres es doble que en los varones, y más de los dos tercios de las personas que acuden a los servicios de psicoterapia son mujeres. De ahí, no resulta extraño que a las feminas, se les considere histéricas a menudo al expresar su sentimientos, mientras, para los hombres resulte plausible su contención emocional.

Según Kottler, “nuestra cultura dominada tradicionalmente por normas patriarcales, no valoriza las cualidades femeninas de expresividad emocional”. Esta conducta se etiqueta como histérica y neurótica. Los géneros representan polaridades entre el razonamiento y la intuición, el pensamiento y el sentimiento, la cabeza y el corazón. El llanto trasciende cualquier otra experiencia humana. Integra la corteza cerebral, que domina la lógica, con el sistema límbico, asiento de las emociones, en una respuesta humana que lo abarca todo.

Asimismo, Kottler opina que en la mayoría de las culturas del mundo:

Las mujeres tienden a interiorizar sus sentimientos, mientras que los hombres es más probable que los exterioricen. Las mujeres tienden más a experimentar todo el peso de sus pérdidas y expresarlas a través de las lágrimas. Los hombres montan en cólera con más facilidad. En términos extremos, las mujeres aprenden impotencia, mientras que los hombres aprenden violencia.¹¹¹

No importa si se trata de hombres o mujeres, el llanto nos conmueve como ningún otro gesto expresivo, aún cuando es posible que a las segundas se las vea llorar más, todos nos sentimos como si lloráramos más o menos la misma cantidad de veces, la educación de género es la que nos moldea para que nos expresemos de maneras particulares y respondamos de determinada forma ante lágrimas femeninas o

¹¹¹ Kottler, *Op. cit.*, pp. 148.

masculinas. No obstante, el psicoterapeuta Kottler asevera, “el que nuestra sociedad premie la contención emocional no indica necesariamente que sea una estrategia saludable”.

Hasta este punto, queda claro que socialmente las mujeres son quienes lloran y juegan el rol de seres sensibles, mientras los hombres se ven mutilados o desterrados de los sucesos lacrimosos. No obstante ¿cuándo ocurrió eso y quién delimitó dichos roles?, ¿son vigentes aún?

Si una mujer responde a las lágrimas del hombre de la misma manera en la que hubiera preferido que se respondieran a las suyas en circunstancias similares, es probable que se produzca un malentendido. Sin embargo de acuerdo con Kottler existen sus excepciones, “hombres que desean ser consolados cuando lloran y mujeres que prefieren llorar en soledad”.

Con base en estudios de género, de las investigadoras Bennet y Sally Shaywitz, las mujeres son capaces de identificar la tristeza en el rostro en un 90% de las veces. Lo interesante es que los hombres pueden ser igual de eficaces para leer el rostro de otros hombres, pero sólo llegan al 70% de acierto cuando se trata de reconocer la tristeza en las mujeres¹¹². En ese sentido, las respuestas lacrimosas, pueden ser mejor leídas por integrantes del mismo sexo, ya que ambos responden a las necesidades sociales y a las expectativas de género.

Hacia los años cuarenta la escritora Gretta Palmer señaló, “llorar, en nuestros días, es monopolio de la mujer”¹¹³. De acuerdo con Palmer, “las lágrimas francas ya no son permitidas a los hombres por el rígido código de nuestros días, y las mujeres modernas lloran mucho más frecuentemente de lo que demanda la sola emoción honesta”.

¹¹² Citado por Lutz, *Op. cit.*

¹¹³ *Ídem.*

En esa época, “los hombres que lloran, afirma Lutz, demuestran que no son demasiado machos; las mujeres que se mantienen estoicas respecto del control de sus emociones prueban que no son demasiado ‘femeninas’ ”. No obstante la sociedad evoluciona y el papel de los roles sociales se auna a ello. Resulta obsoleto, querer tomar ese rol femenino como vigente, si bien es cierto que “lo políticamente correcto ha terminado por ser la glorificación de todo lo femenino y la denigración de todo lo masculino” en opinión de Kottler, también lo es que ello no es fortuito. Por una parte, los espacios femeninos, se han ido ganando a costa de una masculinización, el rol actual de la mujer es dejar de llorar y comenzar a actuar de forma más agresiva ante las necesidades de una sociedad cada vez más mercantil, mientras el papel de los hombres, es contactarse y recuperar su parte femenina.

El precio que han pagado las mujeres por prosperar en las profesiones dominadas por los hombres ha sido el sacrificio de su feminidad esencial. Jeffrey Kottler dice:

Usan trajes a imitación del guardarropa masculino, que completan con corbatas. Adoptan estilos de comunicación tradicionalmente masculinos en los que se pone el énfasis más en los objetivos que en los procesos. Han eliminado las lágrimas para dar paso a rasgos masculinos más agresivos, que les son más útiles en el trabajo [...] mientras en la temprana adolescencia se enseña a las niñas que el llanto no comprometería su estatus a los ojos de los demás y que muchas veces incluso obtendrían el beneficio de ser rescatadas, una vez adultas muchas se vieron obligadas a aprender un rol sexual más masculino.¹¹⁴

Por su parte, los hombres necesitan aprender a llorar y para ello toman sus señales de las mujeres. Desafortunadamente, la inversa también es cierta, las mujeres aprenden de los hombres que, si se quiere tener éxito en el mundo, es indecoroso e improductivo llorar. En ese sentido, obtener respeto y sobresalir implica mutilar una parte esencial de nuestro ser si se es mujer y dejar de lado el rol machista si se es hombre. Así lo conveniente en pleno siglo XXI si se es varón es desempolvar los lagrimales y dar rienda suelta a la expresividad emocional. Mientras que las feminas de acuerdo con Kottler:

Se socializan primariamente en los matices de intimidad en las relaciones. En el mundo del trabajo, y sobre todo en el campo empresarial y de los despachos jurídicos, los valores predominantes son antítesis de aquellos para los que la mujer

¹¹⁴ Kottler, *Op. cit.*, pp. 154-155.

está preparada. Las estructuras organizativas son burocráticas, impersonales y autoritarias. Valorán la agresión, la ambición, el poder, la dedicación unilateral a la productividad por encima de las relaciones, y a los objetivos por encima de los procesos. En estas circunstancias el llanto está fuera de cuestión.¹¹⁵

Tradicionalmente, el lenguaje de las lágrimas ha sido especialidad de mujeres, el papel de guardianas emocionales y sentimentales en la familia y pareja parece ser una tendencia cambiante a medida que asumen las responsabilidades y los roles previamente asignados a los hombres. Con mayor autoridad y responsabilidad laboral primordialmente, llegan diferentes expectativas de lo que se considera adecuado respecto a la manifestación emocional.

Con la notable excepción de las mujeres en posiciones de poder, las lágrimas asevera Kottler, se ven cada vez más como signo de sensibilidad emocional que de inestabilidad. En la actualidad, el modelo de atractivo masculino pone el énfasis en esa sensibilidad. Mucho más complejas son las reglas para las mujeres, en función de: la situación, el contexto y el público, las lágrimas pueden o bien romper unas barreras o bien alejar a los otros.

Es interesante observar como a medida que una sociedad avanza sus patrones conductuales se modifican. En la actualidad los roles sociales confluyen de forma sorprendente, lo que es correcto en una cultura en otra resulta obsoleto. Sin embargo, con los procesos de globalización existe una tendencia a homogeneizar cada vez más el sentir femenino y este dicta que si se quiere ganar el respeto y los espacios masculinos es más factible lograrlo al dejar de lado la careta femenina y colocarse la de el género contrario, pero, ¿cuál es ésta si los hombres cada día luchan más por recuperar su parte sensible y contactarse con su yo femenino?

Al parecer, el omitir el llanto entre los hombres mientras se sociabiliza en mujeres es una cuestión cultural, que lejos de ser un logro implica consecuencias desfavorables

¹¹⁵ *Ídem.*, pp. 157-158.

para ambos sexos. No obstante ¿la libre expresión de sentimientos generaría androginia a placer o problemas de identidad en los sexos?

Para Tom Lutz, las “lágrimas viriles” recuperan una cierta actualidad cultural, y ser llamado un “hombre sensible” es cumplido en muchos contextos. El llanto de los hombres puede ser interpretado actualmente como fortaleza más que como debilidad. Las lágrimas de las mujeres pueden ser vistas como inestabilidad más que como la responsabilidad moral que implicaba hace un siglo.

De acuerdo con Elisabeth Badinter, historiadora francesa, “los hombres lloran ahora más de lo que acostumbran debido al malestar de la masculinidad, porque no saben cómo comportarse con estas nuevas mujeres. Por encima de todo, lloran porque ya no saben quiénes son”¹¹⁶. En ese sentido, las lágrimas de nuestros hombres son más una forma de identificarse y reconocerse, en cierta medida son la respuesta ante el malestar social producto de la evolución cultural.

Nora Ephron, aborda el tema del llanto masculino en su novela *Heartburn* y dice, “es cierto que los hombres que lloran son sensibles y están en contacto con sus sentimientos, pero los únicos sentimientos a los que tienden a ser sensibles y con los que tienden a entrar en contacto son los propios”¹¹⁷. Para los hombres de acuerdo con los psicólogos, emitir una respuesta de llanto no planificada, les permite descubrir que les encanta la libertad de expresión de su dolor y su alegría de manera más plena, más total.

Sin embargo, no podemos hablar de un intercambio de roles, porque mientras el papel de la mujer era ser la guardiana emocional a un nivel familiar y social, el hombre sólo lo es en el ámbito personal entonces lo que aquí preocupa es saber cómo se cubrirán los espacios que los hombres ante sí mismos no pueden cubrir.

¹¹⁶ Citado por Kottler, *Op. cit.*

¹¹⁷ Citado por Lutz, *Op. cit.*

En palabras de Kottler:

Para que el llanto sea socialmente más aceptable es menester continuar redefiniendo lo que significa ser fuerte y competente. La visión obsoleta de fortaleza en el molde de la represión emocional está tocando a su fin. Te rodean evidencias acerca de roles de género más flexibles y andróginos, una mezcla de culturas diferentes, que permiten a los varones ser más lacrimosos cuando escogen serlo, y a las mujeres elegir otros roles menos vulnerables.¹¹⁸

“Si los hombres públicos, asegura Lutz, han recibido nuevamente permiso para llorar, las mujeres en la política se enfrentan actualmente a la situación contraria. Ninguna mujer representante, senadora o gobernadora llora en público si puede evitarlo”. “En sus esfuerzos para obtener aceptación y respeto en un mundo de valores masculinos, sostiene Kottler, muchas mujeres profesionales, han abandonado los rasgos femeninos estereotípicos incluso la capacidad para llorar”.

En cambio, el problema, actual es una cuestión de expresión, las nuevas formas de llorar y de comunicarnos en el plano emocional, deben dirigirse más hacia lograr un equilibrio, donde a los varones se les permita llorar libremente sin por ello denigrar u olvidar su condición masculina, mientras a las mujeres se les admita en puestos de poder e igualdad laboral sin tener por ello que omitir su feminidad esencial, además obtener un equilibrio donde las labores emotivas en la familia y la sociedad no se descuiden por ambos sexos.

En las últimas décadas, los papeles genéricos se han vuelto cada vez más confusos. Para Kottler, “a medida que los hombres son cada vez más expresivos y las mujeres asumen más roles masculinos tradicionales, se está produciendo una mezcla de papeles”. De tal suerte, la androginia parece ser el próximo paso en nuestras sociedades, esto es “obtener las mejores partes de los rasgos masculinos y femeninos, es decir, a la persona que es al mismo tiempo fuerte y sensible, firme y empática, valiente y vulnerable”.

¹¹⁸ Kottler, *Op. cit.*, pp. 138.

El impacto del feminismo, el movimiento de los hombres, el metrosexualismo, la igualdad de los géneros y los valores de androginia facilitarán a los hombres el llorar más abiertamente. En este caso, los sectores más beneficiados con la libertad masculina son aquellos en los que los hombres se relacionan directamente en un aspecto más varonil como: padres e hijos, hermanos y amantes, amigos y guerreros, entre otros.

Ahora las reglas han cambiado de tal manera que los hombres que no lloran o no pueden llorar se arriesgan a que se les acuse de insensibles. No obstante, para Kottler, hay mensajes mixtos peligrosos, “si un hombre llora abiertamente, también es posible que se lo juzgue de la misma manera que a las mujeres, a quienes muchas veces se considera emocionalmente inestables”.

Lo que si es un hecho es que para ambos sexos, las prohibiciones sociales son un lastre, que impide mostrarse auténticamente, estamos supeditados a normas y reglas sociales que nos obligan a jugar el rol que se nos ha destinado si no queremos ser relegados, no obstante, es factible que tanto a hombres como a mujeres nos gustaría alejarnos de los estereotipos lo que implica en las feminas llorar menos y en los varones llorar más a menudo.

Para Kottler, “los hombres podrían aprender de las mujeres que, gracias a la liberación de las lágrimas, podrían llegar a ser más abiertos y auténticos sin sentir por ello necesidad de disculparse. Análogamente, las mujeres podrían aprender de los hombres a ser más activas en su lucha por encontrar una manera válida de conocerse y expresarse”¹¹⁹.

Así, mientras las mujeres deseen ganar mayor credibilidad en el mundo de los hombres, restringirán sus lágrimas en un esfuerzo por demostrar rudeza mental comprable al rol clásico del hombre, por su parte los varones continuarán su evolución hacia la flexibilidad y la sociedad les concederá mayores oportunidades de expresarse a través de las lágrimas.

¹¹⁹ Kottler, *Op. cit.*

A manera de resumen, las históricas especializaciones de rol entre hombres y mujeres se mixturán y rompen a gran velocidad. Así de acuerdo con Kottler:

Veremos a más mujeres en posiciones masculinas tradicionales de autoridad (políticas, abogadas, ejecutivas, cabezas de familia), y más hombres en posiciones comparablemente tradicionales de crianza (padres solteros, responsables emocionales), así también veremos hombres que actúen más como mujeres en lo que afecta al llanto y más mujeres que actúen como hombres en lo que hace a la contención de lágrimas.¹²⁰

Es tangible, que a medida que la sociedad se vuelva más tecnológica, controlada y compleja, y nuestras ciudades se conviertan en grandes urbes, la necesidad de expresión se reducirá. Los espacios donde llorar y la necesidad de hacerlo como forma de contacto será mayor aún. “El futuro, asevera Jeffrey Kottler, debe convertirse en una era propicia para las lágrimas; en caso contrario, los seres humanos habrán perdido su compasión y su compromiso con el cuidado recíproco”.

En otras palabras, para Lutz, “llorar no cambiará los arreglos sociales, pero en la medida en que cambien los arreglos sociales tanto para los hombres como para las mujeres, lo hará también el significado que tienen las lágrimas para ambos”¹²¹. En suma, a medida que observemos las lágrimas como un suceso cotidiano será más fácil para todos deslindar los tabúes en torno a ellas.

A manera de conclusión, hablamos con frecuencia de hombres y mujeres como si su conducta se pudiera predecir fácilmente en función de sus respectivos géneros, a pesar de que las diferencias entre los miembros del mismo sexo son tan grandes como las que hay entre las especies. En términos generales, es verdad que las mujeres lloran más que los hombres. Sin embargo, también es cierto que algunos hombres lloran mucho y que algunas mujeres jamás derraman una lágrima. El problema no parece estar en la frecuencia con que una persona llora, sino en el significado que se le atribuye, ya que muchas veces el llanto no conflictúa a quién lo emite sino a quienes les observan. Así, el verdadero meollo atañe a los mensajes que emitimos culturalmente y dentro del

¹²⁰ *Ídem.*, pp. 237.

¹²¹ Lutz, *Op. cit.*

seno familiar, lo que implicaría revisar la educación y crianza que estamos dando a nuestros niños en conjunto con el tipo de sociedad que queremos.

3. El llanto y los bloqueos emocionales

A medida que las sociedades han evolucionado, las posturas ante el llanto se han bipolarizado, por una parte las lágrimas han dejado de ser un tema tabú, cada vez es más común ver que hombres y mujeres se permiten dar libre curso a sus emociones, y por otra quienes se diferencian más de estos; personas para quienes el llanto es un tema prohibido, un lugar inexplorado. Esos son los que ahora nos ocupan.

“Conscientemente o no, deliberada o inadvertidamente, las sociedades eligen estructuras que influyen en el modo en el que la gente trabaja, se comunica entre sí, viaja, consume, etcétera, durante períodos largos de tiempo”¹. De acuerdo con Langdon Winner, “las cosas que llamamos «tecnologías» son formas de construir orden en nuestro mundo”². Sin embargo ¿cuál es el papel de esas tecnologías en nuestra época y cual es el rol que juegan en la contención emocional?.

Si bien, la tecnología es un factor que hace nuestra vida más fácil, también es cierto que la dificulta. De acuerdo con Carlos Hernández:

Las tecnologías más avanzadas de la información, no contribuyen a uniformar los procesos de identificación social, sino justamente a todo lo contrario, a generar una serie de «nichos» con un efecto social más bien disgregatorio [...] los mismos avances tecnológicos que fomentan y explican la uniformidad, pueden estimular a un tiempo la acción de fuerzas centrífugas de naturaleza disgregatoria.³

Esto se traduce en tecnologías como la red internacional o internet, debido a que fomenta la comunicación al estrechar grandes distancias, a la vez y en forma paradójica, logra que los miembros de un mismo núcleo familiar se alejen de forma abismal y sorprendente. En ese sentido, las tecnologías lejos de acercar a los individuos generan en palabras de Hernández, nichos, donde sólo las personas que manejan ese lenguaje pueden formar parte de él, en este caso de la comunidad virtual.

¹ Citado por Silverstone, Roger y Eric Hirsch en *Los efectos de la nueva comunicación* (1996).

² *Ídem*.

³ Hernández, Carlos *Culturas y acción comunicativa* (1999), pp. 45.

No obstante, las nuevas tecnologías al alejarnos o disgregarnos, generan problemas de contacto. Cada vez es más difícil establecer relaciones de trato directo, uno a uno, inclusive en la propia familia. Así, “equipar las habitaciones con televisión, teléfono o radiocasete parece ser la réplica del efecto de privatización dentro del hogar”⁴. Sin embargo, esa privatización lejos de ser benéfica para todos, es conflictiva, por colocar a los entes sociales en situación de aislamiento.

El aislamiento dificulta las relaciones sentimentales y emotivas con los otros y se convierte en un problema cuando hablamos de expresividad emocional. En ese sentido, dentro de las habitaciones no hay cabida para el llanto, volviéndose un lugar propicio para la contención emocional y pérdida de contacto a través del ritual del duelo.

El llanto es causa y respuesta ante determinados factores y uno de los más importantes es el duelo, cuyo principal detonante es la pérdida de algo determinado que era objeto de nuestro afecto, ya sea: ante la ruptura de una relación amorosa, por la muerte de un ser querido o mediante la separación física. De acuerdo con Jeffrey Kottler en *El lenguaje de las lágrimas* existen diversos tipos de lágrimas: de pérdida, de dolor, de decepción, de abatimiento, de frustración, de cólera e incluso de alivio y alegría.

El llanto es benéfico, para Lutz en *El llanto. Historia cultural de las lágrimas*, la gente necesita estar “en contacto con sus sentimientos”. La represión, o “contención” de sentimientos es dañina. Necesitamos “dejar que todo salga”. Desde esa perspectiva, es interesante observar y entender ¿qué son las emociones y sentimientos? y ¿por qué algunas personas tratan de hacer caso omiso a lo que acontece en su interior y con ello contienen sus lágrimas?

Los sentimientos, dicen los autores, son los que nos distraen, nos desorientan y nos alejan de la verdad objetiva. Para Kottler, “son nuestras experiencias de los cambios internos del cuerpo en conjunción con imágenes mentales asociadas. Son lo más primario de las sensaciones, tanto para el cuerpo como para la mente y el espíritu”.

⁴ Silverstone, Roger y Eric Hirsch, *Op. cit.*

“La emoción sería un fenómeno relativamente aislado en el tiempo, que sufrimos con independencia de nuestra voluntad y que se produce con respecto a un objeto o persona concreta que consideramos importante”⁵, de acuerdo con el escritor Averrill. Para el investigador Frijda, “las emociones y los estados de ánimo pueden definirse como estados de disposición a la acción”⁶.

Por su parte Richard Lazarus, investigador estadounidense, opina que la emoción surge de una evaluación cognitiva del entorno, de tal manera que el concepto de activación ya no interpreta ningún papel relevante⁷. Y para describirlo mejor acuña el concepto de *appraisal*, que en palabras del investigador Ellsworth es un modelo que sigue los presupuestos del sentido común: hay un estímulo que se reinterpreta, de tal interpretación surge la emoción y de la emoción la conducta, que puede traducirse como evaluación y consiste en un constante proceso de evaluación de los cambios que se producen en nuestro medio y el grado en que esos cambios afectan nuestro bienestar. De acuerdo con este autor, existen tres tipos de *appraisal*: el primario, es la evaluación de un entorno según su significado para nuestro bienestar; el secundario, implica un proceso de evaluación de que recursos adaptativos, poseemos para superar las amenazas, daños u obstáculos que el *appraisal* primario detecte en un determinado entorno. Por último, el *re-appraisal* nos proporciona una nueva evaluación sobre el éxito de nuestros esfuerzos adaptativos, una vez que hemos decidido ajustarnos a un entorno hostil o mejorable, ya sea mediante acciones (por ejemplo, abandonar la situación) o mediante elaboraciones cognitivas (por ejemplo, racionalizaciones) Esas acciones o elaboraciones cognitivas constituyen nuestras estrategias de afrontamiento (coping)⁸.

Es importante rescatar dos perspectivas al hablar de emociones, la primera de orden conductista, en la que las emociones son la respuesta directa ante fenómenos de nuestro

⁵ Citado por Tom Lutz en *El llanto. Historia cultural de las lágrimas* (2001).

⁶ Citado por Jeffrey Kottler en *El lenguaje de las lágrimas* (1997).

⁷ Citado por Ana de Quiroga *et al.* en *Psicología Social* (2002).

⁸ *Ídem.*

entorno, y la segunda que atañe al individuo en sí, como él único causante y responsable de sus actos.

Dentro del orden conductista encontramos a autores como Harvey A. Carr, para quien “una emoción puede ser, así, definida provisionalmente como un reajuste somático que surge instintivamente a partir de una situación estimulante y que, en su momento, promueve más respuestas adaptativas eficaces a esa situación”⁹.

Por su parte, el psicólogo estadounidense Paul Olsen, opina, “la emoción” es una entidad principalmente física más que psicológica, a menudo estimulada por medios físicos y medida por la intensidad de sus manifestaciones físicas¹⁰. Así pues, el filósofo William James describe las emociones como experiencias corporales¹¹.

Silvan Tomkins, psicólogo de los años sesenta, creía que las emociones eran los estimuladores principales de la acción humana y que, incluso, impulsos como el hambre y el deseo sexual utilizaban emociones para motivar a las personas¹². Tomkins considera las emociones como tendencias a la acción.

El psicólogo e investigador B. F. Skinner, asevera, “la emoción no es principalmente una respuesta, sino un estado de fortaleza comparable de muchas maneras con un impulso”¹³, lo que sugiere nuevamente que las emociones son significativas sólo en términos de sus efectos sobre la acción o el comportamiento.

Hasta este momento podemos decir que toda emoción tiene una manifestación tangible y no por ello menos irracional. Para algunos autores las emociones son observadas como una respuesta a las necesidades del individuo. Jean-Paul Sartre en *Bosquejo de una teoría de las emociones* califica las emociones como una forma

⁹ *Ídem*.

¹⁰ Citado por Esthela Vivanco en *El duelo como una emoción compleja: diferencias de género* (1998).

¹¹ Citado por Lutz, *Op. cit.*

¹² Citado por Vivanco, *Op. cit.*

¹³ Citado por De Quiroga *et al.*, *Op. cit.*

degradada de la conciencia, una máscara o sustituto de pensamiento más racional. Mientras que para Albert Camus, novelista y filósofo, son el resultado de nuestras elecciones¹⁴.

Sin embargo, más allá de si las emociones son consideradas como parte de nuestras elecciones o si son observables como un suceso irracional, son una respuesta corporea palpable a través del llanto. De acuerdo con Kottler, pensadores más contemporáneos han enmarcado las emociones como estados de excitación fisiológica, deseos inconscientes, pautas interaccionales, imaginación, procesos cognitivos o estructuras lingüísticas.

En efecto, partimos del supuesto de que las emociones y sentimientos como los insitadores de algo más trascendental, son ellos y ellas quienes inspiran el llanto y gracias a las cuales tenemos la facultad de derramar lágrimas. Ahora bien, lo que ahora nos preocupa es descubrir ¿en que momento el sujeto se enfocó únicamente en su parte racional? ¿cuándo decidió este desterrar las emociones y sentimientos de su cuerpo? y de ser así ¿qué lo orilló a ello?

En palabras de Ambrose Bierce, periodista del siglo XIX, lo anterior se traduce en el esfuerzo determinado del corazón para dejar la cabeza fuera de servicio¹⁵. Sin embargo, ese afán constante por dejar de llorar y eliminar las emociones es un problema generacional, que se contrapone con la tendencia actual a llorar más como resultado de la liberación masculina y el diverso juego de roles, donde ellos se permiten derramar lágrimas libremente, el metrosexualismo es más una moda adoptada y las mujeres son ahora quienes reniegan de su rol como guardianas emocionales.

De acuerdo con Kottler:

Las funciones de todas las manifestaciones emocionales como el llanto están incorporadas en contextos sociales. Evolucionan primariamente como sistema de lenguaje paralelo que, en su gramática y su sintaxis, es considerablemente más

¹⁴ Citado por Lutz, *Op. cit.*

¹⁵ *Ídem.*

sofisticado que cualquier lengua hablada. Informan a los demás de lo que estás experimentando por dentro y que no podrían saber por otras vías.¹⁶

En ese sentido, el llanto es un lenguaje como ningún otro, es un medio de comunicación, puede ser calificado como una especie de dialecto y enmarcado con otros como la risa que son señales directas de los mensajes emocionales emitidos cotidianamente. Así, las lágrimas, para Kottler, pueden comunicar con fuerza incontenible lo que las palabras no pueden decir; son una de las respuestas más auténticas y reales que tenemos para expresar amor y tristeza

Ahora bien, ya sabemos que derramar lágrimas es un suceso irremplazable, y en palabras de Lutz, “el acto de llorar es tan placentero que puede hacer que uno” se estremezca de gozo¹⁷. El dejar de llorar tiene una razón más de fondo asociada libremente con el sufrimiento interno, es una respuesta del cuerpo ante tanto dolor que se lleva dentro, ya no se pueden derramar lágrimas, porque ellas, ya han secado nuestros ojos.

Asimismo, para Tom Lutz, la decisión de no llorar, sea individual o comunitaria, esta determinada por múltiples causas como lo es la decisión de llorar. Los verdaderos motivos para dejar de hacerlo de acuerdo con el investigador Joseph Jastrow¹⁸ engloban tanto el pensamiento como el sentimiento.

Las lágrimas son una respuesta directa del organismo, son una reacción física natural, el omitirlas lejos de ser benéfico es más un ente dañino. Tal es el caso que el escritor Sir Henry Maudsley nos dice, “las penas que no son aliviadas por las lágrimas, pronto harán que lloren otros órganos¹⁹. Podemos dejar de llorar pero no omitir nuestro sentir.

¹⁶ Kottler, *Op. cit.*, pp. 85.

¹⁷ Lutz, *Op. cit.*

¹⁸ Citado por Lutz, *Op. cit.*

¹⁹ Citado por Vivanco, *Op. cit.*

No obstante, suprimir el llanto, además de generar un bloqueo emocional, es como una olla de presión cuya explosión está latente. Para algunos autores como Lutz, esto tiene mayor relación con la economía psíquica que en su estructura no es emocional sino libidinal, es decir, el cuerpo almacena los deseos frustrados más no emociones frustradas.

Entonces, lloramos lágrimas nuevas por penas ya viejas, y cada vez que ocurre un suceso lacrimoso es debido a la remembranza de dolores añejos. A pesar de ello, el escritor griego Eurípides expresó el punto de vista de su época cuando escribió que uno no debía “malgastar lágrimas nuevas en penas viejas”²⁰.

Actualmente, existen técnicas como el análisis bioenergético, fundado en Estados Unidos por Alexander Lowen, en ella los pacientes gritan y pegan contra almohadas mientras practican el llanto profundo, lo que les ayuda a entrar en contacto consigo mismos mediante sus sentimientos reprimidos²¹. La idea surge principalmente al ver al cuerpo como el depósito de problemas psicológicos o caracterológicos y la posibilidad de leer las tensiones en los músculos faciales, los músculos largos y las articulaciones, a manera de clave de los problemas del paciente.

Una de las funciones de las lágrimas es pues, liberar la tensión acumulada en nuestro organismo, pero otra igualmente importante es la delimitación del espacio vital. En cuanto a esta última, el llanto tiene dos variantes una es lograr acercar a la gente y la otra es repelerla.

Para Kottler:

Es sin duda asombroso lo bien que sirve el llanto para acercar la gente a uno; pero igualmente impresionante es su efectividad como estrategia para que nos dejen solos durante esos momentos en que deseamos encerrarnos en nosotros mismos [...] las lágrimas, han evolucionado como un regulador de distancia que mantiene el espacio adecuado.²²

²⁰ Citado por Lutz, *Op. cit.*

²¹ *Ídem.*

²² Kottler, *Op. cit.*, pp. 86-87.

El llanto, es la muestra tangible de nuestra vulnerabilidad, de ahí, que muchos lo omitan ante la posibilidad de verse y sentirse en desventaja con el otro. “Mientras en otras especies, la bandera blanca de rendición se despliega a través de la retirada, la pasividad o evidencia de subordinación; en los humanos ese papel lo juegan las lágrimas por su capacidad de hacer retroceder a alguien que se muestra manifiestamente agresivo”²³.

De tal forma, en la medida que entendamos por qué la gente llora, los usos sociales de las lágrimas y la implicación en la cultura de los sujetos, comprenderemos mejor porque algunas personas nunca han llorado o bien, han dejado de hacerlo.

3.1 Bloqueo emocional (definición)

El llanto, si bien para muchos es parte de su acontecer diario para otros es un lugar desconocido y remotamente distante del goce; inclusive para autores como el filósofo griego Sócrates “el lamento y los dolores del alma están también repletos de placer”²⁴. De ser así, ¿por qué dejamos de llorar?, de existir una razón ¿cuál es el motivo para omitir nuestro sentir y reprimirlo?

El bloqueo emocional, forma parte del duelo crónico, cuando una fase breve de embotamiento de la sensibilidad se prolonga por más tiempo, es decir unas semanas y meses puede ser presagio de un duelo crónico que incluso puede extenderse aun más, años y décadas y en algunos casos el resto de la vida de una persona. Así, en palabras del psicólogo, John Bowlby en *La pérdida afectiva*, la represión, escisión, negación, disociación, proyección, desplazamiento, identificación y formación reactiva son conductas que mitigan lo penoso del duelo.

John Bowlby, describe a las personas que sufren un bloqueo emocional como:

²³ Ídem.

²⁴ Citado por Stanley Jackson en *Historia de la melancolía y la depresión. Desde los tiempos hipocráticos a la época moderna* (1986).

Personas autosuficientes, orgullosas de su independencia y del dominio de sí mismas, desdeñan los sentimientos; consideran las lágrimas como signos de debilidad. Después de haber sufrido una pérdida se muestran orgullosos de continuar una vida regular como si nada hubiera ocurrido, son activos y eficientes y pueden dar la impresión de que se desenvuelven espléndidamente [...] no hacen la menor referencia a la pérdida, evitan cualquier cosa que pudiera recordársela y ni siquiera permiten que otras personas simpaticen con ello o hagan alusión al suceso. También pueden sobrevenir síntomas físicos: dolores de cabeza, palpitaciones, dolores en general; el insomnio es común y también los sueños desagradables.²⁵

Gran parte del bloqueo emocional implica tener el control de la situación, se considera que manifestar dolor o pena por sí mismo es señal de debilidad y ello implica perder el orden, lo que es una muestra inadmisibles. Asimismo, Bowlby afirma, “aquellos que evitan la aflicción tienen en cambio la tendencia a desechar las ropas y otros objetos que pudieran recordarles a la persona que perdieron. Se deshacen precipitadamente y sin selección alguna de objetos que podrían tener valor para otros y que de esta manera quedan relegados al olvido”.

Kottler en *El lenguaje de las lágrimas* asegura las personas que no lloran es porque nunca se emocionan lo suficiente —y quizá nunca se permiten ese grado de emoción— como para que se activen respuestas de llanto. Su actividad hipotalámica y visceral flotan a niveles muy bajos, incluso en períodos de crisis. El sistema muscular y el endocrino que entran en acción durante la excreción de lágrimas no reciben nunca las señales necesarias para ello; con el tiempo, su funcionamiento comienza a atrofiarse.

Si partimos de las fallas físicas, podemos decir que el problema ya no es mental, no obstante, nos interesa observar por qué la gente deja de llorar desde un sentido emotivo, ¿qué los orilla a dejar de hacerlo?

Es conveniente, establecer una distinción entre bloqueo emocional y represión, por el primero entendemos la desensibilización total ante la pérdida, es decir, un proceso inconsciente, mientras en la represión se omiten los sentimientos de forma consciente.

²⁵ Bowlby, John. *La pérdida afectiva tristeza y depresión* (1997), pp. 166-167.

Por tanto, la represión es el énfasis que ponemos por olvidar nuestra materialidad, queremos omitir eso que sentimos en nuestro interior y que nos provoca placer por un cierto nivel de culpa. La represión de acuerdo con Freud en *Malestar en la cultura*, surge si “nuestros deseos no coinciden con la realidad comparados con las huellas mnémicas de la realidad”. Esto es, no hay una correspondencia entre lo que deseo y lo que me rodea.

Para Freud, la represión emerge al implantarse el principio de realidad. En otras palabras, dejo de lado mi necesidad de placer momentánea y lo transformo en un placer seguro que vendrá a futuro, un ejemplo clásico es la idea del paraíso de algunas religiones, después de una vida de represiones. El ideal del *Yo*, de acuerdo con el padre del psicoanálisis, es el factor determinante de la represión, es a quien le atribuimos la observación de sí, la conciencia moral, la censura onírica y por consecuencia, es la principal influencia para la represión²⁶. En palabras del autor, acontece como una noción intermedia entre la condena y la fuga; ocurre cuando el placer se trasforma en displacer, esto porque el motivo de displacer adquiere un poder superior al del placer producido por la satisfacción.

Según Freud, la esencia de la represión consiste exclusivamente en rechazar y mantener alejados de lo consciente determinados elementos. A su vez, distingue dos fases de la represión: una primitiva y la represión propiamente dicha. En la represión primitiva la representación psíquica del instinto se ve negado el acceso a la conciencia. Esta negativa produce una fijación, o sea que la representación de que se trate perdura inmutable a partir de este momento, al quedar el instinto ligado a ella. La segunda fase, la represión propiamente dicha, recae sobre ramificaciones psíquicas de la representación reprimida o sobre aquellas series de ideas procedentes de fuentes distintas, pero que han entrado en conexión asociativa con dicha representación. A causa de esta conexión sufren tales representaciones el mismo destino que lo relativamente reprimido.

²⁶ Freud divide el aparato psíquico en tres instancias psíquicas: *Ello*, *Yo* y *Superyó*.

De acuerdo con Freud, “la represión labora [...] de un modo altamente individual [...] y es móvil en alto grado”²⁷. Lo reprimido ejerce una presión continua en dirección de lo consciente al ser, por tanto, necesaria para que el equilibrio se conserve. El mantenimiento de la represión, para el autor, supone, un continuo gasto de energía, y su levantamiento significa, un ahorro. Además la represión crea regularmente un producto sustitutivo.

Freud, de acuerdo con Liliane Frey-Rohn²⁸, coloca la represión en los procesos secundarios o procesos preconscientes que se caracterizan por un mecanismo de freno, de inhibición y control. Con base en lo anterior, el *Superyó* es el origen de lo reprimido. No obstante, “tenemos que reconocer que lo inconsciente no coincide con lo reprimido. Sigue siendo cierto que lo reprimido es inconsciente, pero no todo lo inconsciente es también reprimido”.

Lo que Freud²⁹ ha resumido con el término represión se entiende como el individuo se aferra a los objetivos para olvidar el contenido penoso. El mecanismo de la introversión intenta, a la inversa, concentrar la libido totalmente en el complejo, para separar a la personalidad de la realidad y aislarla. Este proceso psicológico va unido a fenómenos que quizá puedan caracterizarse mejor con el término “desvalorización” que con el término “represión”.

Por su parte, Jung entiende por represión “la separación de contenidos que resultaban incompatibles con el *Yo* y que por lo tanto no eran aptos para acceder a la conciencia”³⁰. Asimismo, Jung afirma que sin la represión ejercida contra los contenidos primitivos, que constituían un obstáculo para la adaptación, no podía producirse una diferenciación de la conciencia.

²⁷ Freud, Sigmund. *El malestar en la cultura* (1975).

²⁸ Frey-Rohn, Liliane. *De Freud a Jung* (1991).

²⁹ Citado por Frey-Rohn, *Op. cit.*

³⁰ *Ídem.*

De acuerdo con Jung, la teoría de la represión solo tiene realmente en cuenta aquellos casos en los que un contenido de por sí no apto para la conciencia se rechaza totalmente de ésta y se convierte en inconsciente, o se mantiene liminarmente al margen de la conciencia. Pero no toma en consideración aquellos otros casos en los que, a partir de materiales del inconsciente que en sí no son aptos para la conciencia, se forma un contenido de elevada intensidad energética, pero que inicialmente no puede hacerse consciente o sólo puede serlo con las mayores dificultades. En estos casos, la actitud consciente no sólo no es hostil, sino que tendría la mejor disposición para con dicho contenido. Se trata de neoformaciones creativas que, como se sabe, con harta frecuencia tienen su principio original en el inconsciente.

Es importante pues rescatar el papel de la represión en el bloqueo emocional y para ello Jacques Lacan sugiere, “la represión está ligada a una experiencia traumática [...] el paciente nunca ha podido evocar directamente esta escena, recordararla”. Para explicarlo mejor, el autor nos habla de la *Prägnung* que es el meollo del acontecimiento traumático y proviene del alemán acuñación como cuando se acuña una moneda. A la par, Lacan retoma a Freud y explica la *Prägnung*:

Está se sitúa primero en un inconsciente no reprimido [...] la *Prägnung* no fue integrada al sistema verbalizado del sujeto, que ni siquiera alcanzó la verbalización, ni siquiera, podemos decir alcanzó la significación. Esta *Prägnung*, estrictamente limitada al dominio de lo imaginario, resurge a medida que el sujeto avanza en un mundo simbólico cada vez más organizado.³¹

En suma, podemos decir que la *Prägnung* es una especie de símbolo del acontecimiento traumático. Después de ello ocurre la *nachträglich* que descrita por Lacan, es en la medida en que —por el juego de los acontecimientos— es integrada en forma de símbolo —en historia— que la acuñación está casi a punto de surgir. Cuando surge efectivamente, exactamente dos años y medio después de haber intervenido en la vida del sujeto ella adquiere en el plano imaginario su valor de trauma, dada la forma especialmente conmovedora de la primera integración simbólica para el sujeto. En otras palabras, podemos decir que después de la *Prägnung* surge la *nachträglich*; o sea,

³¹ Lacan, Jacques. *El seminario de Jacques Lacan. Libro 1: los escritos técnicos de Freud. 1953-1954* (1981), pp. 281.

primero hago un símbolo con el acontecimiento, después lo hago tangible y finalmente elaboro el trauma.

Ahora bien ¿qué es el trauma y que implicación tiene con el bloqueo emocional.

Para Lacan:

El trauma, en tanto que cumple una acción represora, interviene a posteriori, *nachträglich*. En ese momento algo se desprende del sujeto en el mundo simbólico mismo que está integrando. A partir de entonces eso ya no será algo del sujeto. El sujeto ya no hablará más de ello, ya no lo integrará. No obstante, esto permanece ahí, en alguna parte [...] a través de algo que el sujeto no domina.³²

Una vez constituido su primer núcleo, en palabras de Lacan, la represión comienza. Existe un punto central alrededor del cual podrán luego organizarse los síntomas, “las sucesivas represiones y, al mismo tiempo [...] el entorno de lo reprimido [...] la integración en la historia implica evidentemente el olvido de todo un universo de sombras que no llegan a la existencia simbólica”. Y si esta existencia simbólica es lograda y plenamente asumida por el sujeto, no deja ningún peso detrás suyo. Sería entonces preciso hacer intervenir nociones heideggerianas, en palabras de Lacan, “toda entrada del ser en su morada de palabras supone un margen de olvido”.

De acuerdo a la teoría freudiana observada en *Malestar en la cultura*, al hablar de las instancias psíquicas el *Superyó* aparece en forma de censura. En buena medida es gracias a ella que los bloqueos emocionales son posibles. Tal como lo afirma Freud en su artículo *Das Ich und das Es*, “cuanto más suprima el sujeto sus instintos, es decir, si quiere, cuánto más moral es su conducta, más el *Superyó* exagera su presión y más severo, exigente e imperioso deviene”³³. Sin embargo, para Lacan, “el inconsciente es en el sujeto una escisión del sistema simbólico, una limitación, una alienación inducida por el sistema simbólico”.

En conclusión, Lacan agrega:

Es en el momento que nos acercamos a los elementos traumáticos —formados en una imagen nunca integrada— cuando se producen agujeros que el sujeto puede

³² *Ídem.*, pp. 283.

³³ Citado por Lacan, *Op. cit.*

reagruparse en las diferentes determinaciones simbólicas que hacen de él un sujeto con historia [...] todo lo singular que puede acontecerle a un ser humano debe situarse en relación con la ley con la cual él se vincula. Su historia está unificada por la ley, por su universo simbólico que no es lo mismo para todos.³⁴

Kottler cree que la causa del bloqueo es que las personas son incapaces de acceder a estados emocionales interiores y tienen una sensación de vacío:

Es como si faltara alguna conexión en su cerebro o su sistema límbico, de modo que no son capaces de experimentar ninguna clase de sentimientos fuertes. Esto puede deberse a algún trauma psicológico que sufrieron en la infancia y del cual se protegen ahora eliminando de su vida todo lo que sea intenso. Podría también asemejarse a una forma de autismo en los niños, o de perturbación esquizoide en los adultos, en la que se encuentra una extremada sensación de estar en blanco, de vacío interior.³⁵

Es importante pues, establecer una diferenciación entre inteligencia emocional y bloqueo emocional; la primera es consciente y se designa más en el plano de las reglas y normas sociales, mientras la segunda no es consciente. Muchas veces, el individuo reprime la emoción sin consciencia de ello y sin ser racionalizado el por qué de esa situación.

De tal forma, la diferencia sustancial entre la inteligencia emocional y el bloqueo; es que en la primera la emoción es racionalizada y se le da escape por otra vía, mientras en la segunda se reprime y no se resuelve. En palabras de Winnicott, esto formaría parte de “el falso sí mimo”³⁶, es la prueba de que muchas veces sentimos un algo irreal, una especie de novela de nuestras propias vidas, es un proceso de desensibilización.

Fernández Dols dentro del compendio de *Psicología social*, dice que el proceso de autoregulación de la emoción no es una simple estrategia de disminución de la intensidad de las emociones, “es todo un proceso de transformación de las emociones”. Es decir, ella es omitida y expresada por otra vía ya sea privada o pública como es al observar una obra de arte, al ver una película, al escuchar una canción o cualquier otra que desemboque en catarsis y/o empatía.

³⁴ *Ídem.*, pp. 292.

³⁵ Kottler, *Op. cit.*, pp. 93.

³⁶ Citado por Bowlby, *Op. cit.*

Otra causa para dejar de llorar es la presión social, a menudo existen condiciones en relación con la edad, el género o cultura particulares, que impiden a los sujetos que las cumplen liberar sus emociones. A ellos, les gustaría llorar, pero no es una opción que se puedan permitir, salvo en las circunstancias más extremas. Kottler opina, “la vergüenza es un factor poderoso en estos individuos. Hay en su definición de sí mismos, algo que vuelve inaceptable el llanto”. Así, hay personas que sienten tan intensamente y que no se permiten derramar una sola lágrima; él las clasifica:

A diferencia de quienes están vacíos, estas personas tienen efectivamente sentimientos poderosos. Y a diferencia de las negadoras, son conscientes de sus emociones aun cuando no les permitan salir a la superficie.

En el primer grupo, el llanto no tiene sentido debido al control sobre la activación emocional, que tiene lugar en el nivel fisiológico. El segundo grupo aprendió, a través del condicionamiento cultural, a ejercer el control por medio de la negación. Este grupo escoge efectivamente no llorar.³⁷

Hablamos, de tal suerte, de dos tipos de bloqueos, uno físico y otro cultural. En el primero interviene la incapacidad de llorar y las disfunciones por causas ajenas al individuo. Mientras en el segundo, interviene la presión social de su grupo o comunidad. No obstante, es conveniente señalar las necesidades insatisfechas como la causa del bloqueo y observar cómo el problema se relaciona —de acuerdo con Kottler— con luchas del pasado que se reactivan.

Si el llanto de un paciente, para el psicólogo Tom Lutz en *El llanto. Historia cultural de las lágrimas*, expresa emociones reprimidas durante la muerte traumática de uno de sus padres, entonces finalmente el llanto permitirá al paciente “elaborar el trauma” y borrar sus efectos. Pero si el paciente llora porque su verdadero deseo —la presencia de su padre o madre— es ocultado, entonces llorar continuamente jamás podrá alterar las ahora conocidas vías que conducen a su pena. Los pacientes necesitan llegar a buenos términos con sus deseos, más que con su pérdida.

Cuando Freud, habla de la pulsión de *Eros* y *Thánatos* en *Malestar en la cultura*, nos dice que la segunda se exterioriza al agredir y destruir. La pulsión del *Thánatos*, se ve compelida a ponerse al servicio de *Eros*, en la medida que el ser vivo aniquilaba a

³⁷ Kottler, *Op. cit.*, pp. 95.

otro, animado o inanimado, y no a sí mismo. A la inversa si esta agresión hacia fuera era ilimitada, ello no podía menos que traer por consecuencia un incremento de la autodestrucción, por lo demás siempre presente. Al mismo tiempo, a partir de este ejemplo las dos variedades de pulsiones rara vez aparecen aisladas entre sí, sino que se ligan en proporciones muy variables, volviéndose de ese modo irreconocibles para nuestro juicio. Así, el bloqueo emocional, al causarle daño al individuo, se puede entender a través de la pulsión de *Thánatos*, y como resultado de esa eterna lucha entre nuestras pulsiones de vida y muerte.

La muerte se asocia a las lágrimas, de acuerdo con Georges Bataille en *Las lágrimas de Eros*, del mismo modo que en ocasiones el deseo sexual se asocia a la risa; pero la risa no es, en la medida en que parece serlo, lo opuesto a las lágrimas, “tanto el objeto de la risa como el de las lágrimas se relacionan siempre con un tipo de violencia que interrumpe el curso regular, el curso habitual de las cosas”.

Esa violencia, es pues, el factor central de un bloqueo emocional, en buena medida, el sujeto ha perdido la esperanza de llorar y decide ensimismarse y en algunos casos autoinfringirse castigos, así el bloqueo es el resultado de esa relación latente entre violencia y llanto, que en buena medida se asocia con el ritual que es interrumpido. Llame funeral, u otro de transición, implica la cooperación de los individuos de una comunidad, como se observa en el capítulo dos, es la identificación de mí mismo en la otredad para lograr la unidad, no obstante, cuando ese proceso es interrumpido o disminuido aparecen los signos de la violencia³⁸.

Ahora bien, el problema de los rituales interrumpidos o inconclusos tiene una justificación mayor de acuerdo a los medios de comunicación. Marc Augé lo explica en *La guerra de los sueños*:

Las nuevas técnicas de comunicación y de la imagen hacen que la relación con el otro sea cada vez más abstracta; nos habituamos a verlo todo pero no es seguro

³⁸ Citado por Juan Linares en *Agresividad: el debate de la violencia humana* (1981).

que continuemos mirando. El hecho de que los medios hayan sustituido a las mediaciones contiene en sí mismo una posibilidad de violencia.³⁹

En efecto, cada vez es más común interrumpir los rituales o experimentarlos con cierta distancia, lo que degenera en un bloqueo emocional. De tal forma, el centro del conflicto es la no aceptación de un agente dañino, el no hacer consciente las causas de nuestro dolor e impedirnos dar libre causa a nuestra pena. Sigmund Freud en *Malestar en la cultura* nos dice, “donde *Ello* estaba devendrá el *Yo*. Son los sueños y deseos irrealizables del *Ello* los que deben hacerse conscientes, a fin de que pierdan su influencia”. Osea, en la medida que no hagamos consciente esa desritualización de las sociedades actuales, será cada vez más difícil encontrar el origen de nuestros bloqueos emocionales. Además, es importante recordar que esa pérdida o interrupción del rito no es la única causa, aunque sí puede ser un detonante sustancial.

Todo ello se resume, en lo que Lutz opina:

Las emociones no pueden ser almacenadas durante años en nuestro cuerpo esperando reaparecer como un virus o como las burbujas de un refresco embotellado. Podríamos llorar, por supuesto, de una manera muy similar a como lloramos cuando nuestros deseos fueron frustrados por vez primera, pero no porque las lágrimas hayan estado esperando en algún sitio durante los años intermedios. Lloramos porque los eventos o deseos siguen evocando poderosos sentimientos cuando son recordados o reconocidos, en parte porque nuestra comprensión de dichos eventos no ha evolucionado⁴⁰.

Por su parte, la psicóloga Magda Arnold, explica el bloqueo a través de la “teoría de valoración de la emoción”⁴¹, hace una distinción entre emociones expresivas y penosas. Las emociones penosas son impulsos frustrados a la acción (tristeza sin llanto, miedo sin huida) y, en consecuencia, lo opuesto a las emociones expresivas (tristeza con llanto, miedo con gritos), en las que la expresión sustituye alguna otra acción.

Fritz Perls⁴², especialista en *Gestalt* durante los años sesenta, define las emociones como “conminaciones a un cierre”; el miedo es un deseo inconcluso de huir,

³⁹ Augé, Marc. *La guerra de los sueños. Ejercicios de etno-ficción* (1998), pp. 29.

⁴⁰ Lutz, *Op. cit.*, pp. 151-152.

⁴¹ Citado por De Quiroga *et al.*, *Op. cit.*

⁴² *Ídem*.

la nostalgia es un deseo inconcluso de estar cerca de alguien. Si los asuntos inconclusos permanecen inacabados, entonces, la sensación de urgencia, los sentimientos que detonó originalmente la acción frustrada reaparecerán. Las emociones son, así, un llamado a la acción. Entonces, mantenerse inactivos genera más una situación problemática que calma.

Lowen, investigador social, opina, “una cosa es ser capaz de reconocer que uno está triste; otra es ser capaz de llorar [...] llorar, es decir, sollozar, es la manera más temprana y profunda de liberar la tensión, cada estrés que produce un estado de tensión en el cuerpo”⁴³. Se deduce pues, que la gente con problemas necesita llorar, necesita liberar el origen de la tensión y ser permisivos consigo mismos, dejarse llevar por lo que sienten en ese momento, ya sea tristeza, dolor, miedo, ira u otras.

Sencillamente, cuando las personas no lloran es porque no se conmueven. Éste es el problema, explica el bioquímico Bill Frey, “las personas se excitan y se deprimen durante el llanto. Se conmueven porque se emocionan con lo que ven o viven. El llanto representa un compromiso con la vida”⁴⁴.

Omitir las lágrimas, no es sólo la represión emocional, los psicólogos han encontrado una estrecha relación con: desórdenes del sueño y dolores nerviosos. De acuerdo con Kottler en *El lenguaje de las lágrimas*, médicos y psicólogos han dicho durante años que contener las emociones no es físicamente bueno. Se ha asociado la inhibición de las lágrimas con la urticaria, las úlceras, el asma, la colitis, la presión sanguínea elevada, el cáncer y una multitud de enfermedades más.

Uno de los precios que se tienen que pagar ante la represión emocional la explica el psicólogo Jeffrey Kottler:

Contener las lágrimas se opone a la más natural de las inclinaciones. Aunque todos nacemos sabiendo llorar, con el tiempo algunos pierden la capacidad para derramar lágrimas. Uno de los precios más frecuentes que hay que pagar por esta

⁴³ Citado por Lutz, *Op. cit.*

⁴⁴ *Ídem.*

constipación emocional es la disminución del afecto a los demás y de la intimidad en las relaciones.⁴⁵

Para ello, una solución viable la ofrece la terapia primaria propuesta por el terapeuta estadounidense Arthur Janov, sugiere “abrir el ser total a la más completa expresión de los sentimientos más primitivos y profundos”⁴⁶. La cura, consiste en aislar al paciente de su mundo exterior y animarlo a hacer regresión a su estado infantil sin escatimar llantos y gritos. Así, la terapia primaria con duración de un año, permite al paciente “dejar atrás viejos patrones para alcanzar el cierre [...] para sentir las emociones que fueron negadas en su momento en la consciencia”.

En suma, mientras existen personas que nunca lloran lágrimas de emoción y que inclusive no pueden recordar si alguna vez las han derramado; hay quienes no pueden detener su llanto. Para Kottler “estos llorones patológicos tienen perturbaciones físicas subyacentes que inhiben la porción del cerebro que controla el llanto”. De tal forma, cuando unos se deshacen en lágrimas, otros no pueden liberar lo que sucede en su interior.

Así pues, no importa si la causa de nuestro bloqueo es social, cultural, psíquica, consciente o inconsciente, el verdadero problema radica en nuestra incapacidad para derramar lágrimas y sentir libremente, después de todo algo que es tan benéfico y saludable para el organismo como lo es el llanto, no puede ser tan grave para nosotros ni para nuestras sociedades.

⁴⁵ Kottler, *Op. cit.*, pp. 82.

⁴⁶ Citado por Lutz, *Op. cit.*

3.2 Depresión y melancolía

La melancolía y la depresión si bien se les puede encontrar unidas y ligadas, no son lo mismo; desde los estudios hipocráticos la melancolía es considerada como uno de los tipos de humores y unida a la bilis negra. Así, ella es una forma de ver la vida para el sujeto que la posee más que una enfermedad. No obstante, aún cuando la depresión puede devenir en melancolía, ella es un estado de aflicción menor.

Para Jackson Stanley en su recuento *Historia de la melancolía y depresión*, la melancolía se asocia como la aflicción que en la Grecia y Roma clásicas “podía ser gratuita o algún tipo de maldad o pecaminosidad. La aflicción puede deberse a la visita de algún dios, algún demonio o algún espíritu maligno, o en épocas posteriores, del Dios de los cristianos como castigo o prueba de fe”. De acuerdo con el autor la melancolía, era ya un factor determinante y catalogado como uno de los tres desórdenes mentales a la par de la frenitis y la manía.

El término *melancholia* —con base en Stanley— deriva de la expresión griega que significaba bilis negra, pero el nombre no deriva, como muchos creen, de la idea de que la bilis negra es la causa u origen de esa enfermedad, en realidad parte del hecho de que frecuentemente el paciente devuelve bilis negra .

De acuerdo con el recuento de Jackson, la melancolía como enfermedad normal aparece ya en los escritos hipocráticos en los siglos V y IV a. C. y se asociaba con aversión a la comida, desesperación, insomnio, irritabilidad e intranquilidad y se afirmaba que un miedo o una depresión que se prolonga supone melancolía. Estos escritos sugieren que ésta era una enfermedad de las varias catalogadas como enfermedades melancólicas, la bilis negra era un factor causal clave, el otoño era la estación en la que la persona tenía un especial riesgo de sufrir los efectos de este humor, la bilis negra era de naturaleza viscosa y estaba asociada a las cualidades de frialdad y sequedad. Este síndrome con sus desórdenes mentales era sin duda el resultado de la afección cerebral.

En esas épocas para Jackson la melancolía formó parte de uno de los cuatro temperamentos fundamentales junto con el sanguíneo, el colérico y el flemático. No obstante, existieron diversos autores que se encargaron de describirla en forma similar a la hipocrática y algunos de ellos son: Celso, Sorano de Éfeso, Rufo de Éfeso, Areteo y Galeno.

Asimismo, podemos observar que desde esas épocas los síntomas de los enfermos eran similares a los actuales, de acuerdo con Rufo de Éfeso⁴⁷ parecen abatidos, tristes y llenos de miedos. En ese contexto clásico, se consideraba la comida y bebida como un factor determinante para la melancolía. También Galeno hace hincapié en que la melancolía se asocia con el miedo, “aunque cada paciente melancólico actúa bastante diferente que los demás, todos ellos muestran miedo o desesperación”⁴⁸.

Posteriormente con la llegada de la Edad Media, las ideas imperantes aún eran las perspectivas de la Roma y la Grecia clásicas de acuerdo con Stanley Jackson. Por un lado destacan algunos nombres como son: Oribasio de Pérgamo, Alejandro de Tralles, Pablo de Egipto y Avicena. Por el otro, destacan los aportes de la medicina árabe con autores como Ishaq ibn Imran, él sugiere que la melancolía se relaciona con un sentimiento de aflicción y aislamiento formado en el alma debido a algo que el paciente cree es real pero en verdad es irreal. También, Ishaq fue de los primeros en considerar que “la melancolía puede tener causas puramente psíquicas. Miedos, aburrimiento o ira, que se dan en el alma animal, pueden cooperar en la melancolía. De manera que la pérdida de un ser querido o de una biblioteca insustituible pueden producir una tristeza y aflicción tales que tengan como resultado la melancolía”⁴⁹.

A finales del siglo IV a. C. la iglesia católica empleó el término de la *acedia* que de acuerdo con Jackson, designaba toda una constelación de sentimientos y conductas consideradas como poco habituales, no deseables e indicativas de una necesidad de

⁴⁷ Citado por Jackson, *Op. cit.*

⁴⁸ *Ídem.*

⁴⁹ *Ídem.*

atención para remediarlas. La palabra proviene del griego y designa distracción, embotamiento, literalmente estado de no importarle a uno nada.

De acuerdo con los escritos de la época la *acedia* describe en forma ambivalente la depresión y melancolía a la vez, sin la clara diferenciación actual. Para Jackson, escritos de períodos anteriores a Evagrio indican como síntomas: dejadez, fatiga, agotamiento, apatía, angustia, tristeza, abatimiento y pereza o negligencia debido a una atención excesiva de los asuntos terrenos. De ahí, que en su orígenes sea la iglesia católica la que escriba sobre ella por considerarla como un estado pecaminoso, principalmente porque quienes la padecían se mostraban inactivos al servicio de Dios y en búsqueda de actividades que les distrajeran.

Con base en Stanley Jackson, durante la edad media la melancolía estuvo de moda entre los literatos u otros artistas por brindar la oportunidad de “retirarse dentro de sí y hallar una compensación a los males del mundo [...] en los sobrios placeres de la contemplación”⁵⁰.

Posteriormente encontramos un dato importante entre los registros de Richard Napier, médico inglés de principios del siglo XVI, quien describió el 20 % de sus pacientes como melancólicos, el demostró que el porcentaje era desproporcionadamente alto entre los escalones superiores de la sociedad e igualmente desproporcionado en sentido inverso entre la gente de abajo⁵¹. Esto se traduce que la enfermedad desde esos tiempos hasta nuestros días se asocia con la ociosidad.

Asimismo, las investigaciones de Jackson nos dicen que en el siglo XVII la melancolía tuvo un gran avance al no ser asociada con la bilis negra esto, porque se dejó de lado el modelo imperante de los humores y con ello se consideró a la sangre junto con otras sustancias como desecho del organismo y no como factores determinantes en el carácter de los individuos.

⁵⁰ Jackson, *Op. cit.*

⁵¹ Citado por Jackson, *Op. cit.*

Ya en el siglo XVIII la melancolía fue interpretada por la teoría mecanicista de Thomas Willis. Con ello, las explicaciones fundamentales de los fenómenos físicos incluían el movimiento y la interacción de las diversas partículas de la materia⁵². De acuerdo con Jackson, entre los primeros exponentes de las teorías mecanicistas de la melancolía tenemos a Pitcairn y Hoffmann. Para el primero, la melancolía procede de un defecto de las emociones vividas normales, mientras que el segundo la describe en los patrones clásicos de la enfermedad, al decir, “en la melancolía la mente está fuertemente anclada en un determinado objeto, con gran ansiedad, aflicción y miedos sin razón”.

Tiempo después, la descripción de la melancolía se mantuvo bastante estable y no tuvo cambios sustanciales, para Jackson, “la melancolía implicaba que el desarreglo se limitaba a la esfera de una determinada idea fija con funcionamiento normal en otros temas”. Podemos decir, que las descripciones mecanicistas no tuvieron un efecto ni importante ni duradero sobre la melancolía.

No obstante, es conveniente resaltar que hasta el siglo XVIII el término depresión no encuentra lugar en los escritos sobre la melancolía y la aflicción. Johnson, es uno de los más importantes en esta naciente tendencia con la consideración de la depresión y sus investigaciones⁵³. La postura melancólica cambia en el siglo XIX y autores como Krafft Ebing la definen como, “el fenómeno fundamental de la melancolía, está formado por una depresión emocional penosa, que no tiene causa externa, o la tiene insuficiente, y una general inhibición de las actividades mentales, que pueden quedar totalmente paralizadas”⁵⁴.

Asimismo, ya se comienzan a cuestionar otros asuntos que causaran mella en el siglo XX como son: la melancolía tiene un aspecto corporal y otro mental; su arranque es gradual y el paciente no se hunde de pronto en ella profundamente. En el siglo XX la descripción de la melancolía y la depresión tuvo mayor cantidad de exponentes y

⁵² Citado por Jackson, *Op. cit.*

⁵³ *Ídem.*

⁵⁴ *Ídem.*

distintas clasificaciones como la del psiquiatra Emil Kraepelin; él define y divide los estados depresivos en tres tipos: “retardación simple”, es la forma más leve y se caracteriza por el emperezamiento mental; “retardación con delirio y alucinaciones”, se caracteriza por las alucinaciones y las variadas ideas delirantes de persecución y autoacusación; y finalmente los “estados de estupor”, definido por numerosas ideas delirantes incoherentes y semejantes a los sueños, y alucinaciones, con pronunciado obnubilamiento de la conciencia⁵⁵.

Otro exponente relevante del siglo XX es el psiquiatra estadounidense Adolf Meyer para quien “la depresión es una reacción extensiva en que, como problema central determinante del síndrome, se presenta un ataque fijo y dominante de tristeza o sus equivalentes”⁵⁶. Además nos dice, “las depresiones se caracterizan por el humor deprimido que expresan diferentes individuos, con claras variaciones por la forma de ataque de la enfermedad y por los síntomas físicos que la acompañan”.

Tiempo después Winokur divide los desordenes afectivos en desordenes afectivos primarios y depresiones secundarias; los desórdenes afectivos primarios se subdividían en enfermedades bipolares y depresiones unipolares; y las depresiones unipolares se dividían a su vez en enfermedades depresivas familiares puras, enfermedades depresivas esporádicas, y enfermedades del espectro depresivo⁵⁷.

Posteriormente, Spitzer hizo una descripción de las depresiones que aparece en la tercera edición del *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* de 1980⁵⁸. Este esquema de acuerdo con Jackson incluía, dentro de los desordenes afectivos, desórdenes afectivos graves, subdivididos en desórdenes bipolares (mixtos, maníacos o deprimidos) y depresiones graves (episodio único o recurrentes); otros desórdenes afectivos específicos, subdivididos en desórdenes ciclotímicos y desórdenes distímicos

⁵⁵ Citado por Jackson, *Op. cit.*

⁵⁶ *Ídem.*

⁵⁷ *Ídem.*

⁵⁸ *Ídem.*

(neurosis depresivas), y desórdenes afectivos atípicos, subdivididos en desórdenes bipolares atípicos y depresiones atípicas.

En la actualidad, la depresión es considerada una enfermedad de moda, si bien es cierto que cada vez es mayor el número de afectados, también lo es que sus causas aún son desconocidas para la gran mayoría, y principalmente por considerar los problemas de la psique humana como afecciones menores. De acuerdo con datos de la Organización Mundial de la Salud⁵⁹, 350 millones de personas alrededor del mundo padecen depresión y en México 40% de la población económicamente activa vive deprimida.

Karl Abraham nos dice:

La depresión se instala cuando el individuo tiene que abandonar su objetivo sexual sin haber obtenido una gratificación. Se siente no querido e incapaz de querer, y desespera de su vida y su futuro. Este afecto estará presente hasta que su causa deje de operar, o a través de un cambio real de situación o de una modificación psicológica de las ideas desagradables a las cuales se enfrenta.⁶⁰

Edward Bibring, psicólogo de la década de los 50, define la depresión como, “la expresión emocional de un estado de debilidad e impotencia del ego, aparte de lo que pueda haber provocado la quiebra de los mecanismos que establecían su autoestima”⁶¹. La depresión es observable como el correlato emocional de un colapso total o parcial de la autoestima del ego, al sentirse incapaz de vivir al nivel de sus aspiraciones (ideal del ego, superego) mientras éstas son fuertemente mantenidas. Para este autor, “la depresión representa un estado afectivo que indica un estado del *Yo* en términos de desamparo o inhibición de funciones”.

Con base en Bibring la autoexperiencia temprana del desvanecimiento del ego infantil, de su incapacidad para conseguir las provisiones vitales, probablemente sea el factor de predisposición más frecuente de la depresión. Ésta, se presenta en la vida

⁵⁹ www.jornada.unam.mx/2005/02/23/a02nlcie.php?partner=rss.

⁶⁰ Citado por Jackson, *Op. cit.*, pp. 207.

⁶¹ *Ídem*.

adulta, con el doloroso descubrimiento de no ser querido o de no tener las reservas necesarias que reactivan regresivamente esta temprana conciencia de desvanecimiento.

Por su parte, León Grinberg en *Culpa y depresión*, afirma que la depresión junto con el sentimiento de culpa, que es a la vez su causa y su síntoma fundamental, proviene de ataques reales o fantaseados realizados por el *Yo* contra los demás. Además, asegura que la depresión es la respuesta normal a la pérdida del objeto cuando no existe una acumulación de presión libidinosa.

Grinberg sostiene que en la depresión, “el *Yo* se encuentra paralizado porque se siente incapaz de enfrentarse con el peligro; en ocasiones el deseo de vivir se encuentra reemplazado por el deseo de morir por considerarse impotente para superar el riesgo que lo amenaza”. La depresión se manifiesta por apatía, tristeza, decaimiento moral y físico con sensaciones de impotencia y desesperanza.

De acuerdo con Mortimer Ostow, en *La depresión: psicología de la melancolía*, “la depresión es un estado complejo en el cual podemos reconocer varios componentes distintos, que comprenden el dolor psíquico, la ansiedad, el sentimiento de culpa, la preocupación y la agitación”. Ostow asevera que la infelicidad patológicamente intensa se llama depresión y cuando la depresión es grave se denomina melancolía.

Bonime establece una teoría de la depresión y dice:

La depresión no es simplemente un grupo de síntomas que componen una enfermedad periódica, sino que es una ‘práctica’, una forma diaria de interacción. Cualquier interferencia con este tipo de funcionamiento produce la aparición de la depresión clínica para obligar al entorno a que deje al paciente reinstalar su conducta interpersonal acostumbrada.⁶²

Bonime también sostiene que la etiología de la depresión en los adultos puede hallarse en una infancia que careció de la necesaria crianza y el necesario respeto de los padres, y que el factor dinámico constante de tales pacientes es la cruel persecución de esa infancia no realizada (o incompletamente realizada)

⁶² *Ídem.*, pp. 226.

Rado nos dice, “la tremenda tristeza de la depresión podría explicarse por el hecho de que en su ardiente deseo dependiente el paciente se ve dividido entre su rabia coercitiva y su miedo sumiso, y así lucha por conseguir su objetivo imaginario, el de volver a conseguir el amor materno empleando dos métodos en conflicto al mismo tiempo”⁶³.

La posible depresión en la vida adulta, en buena medida es el resultado de nuestra niñez. De tal forma Rado agrega:

Con el desarrollo normal, el niño aprende que la madre que odia (la madre que frustra, el objeto malo) y la madre que ama (la madre que gratifica el objeto bueno) son una misma persona (la madre real, el objeto completo) y la fase depresiva se pasa, y sus problemas se resuelven razonablemente bien. Si la rabia y el odio fueran desproporcionadamente más fuertes que el amor hacia el objeto de cariño, el niño puede no conseguir integrar estos dos objetos-parte no pudiendo establecer un buen objeto interno, quedando el terreno preparado para la aparición de depresiones en la vida adulta. En otras palabras, la temprana relación madre-hijo ha de ser tal que el niño sienta que es amado y que es valioso. Sin esto no podrá resolver la normal ambivalencia hacia la madre; correrá el peligro de no poder vencer la ansiedad y [...] no alcanzará un nivel satisfactorio de autoestima; y será propenso a las depresiones en su vida adulta.⁶⁴

Rado, a su vez, distingue dos tipos de depresión una de origen psicótico y otra de orden neurótico; la primera es considerada como verdadera porque el proceso depresivo en el ego se extiende a costa de las relaciones con el objeto y con la realidad; mientras en la segunda el ego está más o menos intácto.

El investigador Eduardo Weiss diferenció las depresiones neuróticas de las depresiones melancólicas. En las primeras, cierta carga de la libido es bloqueada y queda sin utilizar por una fijación intensa con el objeto amado. En las depresiones melancólicas el paciente ha perdido, en mayor o menor grado, la capacidad de amarse a sí mismo; en realidad se odia⁶⁵.

⁶³ Citado por Jackson, *Op. cit.*

⁶⁴ *Ídem.*, pp. 215.

⁶⁵ Citado por Grinberg en *Culpa y depresión* (1978).

Bychowski hace una distinción de las depresiones y las divide en latentes o crónicas que forman parte de una misma enfermedad: la depresión melancólica. “La depresión latente designa una situación fronteriza donde la misma depresión está borrada por una fachada de síntomas neuróticos y rasgos de carácter. Las depresiones crónicas se caracterizan por un humor pesimista y un sentimiento de futilidad probablemente psicótica es la conciencia dolorosa de la impotencia del *Yo* frente a sus aspiraciones”⁶⁶.

En cierto sentido, podemos hablar de dos tipos de depresiones una que es normal hasta cierto punto y otra de orden patológico, mejor conocida como melancolía. Para John Bowlby en *La pérdida afectiva*, la depresión como estado de ánimo que experimenta en ocasiones la mayor parte de la gente acompaña de manera inevitable a todo estado en que la conducta se hace desorganizada, como suele ocurrir después de sufrir una pérdida:

Mientras haya un intercambio activo entre nosotros mismos y el mundo exterior (en el pensamiento o en la acción), nuestra experiencia subjetiva no es la depresión: puede experimentarse esperanza, temor, ira, satisfacción o cualquier combinación de estas cosas. Cuando cesa el intercambio es cuando se da la depresión, que continúa hasta el momento en que llegan a organizarse nuevos patrones de intercambio enderezados a un nuevo objeto o a una nueva meta.⁶⁷

Bowlby, afirma que el trastorno depresivo es consecuente con las experiencias vividas en el seno familiar durante la niñez y las clasifica de tres tipos:

1. No haber tenido una relación estable con los padres
2. Haberle dicho muchas veces que era detestable, y/o inconveniente, y/o incompetente.
3. La pérdida de un padre durante la niñez (está condenado al fracaso).⁶⁸

Así, el tipo de trastorno depresivo que desarrolle una persona dependerá, del patrón de experiencias que haya tenido en la niñez y también de la naturaleza y circunstancias del suceso adverso por el que pasó recientemente.

⁶⁶ *Ídem*.

⁶⁷ Bowlby, *Op. cit.*, pp. 257.

⁶⁸ *Ídem.*, pp. 258-259.

Bowlby aseverá, “las personas gravemente deprimidas se sienten no solamente tristes y solitarias [...] sino también no queridas, detestables e impotentes [...] una persona propensa a los trastornos depresivos puede volver rápidamente su atención a otra parte, no en busca de un alivio transitorio, sino como una desviación y distracción permanentes”.

De tal forma el paciente deprimido se siente incapaz de cambiar su situación. Para Bowlby, “el sí-mismo es incapaz de cambiar la situación y mejorarla, y/o responsable de la situación en cuestión, y/o es absolutamente detestable y, por lo tanto, definitivamente incapaz de establecer o conservar lazos afectivos”.

Ahora bien, para Brown y Harris la pérdida y la decepción son los elementos centrales de la mayor parte de los sucesos que determinan depresión clínica⁶⁹. De acuerdo con estos autores, las personas que han tenido una pérdida de uno de los padres durante la niñez son más propensos en la vida adulta a sufrir depresión.

Brown y Harris llegaron a la conclusión de que la pérdida contribuye de manera causal a crear trastornos depresivos en tres casos: como agente provocante, como un factor de vulnerabilidad (la pérdida de la madre antes de los 11 años) y como factor que influye en la gravedad y en la forma de cualquier trastorno depresivo.

Mortimer Ostow dice que algunas causas de la depresión son:

La pérdida del amor de alguna persona importante [...] el individuo se encuentra en una situación de dependencia con respecto a alguien. El proceso depresivo [...] se pone en movimiento por una decepción surgida en esa relación amorosa de dependencia. La persona amada puede causar esa decepción abandonando al sujeto dependiente por otro, o enfermando, o también por el mero hecho de morir.⁷⁰

La decepción que sufre el sujeto dependiente, de acuerdo con Ostow, puede no surgir de ninguna falta real por parte de la persona amada y ser sólo la consecuencia de la insaciabilidad del sujeto, o puede suceder que sus propias inhibiciones le impidan

⁶⁹ Citado por Bowlby, *Op. cit.*

⁷⁰ Ostow, Mortimer. *La depresión: psicología de la melancolía* (1973), pp. 26.

disfrutar del amor que se le ofrece. Para el autor, lo esencial en la psicología de la depresión yace en la lucha entre el paciente y aquel a quien ama. Así, la amenaza de depresión es esencialmente una amenaza de vaciedad, de pérdida de vitalidad, de pérdida de energía y vigor.

Los deprimidos en palabras de Ostow, han abandonado toda esperanza y sólo expresan pesimismo; criticándose incesantemente y manifiestan a la vez culpa y vergüenza, espera el castigo y anticipa la muerte. Habla de querer morir, de contemplar la posibilidad del suicidio y puede, efectivamente intentarlo.

Para Ostow la caída en la depresión parece suscitar un renacimiento. Asimismo, afirma que la depresión incluye un componente de ira, ya sea visible o invisible, consciente o inconsciente. Esta ira se dirige contra el individuo del cual se esperaba el mayor amor, pero que decepciona. Incluso la fantasía de renacimiento lleva consigo un componente de odio, porque afirma de modo desafiante que el enfermo se curará a sí mismo y no necesita la ayuda del progenitor decepcionante.

Existen algunas formas de satisfacción a las que recurre el individuo cuando intenta superar la amenaza de depresión y de acuerdo con Ostow, estas son: intensificar el propio trabajo, gastar dinero y un incremento de la actividad sexual. No obstante, en ésta última algunas mujeres tienden a llorar después del orgasmo. Así, para este autor, el llanto lo ocasiona el renacimiento de privación, que había sido temporalmente superado por la excitación sexual. El orgasmo rompe el sentimiento de unidad, ya se trate del orgasmo de la mujer o del hombre. En cualquier caso, corta la conexión física y sensual, y como consecuencia de ello la mujer llora.

Otro método para combatir la depresión, asevera Ostow, es el apoyo. Ante la amenaza de perder el amor de la persona a quien necesita, el individuo puede contener su ira y reforzar la decisión de mantener esa relación. En primer lugar, el individuo intenta conservar un nexo afectivo con la persona amada. Pero, en segundo lugar, hay

un componente agresivo que se manifiesta en la intensidad de la exigencia y en la negativa a satisfacerla.

El apoyo para Mortimer Ostow, se expresa a veces en la necesidad de proximidad e intimidad. El individuo requiere una cercanía constante e íntima a la persona de cuyo apoyo depende. En palabras del autor, los individuos ponen en marcha diversas maniobras defensivas al verse enfrentados con una depresión inminente. Estas, pueden manifestarse como cambios en el estado de ánimo en las relaciones hacia otras personas y con la comunidad, o bien como regresiones al narcisismo.

Para Edith Jacobson⁷¹ el problema central de la depresión es el colapso narcisista del deprimido, la pérdida de su autoestima, sus sentimientos de empobrecimiento y debilidad. Admite, que en esos casos, el *Superyó* aparece en un estadio más temprano que el normal y está dotado de la omnipotencia arcaica de las tempranas imágenes parentales.

Asimismo, Melanie Klein sostiene, “no sólo un trastorno en la relación objetal (muerte, enfermedad, separación, etcétera) puede desencadenar una depresión, sino también una injuria al *Yo* o al narcisismo puede precipitar una respuesta depresiva”⁷². La disminución del autoestima con su connotación depresiva, para Rado, expresaría también esta vivencia deficitaria del estado en que quedó el *Self*⁷³, es decir una forma del duelo por el⁷⁴. Así, encontramos este tipo de trastornos más frecuentes en las sociedades actuales.

De acuerdo con León Grinberg, cualquier tipo de frustración donde puede estar involucrado un aspecto del *Self*, son algunos de los múltiples factores que diariamente desencadenan microrreacciones depresivas⁷⁵. Grinberg señala, “el sentimiento depresivo

⁷¹ Citado por Grinberg, *Op. cit.*

⁷² *Ídem.*

⁷³ Del alemán, el autor lo usa con sentido ambivalente para designar el ser mismo y la personalidad.

⁷⁴ Citado por Grinberg, *Op. cit.*

⁷⁵ Grinberg, *Op. cit.*

no sólo corresponde a la vivencia de la pérdida representada por la separación de la madre en el acto de nacimiento [...] sino además al efecto que inconscientemente representa para el Yo la pérdida de partes propias”.

Cuando se desea íntimamente algo y ese deseo es satisfecho, asevera Grinberg, se siente placer; pero surge, simultáneamente, un sentimiento depresivo por la desaparición del deseo o de las “ganas” que se tenían. Así, el autor lo justifica con la vivencia de pérdida del aspecto yoico que deseó alcanzar el placer y que se siente desaparecido una vez logrado el mismo.

“La angustia de la separación es un componente necesario del crecimiento, y afrontarla y superarla constituye una ordalía cuyo cumplimiento, aunque doloroso, produce a la larga satisfacción y orgullo”⁷⁶. No obstante, existen individuos que nunca aprenden a tolerar la separación.

Por su parte, Seligman razona:

Lo que produce autoestima y un sentido de competencia y protege contra la depresión no es sólo la cualidad absoluta de la experiencia, sino la percepción de que los actos propios controlan la experiencia. En el grado en que tengan acontecimientos incontrolables, tanto traumáticos como positivos, habrá predisposición a la depresión y la fuerza del ego se verá minada. En el grado en que tengan lugar sucesos incontrolables, el resultado será el sentimiento de dominio y resistencia a la presión.⁷⁷

La cultura es una influencia directa en la depresión y en la introyección de la realidad. Así autores como Mendels sostienen que:

Hay una serie de factores sociales, culturales, religiosos y educacionales que pueden ejercer alguna influencia sobre la incidencia y la forma de los desórdenes de la afectividad. Es evidente que la manera de educar a un niño, las enseñanzas religiosas, las pautas culturales de duelo, la presencia de salidas socialmente aceptables para la agresividad y otras tendencias, el punto hasta el cual una cultura inculca el sentimiento de culpabilidad o difunde la idea de la responsabilidad personal, y los rasgos genéticos específicos de cualquier grupo de gente influirán en el desarrollo y la forma de la psicopatología.⁷⁸

⁷⁶ Ostow, *Op. cit.*

⁷⁷ Citado por Jackson, *Op. cit.*, pp. 225.

⁷⁸ *Ídem.*, pp. 226-227.

De acuerdo con Jackson el término depresión toma en apariencia significados radicalmente diferentes en función de la cultura en que se dé, e igualmente su representación será distinta. De tal forma, podemos decir que la depresión es un acto cultural. Así, el funcionamiento somático deprimido no tiene porque tener implicaciones psicológicas. Si una cultura tiende a etiquetar la experiencia en términos psicológicos, se nos podrá presentar el cuadro de la depresión tal como lo conocemos en Occidente.

Para Marsella la depresión parece estar relacionada tanto con la cantidad como con la calidad de las presiones presentes en una determinada cultura, sobre todo en períodos críticos de la infancia en que las ataduras con el objeto están en proceso de formación⁷⁹. Determinados tipos de estructura familiar parecen fomentar unas pautas de crianza del niño que pueden vacunar al individuo contra el riesgo de depresión. Además, ciertos esquemas de rituales de duelo y salidas de la agresividad parecen poder reducir el peligro de padecerla, y con ello disminuir las muertes u otras pérdidas.

El papel de la biología también juega un rol fundamental en la depresión, tal es el caso, que Jackson en su compendio sobre *Historia de la melancolía y la depresión*, sostiene que la retención de sodio es mayor durante las depresiones que durante su recuperación. Asimismo, señala que los medicamentos utilizados para el tratamiento de la depresión incluyen el uso de aminas, substancia indispensable para mantener el cerebro activo, de ahí que en experimentos realizados con animales, al bajar el nivel de aminas en el cerebro se produce sedación e inactividad mientras que un bajo nivel de aminas en los seres humanos produce depresión.

De acuerdo con Bowlby, puede existir una predisposición fisiológica a la depresión patológica basada en primer lugar, en las condiciones de tensión que el niño se ve expuesto y en segundo, es la alteración en los sistemas anímicos tanto del sistema nervioso central como periférico.

⁷⁹ Ídem.

Los especialistas afirman que la depresión afecta al doble de mujeres que de hombres. De acuerdo con Jeffrey Kottler en el *Lenguaje de las lágrimas*, cuando se pide a la gente que recuerde momentos de llanto, el sistema límbico es activado ocho veces más en las mujeres que en los varones. Esto puede ofrecer una razón incuestionable de por qué las mujeres son mucho más susceptibles que los hombres a la depresión y por que es más probable que lloren, asociado a sucesos fisiológicos tiene su razón de ser en la generación de prolactina como se vio en el capítulo uno.

Por otra parte, Ostow asevera que la depresión es infrecuente en la primera fase de la vida adulta, “generalmente dominada por oportunidades placenteras en el matrimonio, prometedores proyectos vocacionales y una vigorosa vida social. Puede surgir en aquellos sujetos incapaces de vencer sus inhibiciones adolescentes y que, por tanto, no contraen matrimonio, o en aquellos que han contraído matrimonio, pero no pueden establecer una relación afectiva apropiada con el cónyuge.

Con base en Ostow de 25 a 40 años la depresión es poco frecuente a excepción de tres circunstancias: matrimonio con un conyuge incapaz u odioso, el conflicto de separación y estado posterior al parto⁸⁰. Sin embargo, hacia el fin de la vida productiva, esto es, entre lo 55 y 60 años la depresión se agrava y las posibilidades de caer en ella aumentan.

Ahora bien, hasta este momento hemos establecido los patrones y pautas psicológicas, sociales y culturales que predisponen al sujeto a la depresión. No obstante, ¿es lo mismo depresión que melancolía?

Bien, podríamos decir que la melancolía es un duelo mal tramitado, no obstante, para autores como Klein la diferencia fundamental entre el duelo normal, por un lado, y el duelo anormal y los estados maniaco-depresivos, por otro, radica en que,

el maniaco-depresivo y la persona que fracasa en el trabajo del duelo, aunque sus defensas pueden diferir enormemente unas de otras, tienen esto en común, que en su primera infancia no pudieron establecer sus objetos buenos interiores ni sentirse

⁸⁰ Ostow, *Op. cit.*

seguros en su mundo interior. No han conseguido realmente superar la posición depresiva infantil.⁸¹

De acuerdo con Sigmund Freud, existen tres condiciones previas de la melancolía son: la pérdida del objeto, la ambivalencia y la regresión de la libido en el ego⁸². Estos tres factores se juzgaban necesarios, pero sólo la regresión de la inversión emocional se consideraba específica de la melancolía

Freud en *Duelo y melancolía*, destacó “en contraste con la pérdida consciente que caracteriza al que sufre un duelo normal, en el melancólico parece existir la pérdida de un objeto inconsciente: en el primer caso el mundo ha quedado pobre y vacío, mientras en el segundo es el mismo melancólico quien se siente empobrecido y despreciable”.

Para Sandor Redo, la melancolía no es otra cosa que, “un desesperado grito o demanda de cariño”⁸³. Asimismo, la resume como, “representación de un intento de reparación (cura) [...] Está diseñado para restaurar la autoestima del ego aniquilada por la pérdida del cariño, al restaurar la relación amorosa interrumpida, como si fuera una medida profiláctica contra la posibilidad de que el ego vuelva a padecer semejante menoscabo otra vez”.

Para Grinberg, la melancolía sería un trastorno de la integración de los objetos parciales espaciales; en cambio, la depresión simple correspondería a la falta de integración de los objetos totales espaciales. Así, el melancólico trata de reparar su mundo pero no puede.

Ahora bien, para Freud la melancolía, “se caracteriza psíquicamente como un estado de ánimo profundamente doloroso una cesación del interés por el mundo exterior, la pérdida de la capacidad de amar, la inhibición de todas las funciones y la disminución del amor propio”⁸⁴.

⁸¹ Citado por Jackson, *Op. cit.*, pp. 216.

⁸² *Ídem.*

⁸³ *Ídem.*

⁸⁴ Freud, *Op. cit.* (1975).

La melancolía, para Freud, constituye también “una serie de casos una reacción ante la pérdida de un objeto amado. Otras veces observamos que la pérdida es de naturaleza más ideal. El objeto no ha muerto, pero ha quedado perdido como objeto erótico”. La melancolía de tal forma, se asocia con una pérdida de objeto sustraída a la conciencia, diferenciándose así de la aflicción, en la cual nada de lo que respecta a la pérdida es inconsciente.

Las causas de la melancolía para Freud, van más allá del caso transparente de la pérdida por muerte del objeto amado, y comprenden todos los casos de ofensa, postergación y desengaño, que pueden introducir en la relación con el objeto una antítesis de amor y odio o intensificar una ambivalencia preexistente. Con ello, la carga erótica del melancólico experimenta un doble destino. Una parte de ella retrocede hasta la identificación, y la otra, hasta la fase sádica, bajo el influjo de la ambivalencia.

Freud afirma que:

El melancólico nos muestra todavía algo que nos falta en el duelo: una extraordinaria rebaja en su sentimiento yoico (*Ichgefühl*), un enorme empobrecimiento del *Yo*. En el duelo, el mundo se ha hecho pobre y vacío; en la melancolía, eso corre al *Yo* mismo. El enfermo nos describe su *Yo* como indigno, incapaz de rendimiento valioso alguno y moralmente despreciable; se hace reproches, se denigra y espera repulsión y castigo.⁸⁵

La melancolía toma parte de sus caracteres de la aflicción, asevera Sigmund Freud y otra, del proceso de la regresión, de la elección del objeto narcisista al narcisismo. Por una parte es como la aflicción “una reacción a la pérdida real del objeto erótico”, pero por otra “se halla ligada a una condición, que falta en la aflicción normal, o la convierte en aflicción patológica cuando se agrega a ella”.

El melancólico, en palabras de Freud, “ha sufrido la pérdida de un objeto; pero de su manifestaciones inferimos que la pérdida ha tenido efecto en su propio *Yo*”. De acuerdo con el padre del psicoanálisis al principio existía una elección de objeto y por la

⁸⁵ Freud, Sigmund. *Duelo y melancolía 1915-1917. Obras completas. Tomo XIV (1979).*, pp. 243-244.

influencia de una ofensa real o de un desengaño surgió una conmoción de esta relación objetiva, cuyo resultado no fue el normal; la carga del objeto demostró ser poco resistente y quedó abandonada pero la libido libre no fue desplazada sobre otro objeto, sino retraída al *Yo*, y encontró en éste una aplicación determinada, “sirviendo para establecer una identificación del *Yo* [...] de este modo se transformó la pérdida de objeto en una pérdida del *Yo*”.

La respuesta ante esta pérdida del *Yo* es una respuesta narcisista en palabras de Freud, “la identificación narcisista con el objeto se convierte entonces en un sustitutivo de la carga erótica a consecuencia de la cual no puede ser abandonada la relación erótica, a pesar del conflicto con la persona amada”. Así, “el complejo melancólico se conduce como una herida abierta”. Asimismo, “es muy posible que el proceso llegue a su término en el sistema [...] una vez apaciguada la cólera del *Yo* o abandonado el objeto por considerarlo ya carente de todo valor”.

Freud en *Malestar en la cultura* describe los síntomas de los melancólicos:

Se dirige amargos reproches, se insulta y espera la repulsa y el castigo. Se humilla ante todos los demás y compadece a los suyos por hallarse ligados a una persona tan indigna. No abriga idea ninguna de que haya tenido efecto en él una modificación, sino que extiende su crítica al pasado y afirma no haber sino nunca mejor [...] se completa con insomnios, inapetencias y un sojuzgamiento [...] del instinto que fuerza a todo lo animado a mantenerse en vida.⁸⁶

De acuerdo con Robert Burton en *Anatomía de la melancolía I* Fracastoro llama melancólicos a “aquellos a los que ha afectado tanto la abundancia del mismo humor depravado de la cólera negra, que desde ahí se vuelven locos y deliran en la mayor parte de las cosas o en todo lo que pertenece a la elección, la voluntad u otras operaciones manifiestas del entendimiento”. Para Burton el temor y la tristeza son los verdaderos caracteres e inseparables compañeros de la mayoría de los melancólicos⁸⁷.

Grinberg señala, “el melancólico carece de pudor y siente gran necesidad de comunicar sus defectos, mediante lamentos, autorreproches y quejas [...] si ha sufrido la

⁸⁶ Freud, *Op. cit.* (1975), pp. 217-218.

⁸⁷ Burton, Robert. *Anatomía de la melancolía I* (1998).

pérdida de un objeto, esta pérdida tuvo efecto en su propio *Yo*, una parte del cual se situó frente a la otra y la valora críticamente como si la tomara por objeto⁸⁸. Cuando se produce un desengaño con el objeto, afirma el autor, de cualquier índole que sea, la carga de libido queda retraída en el *Yo* y se establece una identificación de una parte del *Yo* con el objeto abandonado. Es de acuerdo con Freud, “la sombra del objeto que cae sobre el *Yo*”.

León Grinberg sugiere que, “las tendencias orales tienen una participación muy importante en todos los estados melancólicos y de duelo patológico [...] los melancólicos hacen una regresión a la etapa oral canibalista [...] por lo que quedan con la vivencia de haber devorado el objeto”.

Mientras Freud nos dice:

La peculiaridad más notable de la melancolía [...] es su tendencia a volverse en manía, un estado que representa síntomas opuestos [...] En la manía el *Yo* tiene que haber vencido a la pérdida del objeto (o al duelo por la pérdida, o quizás al objeto mismo), y entonces queda disponible todo el monto de contrainversión que el sufrimiento dolido de la melancolía había atraído sobre sí desde el *yo* y había ligado. Cuando parte, voraz, a la búsqueda de nuevas inversiones de objeto, el maníaco nos demuestra también inequívocamente su emancipación del objeto que le hacía penar.⁸⁹

El duelo o aflicción es un proceso normal, mientras que la melancolía es patológico. Ambos, duelo y melancolía, sobrevienen como consecuencia de la pérdida de algún objeto o situación amada; en ambos casos existe un estado de ánimo doloroso, una falta de interés por el mundo exterior, de la capacidad de amar y una inhibición general de todas las funciones psíquicas —empobrecimiento anímico—. Sin embargo, tenemos una diferencia, pues la melancolía incluye otro síntoma que no está en el duelo; la pérdida del autoestima, lo que se traduce como autorreproches. Para Grinberg, “el melancólico tiende a degradarse exponiéndose a toda clase de humillaciones, debido a la pérdida del autoestima”.

⁸⁸ Grinberg, *Op. cit.*

⁸⁹ Freud, *Duelo y melancolía*, *Op. cit.*, pp. 250-252.

La melancolía, es también una reacción a la pérdida de un objeto amado. De acuerdo con Lutz en *El llanto: historia cultural de las lágrimas*, en lugar de tramitar el duelo por el objeto perdido, el melancólico parece estar doliéndose por el propio *Yo* perdido. Ocurre un ensimismamiento del doliente, no se permite expresar el dolor y la medida para hacerlo es retraerse.

De acuerdo con Gerardo Herreros:

Hubo una elección de objeto, una ligadura de la libido a una persona determinada; por obra de una afrenta real o un desengaño de parte de la persona amada sobrevino un sacudimiento de ese vínculo de objeto. El resultado no fue el normal [...] la investidura de objeto resultó poco resistente, fue cancelada, pero la libido libre no se desplazó a otro objeto sino que se retiró sobre el *Yo* [...] que sirvió para establecer una identificación del *Yo* con el objeto resignado. La sombra del objeto cayó sobre el *Yo*, quien en lo sucesivo pudo ser juzgado por una instancia particular como un objeto, como el objeto abandonado. De esa manera, la pérdida del objeto hubo de mudarse en una pérdida del *Yo*, y el conflicto entre el *Yo* y la persona amada, en una bipartición entre el *Yo* crítico y el *Yo* alterado por identificación.⁹⁰

Para Freud en *Duelo y melancolía*, “en una serie de casos, es evidente que también la melancolía puede ser reacción frente a la pérdida de un objeto amado; en otras ocasiones, puede reconocerse que esa pérdida es de naturaleza ideal. El objeto no está realmente muerto, pero se perdió como objeto de amor”.

Vemos entonces que en la melancolía la pérdida puede ser tanto real como ideal. Pero nos preguntamos, ¿qué es lo que le otorga a un objeto la característica de ideal? Según Freud, se ama a lo que posee el mérito que le falta al *Yo* para alcanzar el ideal, se trataría entonces del ‘Ideal del *Yo*’. El melancólico “sabe a quién perdió, pero no lo que perdió en él”, esta pérdida es de naturaleza inconsciente.

Freud en *Malestar en la cultura* distingue la aflicción de la melancolía, la primera es, “la reacción a la pérdida de un ser amado o de una abstracción equivalente: la patria, la libertad, el ideal, etc.”. No obstante, para Freud, bajo estas mismas influencias surge

⁹⁰ www.herrerros.com.ar/melanco/dymfreud.htm.

en algunas personas —a las que por lo mismo atribuimos una predisposición morbosa— la melancolía en lugar de la aflicción.

Para el padre del psicoanálisis, el afecto correspondiente a la melancolía es el duelo o pesadumbre⁹¹, es decir, el anhelo de algo que se ha perdido. La resolución del duelo implica que el sujeto va a comprender gradualmente que el objeto amado no existe más. Este trabajo culmina cuando el *Yo* queda libre y sin inhibiciones, al depositar la libido sobre un nuevo objeto, es decir, es capaz de recatectizar el mundo. En la melancolía, en cambio, la libido libre no fue desplazada sobre otro objeto sino retraída sobre el *Yo*, es decir, se produjo una identificación del *Yo* con el objeto perdido, y de esta manera los reproches del *Yo* hacia la persona perdida se convierten ahora en autorreproches. En el fondo, la pérdida importante ha tenido lugar en el propio *Yo*. Los reproches con los cuales el enfermo se abrumba corresponden en realidad a otra persona, a un objeto erótico, y han sido vueltos contra el propio *Yo* (regresión de la libido del *Yo*), autorreproches que se dirigen desde la conciencia moral.

Mantener un período de duelo, por el objeto perdido es saludable y normal, no obstante cuando este duelo excede los 24 meses de acuerdo con la teoría freudiana es ya un suceso patológico, entonces, surge la melancolía. La depresión, desde la perspectiva freudiana, es, pues, simple duelo mal tramitado. Ella supone resistirse a dejar al fallecido, y la única manera de hacerlo, sugiere el autor, es a través de alguna forma de autonegación o masoquismo. Así, un duelo mal encausado, genera en el doliente culpabilidad o síntomas de aprehensión, no se permiten recordar la pérdida como algo entrañable, sino que aún lo ama y no acepta su huída.

De acuerdo con Freud en sus *Nuevas conferencias introductorias al psicoanálisis*:

El rasgo más sorprendente de esta enfermedad (la melancolía) [...] es la forma en que el superego —podría llamársele tranquilamente conciencia— trata al ego. Sí bien el melancólico, como cualquier otra persona, puede mostrar mayor o menor severidad para consigo mismo en sus períodos sanos, durante los ataques de melancolía su superego se convierte en extremadamente severo, abusa del pobre ego, lo humilla y lo maltrata, le amenaza con los más duros castigos, le reprocha

⁹¹ Citado por Bowlby, *Op. cit.*

acciones del más remoto pasado que en su momento no le parecieron importantes, como si se hubiera pasado todo ese tiempo coleccionando acusaciones y no hubiera estado sino esperando a su actual acceso para reunir las fuerzas para sacarlas a relucir y hacer un juicio condenatorio sobre esa base.⁹²

Desde la perspectiva freudiana, la autohumillación, es la escenificación ritual de la melancolía, un giro de inadaptación en contra de uno mismo. Se cree que mientras mas mal se sienta o mientras más daño se autogenera se logrará liberar u olvidar lo sucedido. Es una especie de castigo, Freud en *Duelo y melancolía*, nos dice que se genera en el doliente como una medida para suplir la pérdida. En la posición depresiva, la negación tiende a cambiar la angustia de abandono y desamparo determinada por la pérdida del objeto como así también, la culpa originada por las fantasías destructivas respecto del mismo.

La psicóloga Edith Jacobson, resume el conflicto básico de las depresiones, “la frustración hace que aparezca la rabia y conduce a intentos hostiles de obtener la gratificación deseada. Cuando el ego es incapaz (por razones externas o internas) de alcanzar su objetivo, la agresión se vuelve contra la imagen de uno mismo. La naturaleza del estado de humor que se desarrolla depende de la intensidad de la hostilidad y la gravedad y duración de la frustración y el desengaño”⁹³.

Ahora bien, es conveniente ampliar la perspectiva respecto al sadismo y su contrario el masoquismo ambas implícitas en la melancolía. Al hablar de sadismo el referente obligado es la literatura del francés Donatien-Alphonse-François de Sade mejor conocido como el marqués de Sade; mientras que al hablar de masoquismo nuestra noción directa es el novelista austríaco Sacher Masoch; ambas perversiones sadismo y masoquismo son descritas por el psicólogo Jacques Chazaud en *Las perversiones sexuales* como, destinos pulsionales que aparecen en la línea de la circulación intra e intersubjetiva.

El sadismo de acuerdo con Jacques Chazaud:

⁹² Citado por Jackson, *Op. cit.*, pp. 212.

⁹³ *Ídem*.

Corresponde al componente agresivo del instinto sexual, particularmente en el varón, o al apoyo analítico de este instinto es la necesidad de dominación, de dominio que pertenecen a los impulsos del *Yo*. La acepción del sadismo oscila, por lo demás entre la designación de la actitud simplemente activa o la de la satisfacción que deriva de la sujeción.⁹⁴

No obstante, con base en el mismo autor, “el fin original del sadismo es el de someter. El placer de infligir dolor viene después. Entre tanto, se produce una vuelta masoquista, debida al placer sexual marginal al dolor que llega a disfrutar por identificación con el que sufre los malos tratos. Precisemos inmediatamente que, en ambos casos, se disfruta no con el dolor sino con su halo sexual”.

Mortimer Ostow en *La depresión: psicología de la melancolía* dice que el masoquismo es una perversión sexual o rasgo de carácter, cuya esencia es el acto de envilecerse o herirse a sí mismo. Esta necesidad de herirse puede tener el fin de suscitar una afectuosa preocupación con el objeto amado.

Ahora bien, el problema de la ambivalencia por el cual se experimenta simultáneamente amor y odio contra el objeto, asevera Grinberg, “debido al odio, se ataca la parte del *Yo* identificada con el objeto, humillándola, y encontrando en ese sufrimiento una satisfacción sádica [...] a orientar hacia sí mismo la hostilidad primitivamente dirigida hacia el objeto”⁹⁵.

De acuerdo con León Grinberg, el sadismo es relacional a nuestra internalización del padre. Así, cuanto más cruel ha sido está imagen, más sádico se vuelve el *Superyó* al dominar al *Yo*, que se somete masoquísticamente; “el sentimiento de culpa ante el *Superyó* determina la necesidad de castigo”.

Rado lo explica al decir, “el *Superyó* identificado con una parte del objeto perseguidor, castiga al *Yo*, que carga con las culpas del objeto”⁹⁶. En otras palabras, el objeto bueno de quien el *Yo* del melancólico desea ser querido se introyecta en el *Superyó*, y el sujeto le concede el derecho de castigar al sujeto, al castigar además el

⁹⁴ Chazaud, Jacques. *Las perversiones sexuales. Introducción desde el psicoanálisis* (1976), pp. 100.

⁹⁵ Grinberg, *Op. cit.*

⁹⁶ Citado por Grinberg, *Op. cit.*

objeto mal introyectado en el *Yo*. Así, de acuerdo con el autor, “el melancólico pretende librarse del objeto malo y a la vez de su propia conducta agresiva hacia el objeto, satisfaciendo simultáneamente la agresión del *Ello* a través del *Superyó*”.

Freud puso una particular atención a la crueldad del *Superyó*, especialmente en la melancolía, donde sugirió que el componente destructivo “puro cultivo del instinto de muerte”⁹⁷ se encuentra atrincherado en dicha instancia. De ahí, que muchos melancólicos recurran al sadismo o masoquismo ante su pena o incurran en el suicidio.

Muchas veces las perversiones sexuales, como sadismo y masoquismo son también una forma de luchar contra la pérdida Ostow lo explica:

La depresión incipiente se atribuye a un fracaso de la madre o de su sustituto en punto a suministrar la satisfacción esperada, el retorno a la perversión representa un intento desafiante de reconquistar lo ya abandonado [...] en la perversión, el placer deseado nace de la excitación preorgástica, mientras que el orgasmo, al suprimir la excitación, se ve pospuesto durante el mayor tiempo posible, debido a que generalmente va seguido de un decaimiento.⁹⁸

Así, sadismo y masoquismo forman parte de una misma respuesta dañarnos a nosotros mismos por causa del objeto que hemos introyectado. No obstante, ¿qué entendemos por masoquismo?

El masoquismo, en palabras de Chazaud:

Parece en principio corresponder a una vuelta contra el sujeto del sadismo, o a la acentuación de la pasividad sexual original, debida al complejo de castración y al sentimiento de culpabilidad. En el primer caso, la finalidad activa —atormentar— es reemplazada por una meta inversa, por la finalidad pasiva: ser atormentado.⁹⁹

Jacques Chazaud, afirma que para el marqués de Sade, “el masoquismo viene primero y precede al sadismo. Sólo por el conocimiento masoquista del desdoblamiento sexual que goza en el dolor, resulta posible al masoquista infligir dolor al objeto y gozar de ello, por identificación, más allá de su familia del dominio, de poderío sobre el objeto”

⁹⁷ *Ídem*.

⁹⁸ Ostow, *Op. cit.*, pp. 39.

⁹⁹ Chazaud, *Op. cit.*, pp. 100.

El masoquismo para Chazaud, puede subdividirse en: erótico, femenino y moral. Sin embargo, es sólo el femenino el que se asocia directamente con el proceso de pérdida, porque “su contenido evidente apunta con todo hacia la culpabilidad, cuya naturaleza es desconocida pero necesita expiación”.

Ambos, masoquismo y sadismo son, con base en autoras como Kübler-Ross y Judith Viorst, parte sustancial del proceso de pérdida y separación. En estas autoras se observa la ira contra uno mismo o contra el mundo, cuya exteriorización se representa a través del masoquismo y sadismo respectivamente.

Ahora bien, el sadomasoquismo se ilustra si admitimos, en palabras de Chazaud, “que el sadismo puede surgir al margen de la actividad muscular, y que el placer erótico acompaña el dolor cuando su intensidad se ve atenuada y las circunstancias son favorables”.

Para el alemán Sigmund Freud en *Malestar en la cultura*, existe un primer sadismo “como formación autónoma de una dimensión agresiva (la pulsión de apropiación), dependiente del impulso sexual”. Posteriormente aparecerá el masoquismo, que no es otra cosa “más que una continuación del sadismo dirigido contra la propia persona, que reemplaza al objeto sexual anterior”.

El sadismo, surge, de acuerdo con Freud, “entre la aspiración de amor y la pulsión de destrucción; y en su contraparte, el masoquismo, frente a una conexión de la destrucción dirigida hacia adentro con la sexualidad, conexión en virtud de la cual se volvía hasta llamativa y conspicua esa aspiración de ordinario no perceptible [...] en el sadismo”. Y agrega, “en el sadismo y el masoquismo hemos tenido siempre ante nuestros ojos las exteriorizaciones de la pulsión de destrucción, dirigida hacia afuera y hacia adentro, con fuerte liga de erotismo”.

Asimismo, para el teórico social Hagglund, los comportamientos sádicos y masoquistas “derivan del segundo proceso de individuación (adolescencia), de la

depresión vivida durante el primero [...] pueden ser una propuesta contra la pérdida de los objetos infantiles y el dolor de separación¹⁰⁰.

Para el teórico del psicoanálisis Jacques Lacan:

Como ese objeto *a* está habitualmente oculto detrás del (a) del narcisismo, y el (a) del narcisismo está allí para que en el cuarto nivel el *a* quede oculto, desconocido en su esencia, esto es lo que el melancólico necesita que pase, por así decir, a través de su propia imagen y atacándola primero para poder alcanzar ese objeto *a* que lo trasciende aquello cuyo mando se le escapa y cuya caída lo arrastrará en la precipitación.¹⁰¹

Freud describe la fase depresiva de la enfermedad maniaco-depresiva sobre la base de que el paciente se agobia con sus propios complejos, se ve incapacitado para amar, y melancólico por una libido inadecuada, sin libido disponible, o al sufrir una pérdida de la libido¹⁰².

Cuando hay una predisposición hacia la neurosis obsesiva, de acuerdo con Jackson aparece la ambivalencia, con lo cual se amará y se odiará al mismo tiempo al objeto perdido. La melancolía tiene un contenido más amplio que el duelo, ya que en la primera la relación con el objeto aparece complicada por esta ambivalencia; en la melancolía el amor y el odio luchan entre sí, el primero para desligar a la libido del objeto, y el segundo para evitarlo. Puede decirse, en suma, que las tres premisas básicas de la melancolía son: la pérdida de un objeto, la ambivalencia, y la regresión de la libido del Yo¹⁰³.

Ahora bien, existe una diferencia sustancial entre la persona que sufre pena y quien atraviesa por la melancolía, para Stanley Jackson, en el primer estadio se queja de la pérdida del ser querido, mientras en el segundo el melancólico se deplora sus propias limitaciones e incapacidades:

Este objeto querido perdido, o algunos aspectos de esa persona, han sido asumidos por el melancólico por un proceso de introyección, teniendo lugar una identificación con esa persona, es decir, aspectos del objeto perdido se han

¹⁰⁰ Citado por Linares, *Op. cit.*

¹⁰¹ Lacan, *Op. cit.*, pp. 286.

¹⁰² *Idem.*

¹⁰³ Citado por Gerardo Herreros en www.herrerros.com.ar/melanco/dymfreud.htm.

convertido en aspectos internalizados de la persona convertida ahora en paciente melancólico [...] así pues los autorreproches del melancólico equivalen a abiertos ataques a sí mismo y ataques inconscientes al objeto querido perdido.¹⁰⁴

De acuerdo con Karl Abraham, los pacientes melancólicos experimentan “fuertes sentimientos de inadaptación que surgen de una percepción interior de desconsuelo. Reprimido y proyectado al exterior [...] el contenido de esta percepción y asociado con otras deficiencias físicas y psíquicas”¹⁰⁵ así, en palabras de Jackson en *Historia de la melancolía y la depresión*, el paciente llega a la conclusión, “la gente no me quiere, me odia [...] debido a mis defectos innatos. Por eso estoy deprimido y soy infeliz”.

El llanto se convierte en respuesta ante la depresión, en dos circunstancias. Por una parte hay quienes no pueden controlarlo y derraman lágrimas a la menor provocación, y por otra los sujetos para quienes la pena es tan grande que no consideran necesario llorar y prefieren dejar de lado esas expresiones.

“La gente que padece ciertos tipos de depresión clínica no llora, asevera Tom Lutz, en *El llanto. Historia cultural de las lágrimas*, precisamente porque, ha renunciado a toda esperanza de que sus deseos se cumplan [...] pierden el ímpetu necesario para llorar porque sin deseo no hay lágrimas”.

Así, mientras hay personas que nunca derraman una lágrima, también hay quienes tienen el llanto fuera de control, y no por ningún problema orgánico subyacente. Estas personas manejan una profunda depresión, que de acuerdo con Lutz, es tal que el llanto se convierte en su estado normal. “Lloran para dormirse, y lo primero que ven al despertar es que nada ha cambiado en su vida durante la noche, lo que desencadena otro ataque de llanto”.

Para quienes padecen una depresión severa, llorar es como respirar; de acuerdo con Kottler, “es su manera de cargar energía, no mediante suaves inspiraciones de vida, sino

¹⁰⁴ Jackson, *Op. cit.*, pp. 210.

¹⁰⁵ *Ídem*.

a través de desgarrados sollozos de desesperanza. Se sienten fuera de control, como si un espíritu ajeno les hubiera invadido el cuerpo, aunque es para ellos un estado completamente familiar”.

En la melancolía, con base en lo que dice Grinberg, “toda pérdida es vivida profundamente como algo correspondiente a la pérdida de una parte propia del *Self*”. Así, perder algo significa ya un privación y todo sentimiento de pérdida es vivido pues con una cierta dosis de culpa.

La culpa es un componente sustancial en la melancolía. De ella y por ella se generan en el melancólico gran cantidad de patrones que le dañan ya sea: autohumillaciones, masoquismo, sadismo, baja autoestima u otras, que se pueden encontrar solas o en combinación.

En palabras de Melanie Klein, los sentimientos de culpa surgen “por haber descuidado y abandonado a los componentes preciosos de la propia personalidad”¹⁰⁶. Y de acuerdo a la autora “debido a la fuerza con que dicha culpa inunda al *Yo*, éste siente la necesidad de recurrir a las defensas más primitivas, como la disociación, omnipotencia, idealización y negación”.

La culpa —para Ostow— “representa un deseo de reconciliación con el padre o con la conciencia, y suele conducir a actos de expiación, reparación y arrepentimiento, tales como el autosacrificio, el autocastigo y la autohumillación, es decir, actos cuya finalidad es aplacar a un padre (o madre) airado”¹⁰⁷. Cuando nos sentimos culpables, esperamos y deseamos el castigo.

De acuerdo con León Grinberg, el sentimiento de culpa es la expresión del conflicto de ambivalencia y de la eterna lucha entre el instinto de vida. Sin embargo, no siempre aflora ese sentimiento de culpa en el campo de la conciencia, sino que, muy

¹⁰⁶ Citado por Grinberg, *Op. cit.*

¹⁰⁷ Ostow, *Op. cit.*

frecuentemente, se encuentra totalmente reprimido, en un plano inconsciente, y se manifiesta indirectamente por alguno de sus efectos: irritabilidad, mal humor, apatía, depresión u otros.

Franz Alexander sugiere que los sentimientos de culpa pertenecen a la categoría del miedo; tienen un efecto inhibitorio sobre la expresión de tendencias hostiles. Así, el contenido psicológico de la culpa es, “no soy bueno merezco castigo”¹⁰⁸. Los sentimientos de inferioridad, por el contrario, son de efecto estimulante. Éste autor señala que el sentimiento de culpa aparece ante una actitud de sumisión que crea sentimientos de inferioridad y puede conducir reactivamente a una conducta agresiva criminal.

Freud en *Malestar en la cultura* dice, “la culpa es la expresión de la tensión entre el Yo y el Superyó, como resultado de las fantasías agresivas contra el padre”. No obstante, Melanie Klein señala, “la culpa no se presenta en el período final del complejo de Edipo, sino que es uno de los factores que, desde un comienzo, moldean su curso y afectan su desenvolvimiento”¹⁰⁹.

Uno se siente culpable, asevera Freud, cuando ha cometido algo que considera “malo”, o que reconozca en sí mismo tan sólo el propósito de hacerlo¹¹⁰. La culpa reside en la intención, o sea en la fantasía inconsciente. El crimen real no sería la causa de ella; más bien es su resultado.

Freud distingue dos orígenes del sentimiento de culpa: uno es el miedo a la autoridad; el segundo, más reciente es el temor al Superyó. El primero obliga a renunciar a la satisfacción de instintos, el segundo impulsa, además, al castigo, dado que no es posible ocultar ante el Superyó la persistencia de los deseos prohibidos. Asimismo, define la culpa al decir, “cuando un impulso instintivo sufre la represión, sus

¹⁰⁸ Citado por Grinberg, *Op. cit.*

¹⁰⁹ *Ídem.*

¹¹⁰ *Ídem.*

elementos libidinales se convierten en síntomas y sus componentes agresivos en sentimientos de culpa”¹¹¹.

De acuerdo a las investigaciones realizadas por Klein con niños de dos y cuatro años, la culpa no es sólo el resultado de nuestra introyección de los padres mediante el *Superyó* sino también se debe en gran parte a la proyección de los impulsos sádicos del niño¹¹². La autora asevera que los primeros sentimientos de culpa provenían de los deseos oral sádicos de devorar a la madre y ante todo sus pechos. Por ese motivo las primeras imágenes superyoicas se encuentran revestidas por un intenso sadismo debido a la proyección de los propios impulsos del niño.

Ribinfine distingue la culpa de la depresión. Así, la señal de culpa es la respuesta a la amenaza de la erupción de un impulso instintivo que es experimentado como un peligro que puede conducir a satisfacciones prohibidas en la realidad¹¹³. En cambio el afecto depresivo, es el signo de que una determinada señal u objetivo es peligroso no sólo porque es prohibido sino porque no es alcanzable. De modo que la culpa o la señal de culpa ocurre cuando hay una posibilidad de éxito mientras que el efecto depresivo surge cuando hay más bien una certeza del fracaso. La culpa puede aparecer predominantemente como un cuadro de una depresión muy severa, pero es secundaria a la enorme carga del impulso agresivo que catectiza a la depresión objetal restante. Mientras que para Grinberg, la depresión es, “uno de los resultados de la culpa; es el estado en que ha quedado el *Yo* como consecuencia del conflicto”.

Melanie Klein distingue dos tipos de culpa una depresiva y otra persecutoria:

La primera requiere de un *Yo* integrado para ser vivenciada plenamente y utilizada con sus efectos reparadores; mientras que la culpa persecutoria, se evidencia en forma precoz, aún con *Yo* débil e inmaduro, y se incrementa en forma automática junto con las angustias de la fase esquizo-paranoide o ante cualquier frustración o fracaso en la evolución hacia la fase depresiva [...] es la culpa que condena al paciente [...] a actitudes masoquistas extremas [...] condena al paciente

¹¹¹ *Ídem*.

¹¹² *Ídem*.

¹¹³ *Ídem*.

prácticamente a una paralización de sus actividades sanas o normales. La misma que conduce a introyectar el objeto perdido.¹¹⁴

Para León Grinberg en *Culpa y depresión* “tanto la culpa persecutoria, que depende del instinto de muerte defusionado, como la culpa depresiva, que está en función de instinto de vida, se encuentran comúnmente fusionadas al igual que las dos clases de instintos”. De acuerdo con el autor, los casos extremos de la culpa persecutoria son la esquizofrenia y la melancolía (duelo patológico) por la actuación masoquista del *Yo* que está bajo el predominio del instinto de muerte. Mientras, la culpa depresiva, se manifiesta especialmente en el duelo normal con actividades sublimatorias y de reparación ya que se encuentra de acuerdo al autor “bajo el dominio del instinto de vida”.

La culpa persecutoria frente al objeto y frente al *Yo*, de acuerdo con Grinberg, determinará la aparición de duelos patológicos, que frecuentemente desembocan en cuadros melancólicos o en otras expresiones psicóticas. Así pues, el siguiente paso es observar el duelo como parte sustancial de la melancolía y la depresión.

3.3Duelo: Pérdida, pena y dolor.

De acuerdo con el Diccionario Grijalbo de la Lengua Española, duelo proviene del latín vulgar *dolcu* que significa desconsuelo, tristeza, esperada por la muerte de una persona. Sequito que acompaña un funeral. Etimológicamente, el término duelo significa “dolor” y también “desafío o combate entre dos”¹¹⁵. Ambas acepciones, para Grinberg, pueden aplicarse tanto al sufrimiento provocado por la pérdida del objeto y de partes del *Yo* proyectadas en el mismo, como también al enorme esfuerzo psíquico que implica recuperar el ligamen con la realidad y el “combate” librado para desligarse de los aspectos persecutorios del objeto perdido y asimilar los aspectos positivos y bondadosos.

¹¹⁴ Citado por Grinberg, *Op. cit.*, pp. 86.

¹¹⁵ Grinberg, *Op. cit.*

Freud en *Duelo y melancolía* señala:

El duelo es normalmente la reacción ante la pérdida de un ser querido, o ante la pérdida de una abstracción que haga sus veces, como la patria, la libertad, un ideal. A raíz de idénticas influencias, en muchas personas se observa en lugar de duelo, melancolía y por eso sospechamos en ellas una disposición enfermiza [...] además, a pesar de que el duelo trae consigo graves desviaciones de la conducta normal en la vida, nunca se nos ocurre considerarlo un suceso patológico ni remitirlo al médico para su tratamiento. Confiamos en que pasado cierto tiempo se lo superará y juzgamos inoportuno y aun dañino perturbarlo.¹¹⁶

La psicóloga Esthela Vivanco Castañeda en su tesis de maestría *El duelo como una emoción compleja: diferencias de género*, asevera que toda separación conlleva un duelo. Así, éste es un proceso que requiere de un trabajo que dificulta el trámite necesario para la separación. La pauta a la existencia de la emoción de duelo, necesariamente es que existió una fuerte ligazón significativa para el sujeto, y que solamente al sentir pérdida esa liga o ese objeto que le hacía valer, la reacción que este experimente corresponderá al duelo. Esa ligazón o vínculo se basa en el establecimiento de una relación entre dos organismos que se necesitan mutuamente para coexistir. Entonces, cuando ese lazo se rompe, es cuando el duelo se hace presente.

Vivanco señala que, “antes del proceso de duelo, debe quedar sentado que el objeto fue investido de energía libidinal por el sujeto y que la pérdida del primero daría lugar a una situación dolorosa del segundo. Esto debió haber ocurrido en las experiencias más tempranas del individuo, experiencias que por lo general serán repetidas en sus relaciones futuras”.

Respecto al duelo, en el compendio *Psicología social* los investigadores José Miguel Fernández Dols, Pilar Carrera y Luis Ojeda, dicen, “en la vida cotidiana, se han observado que los abandonos y las muertes de seres queridos pueden producir cambios dramáticos en el estado de ánimo, generando un estado afectivo negativo que tiene importantes consecuencias en la productividad y la salud física y mental”.

¹¹⁶ Freud, *Duelo y melancolía*, *Op. cit.*, pp. 241-242.

El duelo, para Tom Lutz en *El llanto. Historia cultural de las lágrimas*, puede incluir pena, ira, tristeza, melancolía y desesperanza, complementados con alivio, liberación, desapego, miedo, culpa y otras emociones para las que no tenemos nombre. Estas emociones pueden presentarse en oleadas o coexistir, y cada una es enfatizada en diferentes rituales y prácticas en las distintas culturas.

A su vez León Grinberg, señala que el duelo se caracteriza psíquicamente por un estado de ánimo profundamente doloroso, por un cese del interés por el mundo exterior, por la pérdida de la capacidad de amor y la inhibición de casi todas las funciones.

Félix Platter, médico de finales del siglo XVI sugiere, “la tristeza de mente viene de la pena o el duelo normalmente por cosas como la pérdida de dinero, del honor o cualquier otra cosa, como muerte de los hijos, de los padres, de amigos, con lo que la mente muchas veces se ve tremendamente atormentada y afligida durante mucho tiempo”¹¹⁷.

Es importante resaltar, que el duelo, no ocurre solamente por la pérdida de algo tangible, sino hace referencia directa a las partes del *Yo* perdidas. Así, Szasz, señala, “el proceso de duelo es considerado como una adaptación necesaria por parte del *Yo* a un desequilibrio en la relación con el objeto”¹¹⁸.

Podemos decir que el proceso de duelo, es viable cuando ocurre la separación, cuando la pérdida es inminente y devienen los otros dos factores: pena y dolor. No obstante, esa pérdida no es únicamente dada por la muerte de un ser querido, sino también, ante un divorcio, ante una ruptura amorosa o ante la separación física. Es conveniente, aclarar que la pérdida se genera a través de la delimitación de la distancia sea ésta física o mental.

¹¹⁷ Citado por Burton, *Op. cit.*

¹¹⁸ Citado por Grinberg, *Op. cit.*

Para la psicoterapeuta Judith Viorst en *El precio de la vida*, las pérdidas son una condición humana de toda la vida. Y el proceso por el cual elaboramos esas pérdidas es el duelo. Freud en *Duelo y melancolía*, se preguntó “¿en qué consistía el trabajo realizado por el duelo?” y se responde a su vez, al decir que “es difícil y lento, y que implica un proceso interno de dejar que nos abandonen extremadamente doloroso y de lenta progresión”.

Viorst señala, que el dolor ante la pérdida no es un estado, sino un proceso. Ella lo describe a través de cinco estadios:

1. La conmoción experimentada por la pérdida, o sea, el sentimiento de insensibilidad y de incredulidad
2. La negación e incredulidad pueden permanecer después de la conmoción inicial.
3. Furia. Esta etapa se resalta por ser de intenso dolor psíquico, de lamentos y de llantos, de cambios emocionales y de quejas sobre el estado de salud del enfermo en una muerte anunciada, de letargos e hiperactividad, de regresiones, de total desesperanza y ansiedad por la separación.
4. Culpa. Sentimos furia y odio hacia los muertos. Tememos que ese odio y esa furia sea lo que los hizo desaparecer y también una culpa intensa por lo que hemos hecho y lo que hemos dejado de hacer.¹¹⁹
5. Canonización. Es la idealización de los muertos. Nos permite tener nuestros pensamientos puros y nuestra culpabilidad a distancia.¹²⁰

Ahora bien, ante la pérdida o muerte de un ser querido, se activan mecanismos de defensa. Esthela Vivanco, los divide en:

- ∅ Agresividad, permite una desidentificación con el objeto —el amor se transforma en odio—, pero a la vez se permite una adherencia al mismo.
- ∅ Indiferencia es otro mecanismo de defensa, es en términos psicológicos una disminución del ideal del *Yo*, debilitamiento del *Yo* para la desidentificación e inflación correlativa del narcisismo.
- ∅ Huida hacia adelante, esta determinada por el *Superyó*, con miras a la conservación del Ideal del *Yo*, pues se manifiesta primordialmente como huida en la actividad, este se presenta principalmente en personas conformistas y obsesionadas con el deber.
- ∅ Desplazamiento, se da cuando se busca un sustituto: se mata mejor cuando ya se le tiene sustituto al muerto.
- ∅ Ideologización, es la máscara que se emplea para legitimizar la muerte de la conciencia ya sea por medio de la virtud múltiple, autoconciencia heroica,

¹¹⁹ De acuerdo con León Grinberg, existen dos tipos de culpa: persecutoria y depresiva, cuando se trata de un duelo normal hablamos de culpa depresiva, porque ésta se liga al instinto de vida, pero si estamos en un duelo patológico, domina la culpa persecutoria y con ella el instinto de muerte.

¹²⁰ Viorst, Judith. *El precio de la vida. Las pérdidas necesarias para vivir y crecer* (1998), pp. 252-256.

Así, hablamos de un proceso, que va desde la pérdida hasta el duelo elaborado una vez que ésta ha sido asimilada. Para la especialista en tanatología Elisabeth Kübler-Ross, el proceso de pérdida-duelo abarca cinco etapas y las describe en *Sobre la muerte y los moribundos* son: negación, ira, negociación, depresión y aceptación. Cabe destacar que éstas son descritas tanto para los enfermos terminales como para sus parientes y ellas no designan un paso gradual sino que pueden ser aleatorias o algunas incluso ignoradas,

- ⊗ 'Negación'. Ocurre más frecuentemente cuando el paciente es informado prematura o bruscamente por alguien que no le conoce bien o que lo hace rápidamente para "acabar de una vez" sin tener en cuenta la disposición del paciente. Generalmente la negación es una defensa provisional y pronto será sustituida por una aceptación parcial. No obstante, "la necesidad de negación existe en todos los pacientes alguna vez, más al principio de una enfermedad grave que hacia el final de una vida. Luego, la necesidad va y viene".
- ⊗ 'Ira'. Cuando no puede seguir manteniendo la primera fase de negación, es sustituida por sentimientos de ira, rabia, envidia, y resentimiento. Lógicamente surge la primera pregunta: ¿Por qué yo? Esta fase, de acuerdo con la autora, es difícil de afrontar porque la ira se desplaza en todas direcciones y se proyecta contra lo que les rodea. La ira proviene principalmente por todos nuestros deseos inconclusos e insatisfechos ante nuestra muerte inminente o ante la pérdida de nuestros seres queridos.
- ⊗ 'Pacto'. Esta etapa, surge sino hemos sido capaces de afrontar la triste realidad en el primer período, y nos hemos enojado con la gente y con Dios en el segundo, tal vez podamos llegar a una especie de acuerdo que posponga lo inevitable. El pacto "es un intento de posponer los hechos e incluye un premio 'a la buena conducta' además fija un plazo de 'vencimiento' impuesto por uno mismo y la promesa implícita de que [...] no se pedirá nada más si se le concede este aplazamiento [...] psicológicamente, las promesas pueden relacionarse con una sensación de culpabilidad oculta".
- ⊗ 'Depresión'. Cuando el paciente no puede seguir negando su enfermedad, cuando se ve mermado su estoicismo, su insensibilidad, su ira y su rabia serán sustituidos por una gran sensación de pérdida. Asimismo, la tanatóloga distingue una depresión reactiva y una preparatoria, la primera, es la respuesta ante la enfermedad terminal y la muerte inminente, mientras la segunda, es resultado de su paso por esa enfermedad terminal. Esta depresión preparatoria es de carácter silencioso, no se necesitan palabras.
- ⊗ 'Aceptación'. Esta fase se logra cuando el paciente o los familiares han pasado por una muerte después de una larga enfermedad, han tenido el tiempo preciso para prepararse, así, han llegado al punto en el que su "destino no les deprimirá ni les enojará". Sin embargo, "no hay que confundirse y creer que la aceptación es una fase feliz. Esta casi desprovista de sentimientos. Es como si el dolor hubiera

¹²¹ Vivanco, *Op. cit.*, pp. 49-50.

desparecido, la lucha hubiera terminado, y llegara el momento del descanso final antes del largo viaje”. Así, de acuerdo con el psicoanálisis, es el cierre del ciclo de la vida y el retorno a la pasividad de la primera infancia.

Por su parte, John Bowlby señala tres fases importantes en todo duelo: protesta, desesperación y separación. En la primera, existe una urgencia por recuperar el objeto perdido; “las repetidas decepciones, el llanto, la rabia y la acusación son expresiones de ésta urgencia”. La segunda, consiste en la suma de decepciones junto con la desesperación y una conducta de desorganización. “Hay una dolorosa falta de capacidad para iniciar o mantener conductas organizadas [...] se tiende a romper antiguos moldes de conducta relacionados con el objeto perdido para poder establecer nuevos moldes”. En la tercera, la capacidad de tolerar la depresión es característica de la persona sana. Así, se da “una desintegración del mundo interno y una reintegración del ulterior”¹²².

Igualmente, en *Culpa y depresión*, León Grinberg describe algunos estadios del duelo:

- ∅ ‘Shock o estupor’. Es la primera reacción frente a una pérdida aguda y masiva de un objeto valorado. “El estupor se produce frente a la emergencia inminente de dos tipos de peligro: la confusión y el dolor psíquico”. Esto puede ser muy breve e incluso no existir si la pérdida es poco significativa o defensivamente sentida como tal.
- ∅ ‘Trastornos de la percepción’. El *Yo* comienza a salir de la etapa de estupor y comienza a hacerse cargo del dolor por la pérdida. Así, “la función perceptiva regresa a las características de sus primeros estadios, es decir, a la falta de continuidad y al predominio de los caracteres del proceso primario [...] lo que provoca dificultad para hacer la diferenciación entre realidad externa (percepción) y mundo interno (fantasía)”.
- ∅ ‘Negación’. El juicio de realidad, ante el dolor que provoca la pérdida sucumbe ante la negación, reforzada por otros mecanismos de defensa como los de omnipotencia, obsesivos, fóbicos, disociación entre otros. El *Yo* se encuentra debilitado y necesita un tiempo de elaboración y recuperación para hacerse cargo de aquello que el juicio de realidad impone.
- ∅ ‘Etapa depresiva’. “Surgen elementos oníricos relacionados con recuerdos de la infancia, que pueden estar representando pérdidas, ya sea de personas queridas, ya simplemente de situaciones u objetos o aspectos del *Yo*”. El objetivo de esta etapa es reintegrar el *Yo* a partir de los sueños para elaborar el duelo.¹²³

¹²² Citado por Grinberg, *Op. cit.*

¹²³ Grinberg, *Op. cit.*, pp. 158-160.

En suma Grinberg agrega:

El duelo es un largo proceso que se inicia en el momento mismo de la pérdida, y en el que el *Yo* adquiere un papel fundamental. Incluye los distintos aspectos ya señalados: el duelo por el objeto mismo, y el duelo por las partes del *Yo* en él depositadas [...] la función sintética tiene un papel fundamental, pues es la que va a permitir la reparación del objeto dañado [...] la recuperación del buen objeto interno y [...] la reparación y recuperación de las partes dañadas del *Yo*, incluyendo también, la recuperación de parte de la función sintética perdida, con lo cual el proceso de duelo podrá concluir.¹²⁴

No obstante, así como existen reacciones diversas ante la pérdida de algo querido, también las hay de diferente tipología. El psicólogo John Bowlby distingue varios tipos de duelo: crónico, ausente, diferido o suprimido y euforia¹²⁵. El 'duelo crónico' se caracteriza porque la depresión a menudo combinada o alterada con ansiedad, agorafobia, hipocondría y alcoholismo, en el duelo 'diferido' la conciencia se observa como la opuesta a la primera, en esta falla la aflicción, equivale a un duelo normal aunque extrañamente desconectado, tanto cognitiva como emocionalmente, y por último, la 'euforia' que se presenta como una respuesta atípica a la pérdida y es de dos tipos: una resuelta negativa a creer que la muerte ocurrió, con la sensación de que el muerto continúa presente, y la otra donde se reconoce la muerte y se pretende que ocurrió para beneficio de la persona que sufrió la pérdida. Cabe destacar que las respuestas eufóricas son inestables; suele desvanecerse y entonces es reemplazada por una intensa aflicción.

Por su parte, el investigador social Parker sugiere la división de las reacciones del duelo en: específicas que abarcan la crónica, retardada e inhibida; no específicas y mixtas¹²⁶. En la reacción crónica de duelo, la persona que ha perdido a un ser amado sufre una prolongación anormal de los síntomas; a menudo aparecen también ideas de culpa y de autoacusación, que a veces se expresan como muestras de identificación parcial o en forma de conducta agresiva. En este grupo se incluye a las personas que reprimen la reacción del duelo durante semanas. Las reacciones mixtas engloban las respuestas ante la pérdida afectiva que pueden ser precipitadas por otros incidentes que

¹²⁴ *Ídem.*, pp. 160.

¹²⁵ Bowlby, *Op. cit.*

¹²⁶ Citado por Vivanco, *Op. cit.*

implican estrés. En este grupo se encuentran: las respuestas psicosomáticas, neuróticas, depresivas y maniáticas, así como los episodios de alcoholismo.

Ahora bien, podemos hablar de dos tipos de consecuencias ante el duelo, la primera de orden lógico ante el dolor sufrido por la pérdida y otra en el ámbito de lo no saludable. En *La pérdida afectiva* el investigador John Bowlby dice, “en el duelo intervienen procesos psicológicos tanto sanos como patológicos, los cuales son múltiples y están relacionados íntimamente entre sí”. La identificación no es el único proceso, ni siquiera el principal involucrado en el duelo. De tal forma, para explicar el carácter doloroso del duelo propone dos hipótesis principales:

1. Debido a la naturaleza persistente e insaciable del anhelo de la figura perdida, el dolor resulta inevitable.
2. El dolor que sigue a la pérdida es el resultado de un sentimiento de culpa y temor a la represalia.¹²⁷

Para Bowlby la necesidad de recuperar a la persona perdida es muy imperiosa y a menudo persistente, aún cuando la persona lo considere vano. Expresiones de esa intensa necesidad, son el llanto y la búsqueda de ayuda; lo cual inevitablemente implica una admisión de debilidad. En suma las expresiones y los gestos de aflicción prueban el fin esencial de un sistema, de obtener la fuerza y la ayuda de otros para compensar su propia debilidad. La etapa de desarrollo de los procesos en los que el individuo llega a un estado que le permita responder a la pérdida de una manera más favorable no se alcanza plenamente.

Desde el punto de vista psicológico y de acuerdo con John Bowlby, el duelo hace que la capacidad de una persona afligida para entablar y mantener relaciones de amor quede más o menos seriamente deteriorada, o si esta capacidad ya estaba perjudicada, quede más dañada de lo que estaba antes.

A su vez, el investigador social, Parkes realizó un estudio con viudas y dividió el proceso de duelo de la siguiente forma:

¹²⁷ Citado por Grinberg, *Op. cit.*, pp. 199.

- a) procesos que en una persona que ha sufrido una pérdida determinan embotamiento de la sensibilidad y hacen que sea incapaz de pensar en lo que ocurrió;
- b) procesos que apartan la atención y la actividad de pensamientos penosos o hechos u objetos recordativos y la dirigen hacia otros neutros o agradables;
- c) procesos que conservan la creencia de que la pérdida no es definitiva y que aún es posible la reunión con la persona perdida.
- d) procesos que hacen reconocer que la pérdida ocurrió en realidad, reconocimiento combinado con la sensación de que no por eso dejan de persistir vínculos con el muerto y a menudo con un consolador sentimiento de la presencia continuada de la persona perdida.¹²⁸

Hasta este momento, hemos hablado de pérdidas y del duelo que ellas desencadenan, no obstante, ¿cómo se divide el aparato psíquico?, ¿por qué hablamos de una pérdida del *Yo*?, ¿cómo se describe este proceso de pérdida en las instancias psíquicas? y ¿todas las pérdidas son físicas o existen pérdidas de partes de la personalidad?

¿A qué se refiere Freud, al hablar del *Yo*? El padre del psicoanálisis divide el aparato psíquico, dentro de *Malestar en la cultura*, en tres instancias: *Ello*, *Yo* y *Superyó*. En el *Ello* habita todo lo heredado, lo que se trae con el nacimiento, lo establecido constitucionalmente, es el genuino propósito vital del individuo, son todos los impulsos primitivos que no conocen renunciamiento ni compromiso, no están organizados y actúan independientemente unos de otros, contiene las pasiones; el *Yo* es el mediador entre el *Ello* y el mundo exterior, representa la razón, es la parte sumatoria de nuestras experiencias vivenciales, tiene la tarea de la autoconservación, el *Yo* aspira al placer quiere evitar el displacer, puede frenar dirigir los instintos hacia una finalidad determinada; por último el *Superyó* es nuestro pasado asumido por otros, es nuestra introyección de los padres asumida durante la infancia ante la disolución del complejo de Edipo, limita las satisfacciones.

Asimismo, Freud, describe el proceso de pérdida a través de la angustia, asevera, “la angustia señal es la respuesta del *Yo* a la amenaza de una situación traumática, amenaza que constituye una situación de peligro”. Los peligros cambian en las distintas

¹²⁸ Citado por Bowlby, *Op. cit.*, pp. 154.

etapas de la vida; tienen como carácter común el implicar la separación o la pérdida de un objeto amado, o la pérdida de su amor. Esta separación o pérdida puede, por diversas vías, conducir a una acumulación de deseos insatisfechos y, por ende, a una *situación de desvanecimiento*. No obstante, para León Grinberg¹²⁹ el sentimiento de pérdida, debe su fuerza al proceso de la reparación.

Para Freud, “el dolor de la separación debe ser terrible, pues es una separación de sí mismo. Es el desgarramiento de un *Yo* que aparentemente era idéntico consigo mismo; y ahora se pierde el ideal del *Yo* y las exigencias de los instintos parciales que aspiran a ese *Yo* ideal y lo invisten libidinosamente, de nuevo se ven defraudadas por el objeto”. Además, durante este proceso se presentaba en el vínculo roto una identificación del *Yo* con el objeto resignado. “La sombra del objeto cayó sobre el *Yo*, quién en lo sucesivo, pudo ser juzgado por un instinto particular como un objeto abandonado. De esta manera, la pérdida del objeto hubo de mudarse en una pérdida del *Yo*, y el conflicto entre el *Yo* y la persona amada en una bipartición entre el *Yo* crítico y el *Yo* alterado por identificación”.

La pérdida del objeto, para Vivanco, es juzgada como la pérdida del *Yo*:

El conflicto entre el *Yo* y la persona amada, es una biparticipación entre el *Yo* crítico y el alterado por la identificación [...] se necesita cierto tiempo para ejecutar con detalle el orden que demanda el examen de la realidad. Y cumplido este trabajo el *Yo* libera su libido del objeto perdido [...] el duelo normal vence sin duda la pérdida del objeto, mientras persiste absorbe de igual modo las energías del *Yo* [...] al terminar el trabajo del duelo, podemos imaginar que se llega a una fase de triunfo; y que al lograrlo, también se ha logrado disipar el gasto de energía que antes se hacía.¹³⁰

De acuerdo con Vivanco, “el duelo de un sujeto, la pena por la pérdida real de la persona amada, está en gran parte aumentada, por las fantasías inconscientes de haber perdido también los objetos ‘buenos’ internos [...] se siente así que predominan los objetos internos ‘malos’, y que su mundo interno está en peligro de desgarrarse”. Se

¹²⁹ Grinberg, *Op. cit.*

¹³⁰ Vivanco, *Op. cit.*, pp. 53-54.

sabe que en el sujeto en duelo, la pérdida de la persona amada lo conduce hacia un pulso de reinstalar en el *Yo* este objeto amado perdido.

Para Esthela Vivanco, “si el proceso de duelo nunca llega a superarse es porque no sólo implica la pérdida del ser amado, sino que implica además, el duelo por la pérdida de todas aquellas cosas que hacen valer a la persona y que son prueba de su seguridad”. En otras palabras, lloramos por nosotros mismos, por lo que sentíamos cuando estábamos con la otra persona, por lo que eramos al estar con ellos y al perder al otro, también perdemos parte de nosotros mismos.

Melanie Klein asegura, “el dolor experimentado en el lento proceso del juicio de la realidad durante la labor de duelo, parece deberse en gran parte no sólo a la necesidad de renovar vínculos con el mundo externo y así continuamente reexperimentar la pérdida sino, al mismo tiempo, al de reconstruir ansiosamente el mundo interno, que se siente en peligro de desastre”¹³¹.

Szasz describe el proceso de pérdida:

En primer lugar se activan las defensas del *Yo*, que conducen a una negación parcial de la pérdida y a su recreación en forma de ‘miembro fantasma’. En lugar de experimentar una pérdida brusca, el *Yo* trata de elaborar el trauma en pequeñas dosis, a través de una gradual modificación de la imagen corporal; luego sobreviene una progresiva disminución del fenómeno ‘fantasma’ y su desaparición ulterior hasta que surge una nueva integración del *Yo* corporal.¹³²

León Grinberg también explica esa pérdida del *Yo* en *Culpa y depresión*. La pérdida, temporaria o definitiva, de un objeto provoca en el individuo, el sentimiento de que ha perdido conjuntamente algo que le es propio. Así, frente a una pérdida objetual se tiende a sufrir, negar o elaborar la pérdida de ese objeto, pero al mismo tiempo “se corre hacia el espejo” para comprobar qué ha pasado con la propia imagen. A su vez, el concepto de duelo “implica todo un proceso dinámico complejo que involucra a la personalidad total del individuo y abarca de un modo consciente o inconsciente, todas las funciones del *Yo*, sus actitudes y defensas y, en particular, las relaciones con los demás”.

¹³¹ Citado por Grinberg, *Op. cit.*

¹³² *Ídem.*, pp. 174.

Grinberg sugiere que, “el mayor peligro para el sujeto en duelo es la vuelta hacia sí mismo del odio hacia la persona amada y perdida. Una de las formas en que se experimenta el odio está determinada por los sentimientos de triunfo sobre la persona muerta. La muerte del otro es sentida entonces como victoria, origina triunfo y aumenta la culpa”. En suma, para el autor, sentimientos de dolor y de culpa, persecutoria o depresiva, correspondientes a la pérdida de partes del *Yo* colocadas en el objeto, que pocas veces son encarados en el análisis de un duelo, suelen convertirse en factores que agravan o perturban la labor del mismo.

Existen diversas respuestas ante la pérdida, ya sean de orden patológico o saludable, atañen la integridad física del individuo. Freud en *Duelo y melancolía* señala que en la identificación narcisista con el objeto, el odio se ensaña con éste tomándolo como sustituto, insultándolo, denigrándolo, haciéndolo sufrir y al ganar con este sufrimiento una satisfacción sádica. Aquí se observa una manifestación más del duelo, las tendencias sádicas y de odio que recaen sobre el objeto y que indican una vuelta hacia la propia persona como se observó en la melancolía.

La vuelta sobre sí mismo, y los autocastigos generados ante la pérdida son resultado directo de la culpa. Ella aparece también como respuesta y parte sustancial del proceso de duelo. Por ende, el sentimiento de culpa, en palabras de Freud, “es el resultado de una tensión entre el *Yo* y el *Superyó*, que se manifiesta como una necesidad de castigo”¹³³.

Para Racker:

El sentimiento de culpa crea necesidad de castigo. Pero es menos sabido que también sucede lo contrario: que la necesidad de castigo crea, mantiene o intensifica el sentimiento de culpa. En suma: nos sentimos malos y alejamos de nuestra conciencia la percepción de que somos también buenos por necesidad de castigo. Otro motivo para reprimir nuestra bondad, es el deseo de defendernos del sentimiento de culpa; ya que nuestra bondad al chocar con nuestra maldad (choque

¹³³ *Ídem*.

entre amor y odio hacia los objetos queridos) crea el dolor, que constituye más que nada, el sentimiento de culpa.¹³⁴

De acuerdo con Elisabeth Kübler-Ross en *Sobre la muerte y los moribundos*, “si alguien se aflige, se da golpes en el pecho, se mesa el cabello o se niega a comer, es un intento de autocastigo, para evitar o reducir el castigo previsto para la culpa que ha tenido en la muerte del ser querido”.

En el duelo normal, Grinberg afirma que, opera la culpa depresiva tendiente a lograr la reparación de los objetos, mientras que en el duelo patológico predomina la culpa persecutoria, que transforma los objetos en persecutorios, al impedir su restauración. De ahí, “lo que caracteriza esencialmente a la culpa depresiva es el anhelo de reparar al objeto que se siente dañado por los propios impulsos destructivos. Esta necesidad insaciable de reparar, preservar o revivir el objeto amado conduce a estados de duelo y a sus defensas correspondientes”¹³⁵. Así, cuando la culpa depresiva, logra liberarse de sus componentes persecutorios, crea la posibilidad de una auténtica reparación del *Yo*, al estimular su enriquecimiento y su capacidad de sublimación al permitir de este modo encarar la reparación de los objetos.

No obstante, León Grinberg subraya, “siempre quedan remanentes de culpa persecutoria que, en circunstancias traumáticas, como lo es toda pérdida, se reactivan o incrementan llegando a dominar, a veces, todo el cuadro de los micro o macroduelos”. En suma, para el autor detrás del sentimiento amoroso se halla siempre la hostilidad inconsciente, que es la que determina que el individuo se sienta culpable de la muerte de su pariente. Asimismo, Freud dice, “ni el recuerdo de haber asistido al enfermo con la mayor solicitud, ni los argumentos objetivos más convincentes contrarios a la penosa acusación, basta para poner fin al tormento del sujeto, tormento que constituye, quizás una expresión patológica del duelo y va atenuándose con el tiempo”¹³⁶.

¹³⁴ Citado por Grinberg, *Op. cit.*, pp. 47.

¹³⁵ Grinberg, *Op. cit.*

¹³⁶ Citado por Grinberg, *Op. cit.*

Para Grinberg, “la labor del duelo se verá perturbada si ha predominado la culpa persecutoria en la relación con el objeto perdido, dando lugar a la utilización de defensas de diversa índole”. Por ende, a través de las lágrimas “el sujeto en duelo no sólo expresa su sentimiento y alivia tensiones, en el inconsciente, equipara las lágrimas con los excrementos, así expele sus objetos malos y sus sentimientos, aumentando el alivio obtenido al llorar”. De tal forma, “el sufrimiento puede hacerse productivo”¹³⁷.

A su vez, Bowlby señala que, la extrema urgencia, el llanto y la rabia, se describen en la primera fase del duelo como expresiones de la culpa persecutoria que se siente en el *Yo* ante el objeto, y también ante sí mismo¹³⁸. De tal suerte, el llanto es una expresión que acompaña el duelo y que a su vez ayuda a disminuir su culpa.

Es común encontrar literatura antigua referente a las lágrimas, debido a que el duelo es tan antiguo como la muerte misma. Para Seneca la mayor parte de todo el dolor se evacua por medio de las lágrimas; “es una forma de placer sumergirse en el pesar, ahogando el dolor en lágrimas”¹³⁹, mientras que Plutarco aseverará, “no está en nuestro poder no lamentarnos, y no estar triste es no tener misericordia ni piedad; llorar por nuestros amigos es un sentimiento natural, y lamentarnos es un sentimiento irresistible”¹⁴⁰.

A pesar de que los seres humanos construyen fuertes afectos recíprocos con el tiempo la pérdida de estas conexiones es enormemente penosa. La aflicción lleva a una cantidad de poderosas reacciones emocionales, entre ellas la tristeza, la soledad, la culpa, la cólera, el miedo, la angustia y la vergüenza, no obstante Kottler asevera que, “la única conducta prácticamente universal que se expresa durante el dolor es el llanto”¹⁴¹.

¹³⁷ Grinberg, *Op. cit.*

¹³⁸ Citado por Grinberg, *Op. cit.*

¹³⁹ Citado por Burton, *Op. cit.*

¹⁴⁰ *Idem.*

¹⁴¹ Kottler, *Op. cit.*

En todo el mundo, la norma para expresar dolor es más el llanto y el lamento dramáticos y desinhibidos que nuestras lágrimas disciplinadas, se espera que si estas verdaderamente triste por la pérdida de los acongojados deudos, has de mostrarlo con los ojos, no con la boca. Para Kottler, “cuando lloras en voz alta por pérdidas —no por piedad de ti mismo, sino de pena y dolor—, invitas a los otros a unírsete. Cuando muestras tus lágrimas de alegría y de empatía, atraes a la gente a ti, a que compartan tu conmovedora experiencia”¹⁴².

Existe amplia evidencia de que, incluso en el extremo del duelo, algunas lágrimas son más bien “escenificadas” de acuerdo con Lutz:

Las ceremonias de duelo ritualizan las lágrimas de diferentes maneras, canalizando la pena en una amplia variedad de formas fúnebres. La finalidad de la muerte ha generado prácticas y símbolos que pueden parecer elaborados, intensos, hermosos, inapropiados, extraños, indecentes o inadecuados al ojo de un observador cuando se trata de costumbres de una cultura distante a la propia [...] la tendencia a llorar por la muerte es un valor humano universal.¹⁴³

De acuerdo con Kottler al expresar el dolor ante la pérdida de un ser querido, existen dos grupos de personas:

El primer grupo formado por la familia inmediata y amigos íntimos del fallecido, no parecería tan extraño a nuestros ojos y a nuestros oídos. La extensión de los lamentos, los sollozos y el flujo de lágrimas podría considerarse excesiva para los patrones de los protestantes de clase media alta, pero no se alejarían de lo ordinario para muchos otros grupos culturales bien conocidos por su espontaneidad emocional. Lo que sí parecería inusual, en cambio, es un segundo grupo de personas, que también lloran, pero en un tono y un estilo que sugieren más una representación artificial que una manifestación auténtica de pérdida real: estas lágrimas equivalen a las palabras educadas.¹⁴⁴

No obstante, lo anterior responde más a una cuestión de unidad y hermandad. En palabras de Lutz, “el dolor y la pena son muy reales cuando conciernen a las relaciones de clan (sanguíneas), pues las lágrimas demandadas por costumbre social no dejan por ello de ser una muestra de pena genuina”. Asimismo, opina que para algunos deudos, el fuerte y casi melodioso llanto es parte obligada del ritual y, cuando una persona mayor muere tras una vida plena, son a menudo meramente mecánicos. Sin embargo, “en el

¹⁴² *Ídem*.

¹⁴³ Lutz, *Op. cit.*, pp. 243-244.

¹⁴⁴ Kottler, *Op. cit.*, pp. 127.

caso de alguien [...] que murió en lo que hubiera debido ser la plenitud de la vida, la pena, es real como lo son las lágrimas”¹⁴⁵.

De ahí que muchas personas opten por la segunda opción, ritualizan su duelo vía el dolor autoinflingido, convirtiéndolo en una expresión explícita del dolor de la pérdida. En palabras de Lutz, “el propósito de los rituales de mutilación y privación es la intensificación del dolor”. Sin embargo, estos sujetos piensan más en sí mismos que en liberar la pena.

El psicoanalista Sandor Feldman afirmó en 1956, “no hay lágrimas de alegría, sólo lágrimas de pena”¹⁴⁶. Mientras los psicoanalistas Edwin y Constance Wood concibieron el llanto, en todas sus permutaciones, como expresión de pérdida¹⁴⁷. Así, la mayoría de los psicoanalistas consideran las lágrimas como regresión emocional desencadenada por algo, como un funeral, una boda o una escena cinematográfica, que evoca una experiencia anterior.

Sin embargo, para Lutz, las lágrimas de duelo vertidas años después de una muerte, no tienen valor terapéutico en sí mismo. También pueden producirse nuevas lágrimas en análisis, un duelo inducido nuevamente por un objeto de deseo que está “perdido” en el proceso de análisis. Sin embargo, podemos llorar toda una vida las pérdidas y nunca será suficiente. En palabras de Kottler, “todavía hoy lloramos esas pérdidas; tal vez las lloremos siempre, hasta el día de nuestra muerte”¹⁴⁸. Esto, en buena medida obtiene una connotación directa a que el manejo de las pérdidas mantiene una relación estrecha con nuestra madre, de acuerdo a la teoría freudiana, y en la medida en que solucionemos nuestra separación con ella en la temprana infancia, dependerá nuestra resolución de las pérdidas futuras.

¹⁴⁵ Lutz, *Op. cit.*

¹⁴⁶ Citado por Lutz, *Op. cit.*

¹⁴⁷ *Idem.*

¹⁴⁸ Kottler, *Op. cit.*

Así, pocos intentos para limitar el deseo de llorar por el duelo logran ser completamente exitosos, asevera Tom Lutz. Ello, se debe más a una relación existente con el dolor, que en palabras de Antonio Caso en *Principios de estética* es “más interesante para la conciencia, porque significa el límite de la acción espiritual, en tanto que el placer es la atmósfera natural del alma y la consecuencia de su acción”.

De ahí, es más sencillo comprender lo dicho por la terapeuta Harriet Beecher Stowe, “la más amarga lágrima vertida sobre una tumba es por las palabras pronunciadas y por los actos no realizados”¹⁴⁹. De tal forma, la pena que sentimos ante la pérdida de algo, es más un signo de autocompasión que el verdadero sentir por el otro.

No es pues extraño, para Lutz, que como cultura, contemos con rituales inadecuados y no logremos guardar luto apropiadamente sin un poco de ayuda. Ello permite tramitar el duelo de forma oportuna y llevarlo a un feliz término lo que es sano y a la larga repercute en la vida del afectado.

La pérdida, la pena, el dolor y la elaboración del duelo es una cuestión cultural, por ejemplo Kottler en *El lenguaje de las lágrimas* dice, “mientras en Japón, las causas más probables de las lágrimas de tristeza son los problemas de relación, en las culturas occidentales, la tristeza más profunda es la producida por la muerte o la separación de un ser querido”.

En casi todas las culturas, los rituales de duelo obedecen más a la visión cultural que tienen los pueblos respecto al más allá. De acuerdo con Kottler, la muerte de un niño provoca mayor llanto y consternación que la de un adulto, porque en buena medida, las lágrimas derramadas son el reflejo de nuestros deseos insatisfechos e irrealizados. No obstante, sin importar si se es adulto o pequeño, la muerte en sí implica un proceso de duelo.

¹⁴⁹ Citado por Lutz, *Op. cit.*

Nuestras costumbres de duelo, de acuerdo con Kottler, han sido diseñadas específicamente para inhibir las tendencias a la agresión inmediatamente después de la muerte de un ser querido. De tal suerte, el duelo y su libre expresión son una tregua implementada en la mayoría de las sociedades, un recordatorio de que somos mortales sin importar nuestra condición sociocultural.

No importa la delimitación cultural del duelo, lo relevante es llevarlo a un feliz término. La introyección del objeto perdido, afirma Grinberg, es un medio de contrarrestar la pérdida y de poder continuar la relación con el mismo como objeto interno¹⁵⁰. Por su parte, la terapeuta Dennis Klass escribe, “el modelo dominante del siglo XX sostiene que la función del duelo es romper los vínculos con el difunto”¹⁵¹. Pero, mantener un lazo continuo con el difunto es la mejor manera de experimentar la sana resolución de la pena; no descatectizar sino recatectizar, en términos freudianos. Mutilarse y apuñalar el propio cuerpo mantiene un estado de dolor y, en consecuencia, un vínculo vivo y actuante con el muerto, lo que revierte el proceso fisiológico a través del cual las lágrimas contribuyen a volver al cuerpo su estado de reposo. Esto constituye, en cierto sentido, un escape del mundo del que el difunto se ha ido irremediabilmente, pero es también una manera de negarse a dejar atrás el dolor y, de ese modo, el intento de vivir constantemente en presencia de la pérdida.

De acuerdo con el científico social Malinowsky, el dolor es instintivo y forma parte de las secuencias vitales permanentes es decir es uno de los aspectos biológicos de la cultura¹⁵². Así, Grinberg sugiere, “los velatorios actuales son reediciones de los primitivos duelos en los que la comunidad se reúne para participar colectivamente y donde, en forma condensada, se encuentran los aspectos melancólicos, maníacos, depresivos; mientras una parte de la familia y amigos llora desconsoladamente la pérdida, otro sector se entretiene contando chistes”¹⁵³.

¹⁵⁰ Grinberg, *Op. cit.*

¹⁵¹ Citado por Vivanco, *Op. cit.*

¹⁵² *Idem.*

¹⁵³ Grinberg, *Op. cit.*

Para John Bowlby en *La pérdida afectiva*, existen tres tipos de rituales en las culturas que son: las que determinan como debe ser la relación persistente con el muerto, las que prescriben a quien se debe atribuir la culpa y contra quien se dirige el enojo, y las que establecen cuanto debe durar el duelo.

A su vez, Robert Burton en *Anatomía de la melancolía II* dice, “aborrecemos la muerte, el dolor y el sufrimiento, todo, y sin embargo no hacemos nada que nos pueda justificar, sino voluntariamente nos forzamos a aceptarlo”. Asimismo, “la muerte pone fin a nuestras desgracias, y sin embargo no pensamos en ello”.

Como cultura y sociedad la negación de la muerte nos ha llevado a crear todo un imaginario al respecto. Freud en *Malestar en la cultura* dice que la muerte se rebaja a la vida terrenal como una simple preparación, “se prolongó también la vida en el pretérito, inventándose las existencias anteriores, la trasmigración de las almas y la reencarnación, todo ello con la intención de despojar a la muerte de su significación de término de existencia”. Y a la vez dotamos de otro significado a la muerte, para hacerla algo más asimilable.

La gente a punto de morir, para Mortimer Ostow en *La depresión: psicología de la melancolía*, bien sea involuntariamente, por enfermedades incurables o bien por su propia mano, gustan de pensar que después de la muerte renacerán en otro mundo. De ahí, El acercamiento a la religión durante el duelo en un individuo que lucha contra una tendencia depresiva, debe interpretarse, como “una llamada a los propios padres en busca de protección [...] en su necesidad de ser protegido, el individuo elige, entre los aspectos religiosos, aquellos que son expresiones de culpa, modalidades de expiación o formas de sacrificio, privación y humillación, en vez de atenerse a los ritos de júbilo o a las expresiones de unidad religiosa”.

También, gran parte del consuelo encontrado en la religión ante la pérdida de un ser querido, se debe en palabras de Grinberg a que en la base de toda religión existe la necesidad de calmar el sentimiento de culpa y aplacar a un sustituto paterno, implícito

en la imagen de dios, con características superyoicas. De tal forma, el acercamiento a la religión, sin importar cual sea ésta, mantiene una búsqueda constante del padre como protector y dador de amor.

Por su parte, el psicoanalista George Pollock, ha escrito abundantemente sobre el tema del duelo, y lo ha definido como “una de las formas más universales de adaptación y crecimiento”¹⁵⁴. El duelo, puede conducir a un cambio creativo. Además, es rara vez un proceso lineal y unívoco. Un duelo en cierto sentido nos ayuda a reorganizarnos, es un proceso de transición más allá de si será para bien o para mal.

Asimismo, en *El duelo como una emoción compleja*, Vivanco asevera que la separación es capaz de enriquecer a un ser humano, pues al invertir la proyección también está en condiciones de ver más claramente en sí mismo o, por lo menos, de presentir los valores del amor. “El duelo, la supresión del afecto, la represión de las fantasías sexuales y la agresividad creciente, son características de la elaboración de la separación”. Vivanco sugiere que con la separación algunos de los papeles familiares que han definido las vidas en el pasado se redefinen, se ven frente a la necesidad de desempeñar nuevos papeles. El rol social cambia.

La muerte de un ser querido se vive en el núcleo familiar de forma muy similar a como se vive en colectividad, lo que facilita la superación más rápida del mismo y una asunción de roles. Para Grinberg, las respuestas emocionales ante la muerte de un miembro de la familia son similares a las que ocurren en un grupo terapéutico. De este modo, para el autor “algunos familiares se harán cargo de la depresión y la culpa; otros de la negación y el bloqueo afectivo, un tercio de la persecución, hipocondría, etcétera”¹⁵⁵.

El rol social expresado ante el duelo no es el mismo en hombres y mujeres, de acuerdo con el investigador social Lane. Quien realizó un estudio de las diferencias

¹⁵⁴ *Ídem*.

¹⁵⁵ Grinberg, *Op. cit.*

sexuales en los cambios de prolactina durante el duelo¹⁵⁶. Entrevistó a 14 hombres y 12 mujeres después de ocho semanas de rompimiento de su pareja por causa de muerte. La prolactina (PRL) fue medida al comienzo y después de la entrevista. La descripción del esposo fallecido fue clasificado como representación del objeto, medido en forma cognitiva por su descripción. Los resultados muestran una correlación significativa entre los cambios de dolor y prolactina en hombres y mujeres cuando hacen la descripción de su pareja. Pero la correlación para mujeres fue positiva y para hombres fue negativa. Los resultados sugieren los cambios psicológicos asociados con el duelo son diferentes para hombres y mujeres. Esto se explica a su vez porque las mujeres producen prolactina en momentos de estrés y durante la lactancia a diferencia de los hombres, a su vez, como se observó en el capítulo uno, la prolactina es asociada con el llanto y es parte de los agentes dañinos que se desechan durante el mismo. De tal forma, no es fortuito que los hombres sean menos propensos a derramar lágrimas y con ello tramitar un duelo saludable.

Independientemente de que el dolor se exprese o no, en palabras de Viorst, la muerte puede tener consecuencias a largo plazo muy dañinas en la salud mental y física de los sobrevivientes. Para ella, éstos mueren, o se matan, beben, se vuelven adictos a las drogas o sufren depresiones y otros trastornos psicológicos. Ahora bien, si todos estos trastornos ocurren en adultos ¿qué tipo de problemas enfrentamos en las pérdidas en la infancia?

Podemos decir que las pérdidas son parte fundamental de nuestras vidas, todo el tiempo dejamos de lado unas cosas y las reemplazamos con otras. No obstante, ante la muerte de un ser querido es difícil seguir nuestro camino y más aún cuando se es pequeño, porque no somos capaces de elaborar la enormidad de la pérdida.

Los infantes, son quienes requieren una mayor elaboración del duelo y de acuerdo con Kübler-Ross en *Sobre la muerte y los moribundos*, los niños necesitan ser incluidos en el ambiente luctuoso, ser parte del ritual y no mantenerlos aislados; eso generará un

¹⁵⁶ Citado por Vivanco, *Op. cit.*

duelo oportuno y saludable que les permitirá asimilar adecuadamente las pérdidas cuando sean mayores. Asimismo, la autora opina “el hecho de que se permita a los niños permanecer en una casa donde ha habido una desgracia y se los incluya en las conversaciones, discusiones y temores, les da la sensación de que no están solos con su dolor y les brinda el consuelo de la responsabilidad compartida y del duelo compartido”.

Un aspecto importante es definir el duelo en los niños, éste es un proceso complejo, porque ellos muchas veces no lo hacen consciente. La labor del duelo en los pequeños dependerá principalmente del entorno familiar y de una correcta orientación hacia estos aspectos. No obstante, para Grinberg:

El carácter específico que los diferencia de los duelos que se desarrollan en el estado adulto, es el mayor uso de la negación y la identificación proyectiva, explicable por la mayor labilidad del *Yo* del niño, y su mayor angustia frente a la muerte. En ese sentido, la dramatización lúdica resulta eficaz para elaborar, lenta y controladamente, esas angustias.¹⁵⁷

Así, el jugar es la representación del duelo vivido en la infancia, y le ayuda al niño a externar el dolor que siente.

Un hecho fehaciente es que las pérdidas son siempre detonadores de algo más trascendental, son esas primeras pérdidas las que nos marcan de por vida y nos definen como seres humanos. Un ejemplo de lo anterior lo brinda el investigador Gorer con su estudio de dolientes al concluir que los más vulnerables son los niños y los ancianos; los primeros por no contar con la orientación adecuada para tramitar el duelo, y los segundos, al dejarse llevar por el sentimiento ante la inactividad implícita en sus edades¹⁵⁸.

Muchas veces, pérdidas nuevas activan o recuerdan penas ya viejas como son: la pérdida de la madre o el padre a una temprana edad. De acuerdo con Bowlby, cuando una persona pierde a un ser al que está muy apegada, es natural que se vuelva en busca de consuelo a un ser al que estaba apegada antes. En suma, para León Grinberg, “es común que se asocie un duelo con otros anteriores, ya que cada pérdida reactiva todas las pérdidas que se han sufrido previamente”. En el adulto, el dolor sobreviene con la

¹⁵⁷ Grinberg, *Op. cit.*, pp. 218.

¹⁵⁸ Citado por Bowlby, *Op. cit.*

pérdida real de una persona real. Sin embargo, lo que ayuda a vencer esta pérdida, que siente abrumadora, es haber establecido en sus primeros años una buena imagen de la madre dentro de sí. En el duelo normal, el sujeto logrará establecer la persona amada y perdida en su Yo¹⁵⁹.

Un duelo mal tramitado desde la infancia puede generar en la adultez duelos patológicos. Pero ¿qué es un duelo patológico? Como se observó en el apartado anterior un duelo excesivo o severo conlleva melancolía; esto, se traduce en palabras del doctor Bruce D. Perry de la Baylor Medical School, un duelo de más de seis meses es síntoma patológico¹⁶⁰.

Melanie Klein dice, “en el duelo normal, el individuo reintroyecta y reinstala tanto a la persona real perdida, como a sus padres amados que sintió como objetos internos buenos, y que, en su fantasía fueron destruidos cuando se produjo la pérdida actual. La reconstrucción del mundo interno da la pauta del éxito de la labor de duelo”¹⁶¹.

Para Freud en *Duelo y melancolía*, “el duelo profundo, la reacción ante la pérdida de un ser querido, contiene el mismo cuadro mental doloroso, la misma pérdida de interés por el mundo exterior, la misma pérdida de la capacidad para adoptar otro nuevo objeto de cariño [...] y el mismo escapar de cualquier actividad que no esté conectada con pensar en él/ella”. El padre del psicoanálisis, ha señalado que en el duelo normal “la libido es retirada del objeto amado perdido y desplazada a otro objeto”, mientras en el duelo patológico “la libido permanece orientada al Yo, donde se produce la identificación con el objeto”.

Una correcta elaboración del duelo va a depender en buena medida del estado del *Self*. De tal forma, Grinberg afirma, “podrá resultar un duelo patológico determinado esencialmente por el estado deficitario del Yo y por la perturbación inherente a su propio duelo [...] cuando el *Self* se haya autoreparado suficientemente, se encontrará en

¹⁵⁹ Bowlby, *Op. cit.*

¹⁶⁰ Citado por Lutz, *Op. cit.*

¹⁶¹ Citado por Grinberg, *Op. cit.*

condiciones adecuadas para elaborar en forma sana el duelo por el objeto y repararlo convenientemente¹⁶².

Así, cuando mueren nuestros seres queridos, tenemos dos alternativas, de acuerdo con Judith Viorst en *El precio de la vida*, o nos inhibimos o nos atascamos. De ellos, el segundo es el más grave, es considerado un duelo patológico, porque no podemos y no queremos desprendernos del objeto. La psicoterapeuta, señala que la inexistencia de duelo ante la pérdida de un ser querido puede convertirse en lo contrario, es decir en un duelo crónico. “La ausencia de sentimientos de dolor puede ser prolongada durante años a veces durante toda una vida”. Ella opina que aún cuando la apariencia de que tomamos muy bien el duelo se manifieste ante ese estoicismo, la realidad es que, “no somos lo suficientemente fuertes para soportarlo”, sin embargo agrega, “también podemos temer inconscientemente que una vez que empezamos a llorar no paremos jamás”. El bloqueo emocional, es de tal suerte, una forma de apaciguar tanto dolor, especialmente ante el duelo; es tanta la carga que omitirlo es la única salida.

El teórico Kolb, agrega que no todas las reacciones de duelo pueden manifestarse de la misma manera en todos los adultos¹⁶³. Algunos pueden retardarse horas o incluso varias semanas después de la pérdida o separación de la persona importante. Durante este período, el que sufre se comporta como de costumbre, pero a veces dice sentirse insensibilizado. Poco después, el hombre o la mujer con una reacción de duelo, empieza a sufrir períodos en que extraña incesantemente a la persona perdida y siente dolor cada vez que algo, le recuerda al que ha muerto o se ha ido; estos períodos se acompañan de síntomas psicofisiológicos, frecuentemente de tipo gastrointestinal.

Un duelo patológico, de acuerdo con Bowlby, se predispone cuando el proceso suele ser más intenso y desorganizado que el duelo normal. Algunas características que predicen un duelo crónico son: la cólera y el resentimiento cuando persisten después de las primeras semanas, y el informe que la persona afligida da después de unas pocas

¹⁶² Grinberg, *Op. cit.*

¹⁶³ Citado por Vivanco, *Op. cit.*

semanas del suceso sobre el grado en que considera útiles o inútiles en su duelo a parientes, amigos y otras personas.

Para el psicoterapeuta Beverly Raphael, durante un duelo crónico:

El llanto es constante, hay una preocupación obsesiva por la persona perdida, además de furiosas protestas. El sentimiento de abandono vuelve una y otra vez a los recuerdos de una relación perdida que es a menudo intensamente idealizada. El duelo no llega a un final natural, y casi parece que la persona ha adoptado un papel nuevo y especial: el de la persona destrozada por el dolor.¹⁶⁴

A su vez, otro síntoma del duelo crónico descrito por Gorer es la momificación, implica una metáfora del proceso de embalsamación egipcio¹⁶⁵. Bowlby, define ese proceso como, “el corolario lógico de la creencia de que la persona muerta regresará [...] esté fenómeno puede continuar porque abandonar esa creencia equivaldría a sellar y archivar la pérdida, cosa que la persona acongojada en modo alguno está dispuesta a hacer”¹⁶⁶.

Hasta este momento, hemos hablado del duelo, de las partes pérdidas del *Yo* o del *Self*, sin embargo, es conveniente destacar que ante la pérdida de algo o alguien existen dos sucesos que son distintos entre sí: la pena y el duelo. De acuerdo con un documento elaborado por el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, “la pena es la propia experiencia personal frente a la pérdida. El duelo, por su parte, es la pena que se hace pública”¹⁶⁷. Así, en la primera la labor es interna mientras en la segunda, implica la función social y colectiva.

Una sensación de pérdida requiere de llanto, de ahí, que los rituales sociales faciliten esa liberación vía el duelo. Para el científico Alexander Lowen, si las lágrimas no corren, esa pérdida es transformada en tensión corporal¹⁶⁸. No obstante, la función del llanto no es sólo liberar tensión, en palabras de Kottler en *El lenguaje de las*

¹⁶⁴ Citado por Viorst, *Op. cit.*, pp. 264.

¹⁶⁵ Citado por Bowlby, *Op. cit.*

¹⁶⁶ Bowlby, *Op. cit.*

¹⁶⁷ Citado por De Quiroga, *Op. cit.*

¹⁶⁸ Citado por Lutz, *Op. cit.*

lágrimas, “nos permiten honrar a los que echamos en falta, hablarles y guardar para ellos parte de nuestra vida”.

Freud¹⁶⁹ observa que en la pena y el duelo el mundo se nos presenta pobre y vacío, debido a esa pérdida un tanto aparente. En el duelo, el paciente aparta poco a poco el lazo emocional del objeto ahora perdido, y se liberará gradualmente de ese estado de dolor. Mientras que Margaret Mahler define la reacción de pena como la respuesta específica a la pérdida¹⁷⁰. Considera que la tristeza y la pena son lo acompañantes obligados de la salida del mundo autista a través de la restauración del objeto libidinoso.

Ahora bien, existen distintos tipos de pérdidas en cuanto a la muerte se refiere; no es lo mismo perder a un familiar que pasó por una larga enfermedad, que la muerte repentina por accidente o la muerte de un hijo. Esas separaciones a destiempo son las que implican mayor dolor y desconsuelo, porque en buena medida nos han tomado por sorpresa. En palabras de Viorst, “el dolor más grande se experimenta, por las expectativas del futuro. Sabemos que tenían toda una vida por delante, pero también sabemos que con su muerte parte de nuestras esperanzas también se han desvanecido”¹⁷¹.

Para Grinberg, se puede experimentar duelo por otras pérdidas que, manifiesta u objetivamente, no parecen ser de tanta magnitud como la muerte de un ser querido. O sea, se puede reaccionar de ese modo “frente a una separación que puede angustiar o deprimir por diferentes motivos —un familiar o un amigo que se va de viaje— o ante la pérdida de un objeto o un recuerdo que encierra un contenido emocional muy valorado o ante el hecho de mudarse a otra casa o trasladarse a otro país”¹⁷². Las causas desencadenantes de un duelo pueden ser múltiples y dependerán de diversas circunstancias, pero todas ellas tendrán como base común “la valoración afectiva que consciente o inconscientemente es atribuida a la pérdida”.

¹⁶⁹ Citado por Jackson, *Op. cit.*

¹⁷⁰ Citado por Grinberg, *Op. cit.*

¹⁷¹ Viorst, *Op. cit.*

¹⁷² Grinberg, *Op. cit.*

En cambio, con la muerte de la pareja, muere gran parte de nosotros mismos. De acuerdo con Viorst, “la muerte de un cónyuge destruye una unidad social, impone nuevos papeles y nos pone cara a cara con una terrible soledad”¹⁷³. Ello, conlleva que derramemos lágrimas no sólo por el otro, sino porque buena parte de nosotros se construía sobre la presencia aprobadora del otro, así, lloramos por la pérdida de aquel *Yo*. De ahí, la búsqueda por el objeto perdido “puede expresarse inconscientemente como una actividad sin descanso ni orden. Algunos de nosotros, sin embargo, buscamos conscientemente a los muertos”.

El psicólogo John Bowlby en *La pérdida afectiva* dice, “por un lado está la opinión de que la muerte ha llegado y una añoranza desesperanzada. Por otro lado, está la resistencia a creer que ha ocurrido, acompañada tanto de la esperanza de que todo irá mejor como de la compulsión de buscar y recuperar a la persona perdida”.

Para Freud el dolor, es pues, “la verdadera reacción ante la pérdida de objeto”¹⁷⁴. Sin embargo ¿cómo se genera esta respuesta en el aparato psíquico? El padre del psicoanálisis asegura que, “la intensa carga de anhelo del objeto perdido crea las mismas condiciones económicas que la carga de dolor del lugar del cuerpo herido”. De tal forma, la aparición específica de dolor en el duelo se debería a la extraordinaria intensidad de la carga y de la unión con el objeto.

No obstante, para León Grinberg en *Culpa y depresión*, si en todo duelo —ante una pérdida de objeto— aparece dolor, se debe a que para la vivencia inconsciente del sujeto “se está reproduciendo una experiencia que significó un atentado contra su *Yo* [...] y que le produjo dolor físico, que fue incorporado a la vez como dolor psíquico”.

En palabras de Melanie Klein:

El dolor experimentado en el lento proceso de adaptación al juicio de realidad en la labor del duelo parece deberse, en parte, no sólo a la necesidad de renovar los

¹⁷³ Viorst, *Op. cit.*

¹⁷⁴ Citado por Grinberg, *Op. cit.*

vínculos con el mundo externo y así reexperimentar la pérdida sino, al mismo tiempo y por medio de ello, reconstruir ansiosamente el mundo interno que se siente en peligro de deterioro y desastre.¹⁷⁵

Para Grinberg, el surgimiento del dolor es experimentado ante la porción del *Self* que se pierde juntamente con el objeto, ya que en toda relación objetal existe una parte del *Self* que está colocada en el objeto y cuya valoración guardará relación con la mayor o menor significación afectiva que tenga el objeto y, además, el *Yo* siente dolor, depresión y culpa por haber quedado privado y empobrecido debido a la pérdida objetal misma. Sin embargo, Grinberg, considera que el dolor no se relaciona con “el peligro de deterioro y desastre”, es decir con algo que está por suceder, sino más bien, con algo que ha sucedido ya en el *Self*¹⁷⁶.

Podemos decir, al igual que Freud, “en todo duelo hay dolor”, no obstante las consideraciones del mismo van a cambiar de un autor a otro. Bowlby¹⁷⁷, por su parte justifica el dolor del duelo como debido a una prolongada persistencia del anhelo insaciable por el objeto perdido y a la constante repetición de la amarga desilusión por no encontrarlo. Mientras tanto, en *Culpa y depresión*, Grinberg sugiere, “ese anhelo responde [...] a la necesidad de recuperar también las partes propias del *Yo* que se sienten perdidas”.

En suma, aún cuando lloremos en aniversarios o al encontrarnos con los objetos de nuestros seres queridos, el duelo tiene que llegar a su fin, en palabras de Judith Viorst ocurre al interiorizar a los muertos. No perdemos ese contacto con ellos, sino los hacemos parte de nuestras vidas y los llevamos dentro de nosotros. Esto es, a medida que nos identificamos, los asimilamos.

Esta identificación ocurre frecuentemente ante la muerte de un ser querido, la culpa que sentimos ante la pérdida nos orilla a repetir esquemas del objeto amado y ahora

¹⁷⁵ *Ídem.*, pp. 149.

¹⁷⁶ Grinberg, *Op. cit.*

¹⁷⁷ Citado por Grinberg, *Op. cit.*

perdido. Freud lo explica en *Duelo y melancolía* al decir, “la identificación reemplaza a la elección de objeto; la elección de objeto ha regresado hasta la identificación”.

Así, para Grinberg, “al final de su labor en el duelo, el *Yo* vuelve a quedar libre y exento de toda inhibición”. El fin del duelo de acuerdo con Judith Viorst en *El precio de la vida*, dependerá de lo preparados que estábamos, de la manera en que ellos sucumbieron a la muerte, de nuestras fuerzas interiores y de los apoyos exteriores. De tal forma, para la autora:

La única oportunidad que tenemos es elegir lo que hacemos con nuestros muertos: morir cuando ellos mueren o vivir como lisiados, o forjar a partir de los recuerdos, nuevas maneras de vida. A través del duelo, dejamos que los muertos se marchen y los incorporamos a nosotros. Llegamos a aceptar los difíciles cambios que las pérdidas deben traer consigo, y es en ese momento cuando empezamos a vislumbrar el final de duelo.¹⁷⁸

No importa cuanto se llore o que la aflicción nos impida manifestar nuestros sentimientos, el hecho es, en la medida que reconozcamos nuestra situación y le prestemos atención, más prontamente culminará nuestro proceso de duelo. En cierto sentido, el llanto es sólo un camino para llegar a ese fin.

El proceso de duelo es largo, penoso y triste, no obstante, las lágrimas son un paliativo que nos ayudará a sentirnos mejor, mas no es la cura directa de lo que acontece en nuestro interior. Nos liberaremos más a medida que lloremos. Sin embargo, las pérdidas requieren ser reintegradas a nuestra vida cotidiana y retornar a la condición individual esencial, es decir encontrar nuestras propias anclas a este mundo que nos permitan vivir plenamente; de ahí, los rituales y las ceremonias lacrimógenas nos ayudarán como sociedad y cultura a asimilar, curar y sanar progresivamente nuestras pérdidas, duelos, depresiones y melancolías.

¹⁷⁸ Viorst, *Op. cit.*, pp. 279.

4. *El llanto se establece como lenguaje*

Estudios neurológicos han revelado que hay varias diferencias biológicas entre los sexos en la anatomía y la fisiología del cerebro. Por ejemplo, las mujeres tienen más volumen en el *corpus callosum* —el puente entre los dos hemisferios cerebrales—, lo que facilita la comunicación y el lenguaje¹. De esta investigación se rescata que las diferencias de género en la experiencia y la expresión emocionales puede estar determinadas también por el cerebro, debido a que el sistema límbico en los varones es más activo al descifrar reacciones emocionales. Para los hombres es más difícil llorar, así como responder al llanto de otros, porque su equipamiento para ello es inferior al de las mujeres. El cerebro de los hombres funciona mejor para el lenguaje de tareas cuantitativas o conductas agresivas, mientras, el lenguaje de las lágrimas y su subyacente sensibilidad emocional cae en la provincia de las fuerzas neurológicas femeninas.

Las lágrimas ofrecen una multitud de significados, son tan ambiguas como el contexto mismo y tan dinámicas como la sociedad donde emergen. Para Jeffrey Kottler “las lágrimas pueden simbolizar la parte más genuina de nosotros”², mientras para Nico Fridja “más que expresar la tristeza o el desamparo el llanto es estos sentimientos en forma conductual [...] las lágrimas solicitan una respuesta fuera del alcance de las palabras”³.

En el nivel más elemental, las reacciones viscerales como el llanto son inseparables tanto de la actividad cognitiva como de los mecanismos neurológicos que lo impulsan. Según el neurólogo Antonio Damasio, la pasión y la razón están interconectadas de tal manera que tanto una como otra pueden actuar como guías internas que nos ayuden a comunicar a los demás lo que deseamos y lo que necesitamos⁴.

¹ Citado por Kottler en *El lenguaje de las lágrimas* (1997).

² *Ídem*.

³ *Ídem*.

⁴ *Ídem*.

Según Kottler, a menudo “formulamos respuestas simplistas cuando no tenemos realmente idea de qué es lo que ocurre en nuestro interior. Puesto que es totalmente inaceptable responder «No lo sé» a quien pregunta por qué lloramos, en lugar de eso solemos decirle (y decirnos) algo que parezca razonable”. Sin embargo, no somos conscientes de que el llanto mantiene un significado independiente desplazable en un plano y códigos distintos al de la comunicación verbal, que por tanto, lo excluye de los procesos racionales. Así, para éste autor “lo que mostramos en el rostro no es lo que realmente sentimos”.

Más de una vez hemos escuchado decir “una imagen vale más que mil palabras”, el poder de las lágrimas se encuentra en eso, no es necesario verbalizar lo que siento para que esto tenga validez, ya que muchas veces el llanto ocurre, en palabras de Kottler “cuando los sistemas verbales están sobrecargados [...] las que comunican son las lágrimas”. De tal suerte, cuando nos faltan palabras, las lágrimas caen espontáneamente para expresar “sé que está demasiado confuso como para decirlo, pero en realidad necesita ayuda ahora mismo”⁵. Las lágrimas son, pues, una autenticación del significado. Comunican poderosa, vigorosa y honestamente lo que sientes en tu interior.

“Una lágrima, —para Tom Lutz— dice más que todas las palabras juntas”. El llanto, de acuerdo con éste autor “se presenta, a menudo, en los momentos en que somos menos capaces de expresar verbalmente emociones complejas, ‘desbordantes’, cuando somos menos capaces de articular con plenitud nuestros múltiples y entreverados sentimientos”. Así, el llanto es una expresión más genuina que las palabras.

Kottler, opina que podemos dudar de lo que la gente dice, o incluso de lo que muestran con sus acciones, pero cuando las lágrimas hacen su aparición, no nos queda otro remedio que prestar atención. “Son el punto al final de una oración, que da crédito y valor a lo que se ha dicho”. No obstante, como se observó en el capítulo dos no todas las lágrimas son genuinas, aún cuando Ciorán sugiera que son “el criterio de verdad”⁶.

⁵ Kottler, *Op. cit.*

⁶ Citado por Tom Lutz en *El llanto historia cultural de las lágrimas* (2001).

“A través de mis lágrimas cuento una historia —señala Roland Barthes—, produzco un mito de tristeza y, en lo sucesivo, me ajusto a él; puedo vivir con él porque, a través del llanto, encuentro un interlocutor enfático que recibe el más verdadero de los mensajes: el de mi cuerpo y no el de mi discurso”⁷. En ese sentido, las palabras pueden engañar con mayor facilidad en comparación con el llanto.

Para Flora Davis en *La comunicación no verbal*, “las palabras son hermosas, fascinantes e importantes, pero las hemos sobreestimado en exceso, ya que no representan la totalidad, ni siquiera la mitad del mensaje [...] las palabras pueden muy bien ser lo que emplea el hombre cuando le falla todo lo demás”. En cambio, Lutz cree que, “las lágrimas, expresan deseos complejos y contradictorios”⁸. Es más sencillo entender un mensaje cuando el código son las palabras, pero al hablar de lágrimas entramos en un mundo ambiguo y polisémico.

Barthes y Schlegel opinan que el llanto supera a las palabras en tanto forma de comunicación⁹, debido a que nuestro cuerpo, no corrompido por la cultura o por la sociedad, es naturalmente verídico, y las lágrimas son la forma esencial de discurso para este cuerpo idealizado. Kottler, asevera “el llanto es un comienzo, no el punto final de una comunicación profunda”.

Así, con Scott,

El llanto en sus distintas formas está presente desde el momento del nacimiento, y está configurado según características físicas que poseen un fuerte efecto activador sobre las personas que lo escuchan. Posee un altísimo valor informativo y [...] puede ser considerado, análogamente a los alaridos angustiosos observados en muchos animales, como una señal de peligro.¹⁰

Por ende, el llanto, es una forma temprana de comunicación, más no es un suceso primitivo, ya que su interpretación es más compleja que la del código verbal. En ese sentido, para Lutz “la capacidad de emitir llanto como respuesta no es sólo una función

⁷ *Ídem.*

⁸ *Ídem.*

⁹ *Ídem.*

¹⁰ *Ídem.*, pp. 181.

de comportamiento infantil, sino que es inherentemente una expresión de la dinámica del sistema interactivo madre-hijo”.

Podemos decir que el llanto es una de los fenómenos más primigenios en el ser humano al definirse como código que usamos para comunicarnos cuando somos pequeños. Tal es el caso, que Lutz afirma, “nacimos sabiendo cómo llorar y rápidamente aprendemos sus diversas formas de eficacia”. Sin embargo, hablar de comunicación es también hablar de cultura y sociedad. Para Roland Barthes, desde el momento que existe sociedad, “todas las funciones se transforman automáticamente en signos de esa función. Eso es posible porque existe cultura. Pero existe cultura sólo porque eso es posible”¹¹.

Para Umberto Eco “cualquier aspecto de la cultura puede convertirse [...] en una entidad semántica”, en ese sentido el llanto no puede ser la excepción. En definitiva, el semiólogo italiano agrega “significar y comunicar son funciones sociales que determinan la organización y la evolución cultural”¹². Así, el lenguaje se adapta a nuestra cultura y es la manifestación de la misma.

Ahora bien, ¿qué entendemos por comunicación? La comunicación, es para Ruesch, “la matriz en la cual se encuentran insertadas todas las actividades humanas”¹³, en el mismo sentido para Umberto Eco, “comunicar significa hablar sobre circunstancias extrasemióticas”; para él, la significación se confronta con (y la comunicación se produce dentro de) un marco global de condiciones materiales, económicas, biológicas, físicas. En suma, la comunicación engloba todos los procesos humanos.

La escuela de Chicago, autores del interaccionismo simbólico, señalan la importancia del papel de la comunicación en la vida social. Hacen énfasis en la interacción social, en la descripción y en las relaciones interpersonales. Para ellos, la

¹¹ Citado por Umberto Eco en *Tratado de semiótica general* (2005).

¹² *Ídem*.

¹³ Citado por Judith Lazar en *La ciencia de la comunicación* (1990).

comunicación no se limita a la simple transmisión de mensajes, sino que la conciben como un proceso simbólico mediante el cual una cultura se erige y se mantiene. En consecuencia, la comunicación se presenta en el arte, la arquitectura, las reglas, las normas, los ritos e incluso en la política. De ahí, el llanto se encuentra inmerso en ese proceso de comunicación.

“La cultura es sólo comunicación” y “la cultura no es otra cosa que un sistema de significaciones estructuradas”¹⁴. Sin embargo, cada cultura tiene un código de comportamiento característico, y de acuerdo con Birdwhistell “uno no puede no comunicarse”¹⁵. La comunicación es un todo integrado que engloba diversos modos de comportamiento: la palabra, el gesto, la mímica, la mirada, el espacio individual. Éste autor sugiere el análisis del contexto, en el cual se desarrolla el proceso de comunicación. No existe una correcta interpretación del suceso comunicativo sin contexto.

Ekman y Friesen consideran que puede hablarse de comportamiento comunicativo siempre que sobre un comportamiento no verbal exista un consenso, un acuerdo dado por los distintos observadores¹⁶. A su vez, Watzlawick opina, “desde el punto de vista de la pragmática de la comunicación, no existe, dentro del sistema de interacción, la posibilidad de no comunicar, sea la comunicación voluntaria o no”¹⁷. En ese sentido, toda actitud humana comunica y el llanto, por consiguiente, no puede ser la excepción.

No obstante, ¿cuáles son los límites entre comunicación y comunicabilidad? Matte Blanco las diferencia a través de la intencionalidad de comunicar un mensaje: “Toda expresión verbal o no verbal es comunicable y, por tanto, al ser susceptible de convertirse en comunicación, es una comunicabilidad, dirigida de forma consciente o

¹⁴ Eco, *Op. cit.* (2005).

¹⁵ Citado por Lazar, *Op. cit.*

¹⁶ Citado por Ricci Biti *et al.*, en *Comportamiento no verbal y comunicación* (1980).

¹⁷ Watzlawick, Paul, *et al. Teoría de la comunicación. Interacciones, patologías y paradojas* (2002).

no, a otra persona”¹⁸. Así, su capacidad de comunicar se verá definida en la medida que dominemos los distintos códigos y nuestro nivel de intención para con los otros.

Podemos decir que la comunicación no sólo incluye códigos verbales, por ende, investigadores de la comunicación señalan que en una conversación normal entre dos sujetos los componentes verbales suman menos del 35 por ciento del significado social de la situación, mientras, más del 65 por ciento del significado social pertenece a la comunicación no verbal.

Watzlawick en *Teoría de la comunicación humana*, sostiene que, todo lo que es comunicación no verbal incluye “la postura, los gestos, la expresión facial, la inflexión de la voz, la secuencia, el ritmo y la cadencia de las palabras mismas, y cualquier otra manifestación no verbal, de que un organismo es capaz, así como los indicadores comunicacionales que inevitablemente aparecen en cualquier contexto que tiene lugar una interacción”.

Para Ricci Bitti, “el hombre [...] utiliza el lenguaje y la mayor parte de su comportamiento social implica su uso; de hecho gran parte del Código No Verbal (CNV) humano se emplea estrechamente relacionado con la emisión, recepción y control de mensajes lingüísticos”¹⁹. De tal forma, podemos decir que el CNV* es sumamente extenso y se refiere a todo movimiento humano que no sea verbal. De ahí, éste autor distingue tres orígenes del CNV*:

1. ‘Origen innato’. Se constituye en el sistema neuromotriz de cada miembro sano de la especie. Se encuentran aquí los reflejos y las expresiones faciales que denotan emociones.
2. ‘Origen vinculado a la experiencia común a todos los miembros de la especie’. Todos los códigos no verbales adquiridos de la experiencia humana constante.
3. ‘Origen vinculado a la familia, la cultura o el individuo’. Se aprenden con fines instrumentales como nadar o conducir, en función de la interacción social y otros con consciencia de causa.²¹

¹⁸ Citado por Ricci Bitti *et al.*, *Op. cit.* (1980).

¹⁹ Ricci Bitti, *et al.*, *Op. cit.* (1980).

* Código No Verbal

²¹ Ricci Bitti, *et al.*, *Op. cit.* (1980), pp. 108-109.

El llanto tiene su origen como código dentro de los innatos, no obstante, de acuerdo al contexto es como podemos saber el tipo de lágrimas de las que hablamos e interpretar su significado. Por ejemplo, en el origen innato, tenemos las lágrimas que de acuerdo con nuestro capítulo uno se consideran basales; las de origen vinculado a la experiencia en común, constituirían las reflejas, todos las experimentamos sin importar la cultura, y por último, las de origen vinculado a la familia, la cultura o el individuo, son las lágrimas emotivas que se desencadenan en rituales y/o ceremonias sociales.

En ese sentido, Kottler, señala que,

En el nivel superficial, las lágrimas son portadoras de mensajes no verbales para alertarse a uno mismo o [...] a los demás de que se está produciendo una activación emocional [...] sin embargo, en el nivel más profundo también comunican otras cosas [...] según la expresión del rostro, la postura corporal, la colocación espacial, el tono de la voz y otras señales, las lágrimas indican una cantidad de mensajes posibles.²²

Simultáneamente, Ricci Bitti distingue cinco maneras de significar el comportamiento no verbal a través de la:

1. 'Relación pictórica'. El gesto, al trazar la figura de un acontecimiento, de un objeto, de una persona, muestra su significado.
2. 'Relación espacial'. El gesto indica la distancia entre personas, objetos, ideas. Es icónica.
3. 'Relación rítmica'. El gesto describe el curso de alguna actividad, traza el fluido de una idea, acentúa una frase particular. Es icónico.
4. 'Relación cinética'. El gesto realiza toda o una parte de la representación de una acción. El código puede ser icónico o intrínseco.
5. 'Relación indicativa'. El gesto indica personas, objetos, partes del cuerpo, un lugar, una actitud abstracta. Es intrínseco.²³

De tal suerte, de la relación que se establezca entre el CNV* y el gesto, las interpretaciones serán diversas y el llanto en medio de ellas puede encajar perfectamente en cualquiera de ellas, dependerá del tipo de lágrimas y de sus desencadenantes: la empatía, los rituales, las pérdidas u otras.

²² Kottler, *Op. cit.*, pp. 108-109.

²³ Ricci, *Op. cit.* (1980), pp. 107-108.

* Código No Verbal

Ahora bien , para Argyle el CNV* tiene tres funciones: 1) gestión y control de la situación social inmediata, ayuda a exteriorizar actitudes; 2) apoyo y complemento de la comunicación verbal y 3) sustitución de la comunicación verbal, (aquí entran los lenguajes de signos y los gestuales)²⁴. Asimismo, surgen cuatro interpretaciones para el CNV: 1) en términos de *status* y personalidad, 2) en términos de estado emotivo, 3) en términos de actitudes personales e 4) interpretación de la dinámica de una interacción en acto. Dentro de esos mismos parámetros, el llanto ocupa y tiene una distinta significación, por ejemplo, en términos de *status*, no significa lo mismo que un senador llore en público a que un niño pequeño lo haga en el mismo contexto, porque mientras en el primero sus lágrimas se pueden interpretar como una estrategia para ganar adeptos, en el segundo son simplemente significado de cansancio, hambre o dolor.

Para Ekman y Friesen el CNV* es un lenguaje de relación basado en sensaciones y como medio primario para indicar las transformaciones de calidad durante las relaciones interpersonales²⁵. También es considerado canal principal para expresar o comunicar emociones, ya sea por motivos de tipo fisiológico (donde se colocaría el llanto) o por prioridad del CNV durante los años de formación del desarrollo de la personalidad. A su vez distinguen una función elemental que es el lenguaje del cuerpo y por último una función meta-comunicativa es decir, suministra elementos para interpretar el significado de las expresiones verbales.

Una forma de CNV es el llanto, el investigador social Wolff, realizó un análisis espectrográfico en bebés e identifico tres significados a sus llantos de acuerdo al tipo de éste:

- 1) *Llanto de hambre*. Se caracteriza por un comienzo lento; cuando se empieza a oír es sumiso, arrítmico; luego se hace más intenso y más acompasado. Durante la infancia es un grito espiratorio que se alterna con un silbido inspiratorio.
- 2) *Llanto de dolor*. Es intenso desde el principio, a un grito repentino intenso, y prolongado, le sigue un período de silencio absoluto debido a la apnea; luego la apnea cesa, y breves y trabajosas inspiraciones se alternan con hipos espiratorios.

²⁴ Citado por Ricci Biti, *et al.*, *Op. cit.* (1980).

²⁵ *Ídem*.

3) *Llanto de rabia*. Es un llanto furioso o enojado caracterizado por la misma secuencia temporal del modelo básico (llanto-pausa-inspiración-pausa [...]), pero se diferencia de éste por la duración de los diferentes componentes físicos.²⁶

Para éste autor, inicialmente “el llanto es provocado sobre todo por una actividad visceral intensa, pero las condiciones de inhibición y desencadenamiento van siendo, a lo largo del tiempo, cada vez más amplias”.

Wolff al igual que Brackbill y Robson sugieren que el cese del llanto se asocia con la sensación de bienestar, no obstante esto es en bebés, habría que considerar si ocurre lo mismo en adultos. El bienestar como se observó en el capítulo dos se vincula con la capacidad de derramar lágrimas y sentir cierto alivio, sin embargo la relación es ambigua; lloramos para sentirnos mejor, pero cuando nos sentimos mejor dejamos de llorar.

En palabras de Kottler, “las lágrimas son vehículo de diferentes mensajes que dependen de si son representaciones de agonía o de éxtasis” y “se puede distinguir entre el llanto real y el pseudollanto. Las lágrimas del primero son espontáneas, auténticas, sentidas, mientras que las del otro tipo pueden usarse con fines de manipulación”. No obstante, sin importar cual sea su uso, para éste autor “no hay otro lenguaje más compulsivo y expresivo que las lágrimas [...] ellas tienen potencialidad para expresar la mayor variedad de mensajes con los efectos más cautivantes”. El llanto, es pues una sensación auténtica, lo que es falso o fingido es la intencionalidad de quien lo emplea.

Dentro de los aspectos no lingüísticos del comportamiento no verbal se sitúan los paralenguajes, estos se refieren a cómo se dice algo y no a qué se dice. De acuerdo con Trager se dividen en: cualidad de voz y vocalizaciones, esta última a su vez se divide en caracterizadores vocales, cualificadores vocales y segregados vocales. El llanto, por su parte, lo ubica dentro de los caracterizadores vocales²⁷.

²⁶ *Ídem.*, pp. 151.

²⁷ Citado por Ricci Bitti, *et al.*, *Op. cit.* (1980).

Ahora bien, Crystal, afirma que los rasgos paralingüísticos son “combinaciones de parámetros, fisiológicamente fundados, en los que la altura, la intensidad, la duración y el silencio se hallan en relación con su identificación”²⁸. Estos tienen usos comunicativos distintos a los códigos verbales, Mahl y Schulze distinguen dos principales: la primera consiste en proporcionar una parte esencial, integral, del significado total de una elocución y la segunda, en servir como comunicativo significativo en sí mismo²⁹. En suma mientras unas sirven como soporte a lo que se dice, otras comunican por sí mismas.

“Se pueden llevar a cabo, muchas funciones sin recurrir al lenguaje”³⁰. No es sólo que los rasgos paralingüísticos y extralingüísticos de un acto verbal sean funciones compartidas por los rasgos lingüísticos sino que también esas alternativas no verbales puedan actuar como sustitutos. Birdwhistell desarrolló un sistema de transcripción del movimiento humano; con base en éste, se prevee un símbolo para cada posible movimiento humano por analogía a la transcripción fonética del lenguaje³¹.

Sin embargo, no se trata de equiparar al lenguaje con los paralenguajes y entenderlos en el mismo nivel de comunicación; porque las emociones y sentimientos, se mueven en un plano distinto al del lenguaje verbal, y tratar de encontrar equivalencia sería una labor infructuosa y demeritoria con uno respecto al otro.

No obstante, Umberto Eco afirma,

Cualquier contenido expresado por una unidad verbal puede ser traducido por otras unidades verbales; es cierto que *gran* parte de los contenidos expresados por unidades no verbales pueden ser traducidos igualmente por unidades verbales, pero igualmente cierto es que existen muchos contenidos expresados por unidades complejas no verbales que no pueden ser traducidos por una o más unidades verbales, a no ser mediante aproximaciones imprecisas.³²

²⁸ *Ídem.*

²⁹ *Ídem.*

³⁰ Robinson, W. P. *Lenguaje y conducta social* (1978).

³¹ Citado por Ricci Bitti, *et al.*, *Op. cit.* (1980).

³² Eco, *Op. cit.* (2005)., pp. 261.

En ese plano, las lágrimas entran en éste último grupo de unidades complejas no verbales sin traducción al sistema verbal. Asimismo, Eco añade, “el lenguaje verbal es el artificio semiótico más potente que el hombre conoce; pero que, a pesar de ello, existen otros artificios capaces de abarcar porciones del espacio semántico general que la lengua hablada no siempre consigue tocar”. Dentro de esos parámetros se encuentran las lágrimas.

Analizar el llanto, involucra siempre establecer un factor semiótico, hablar de contexto y de significante y significado, para saber que es lo que se quiere comunicar y con respecto a quién. Así, establecer nuestro objeto de estudio implica diferenciar entre semiosis y semiótica, para evitar futuras confusiones. Eco en *Límites de la interpretación*, señala “la ‘semiosis’ es una acción o influencia que es o implica una cooperación entre tres sujetos, un signo, su objeto y su interpretante”. De acuerdo con el semiólogo italiano, un proceso social y quizá biológico como la semiosis no puede reducirse nunca a uno, y sólo a uno, de sus perfiles posibles. Ahora bien, la rama dentro de la comunicación encargada de establecer ese proceso es la semiótica. Ella como sugiere Eco, “no se ocupa del estudio de un tipo de objeto particular, sino del estudio de los objetos ordinarios en la medida en que (y sólo en la medida en que) participan en la semiosis”.

La semiótica, por tanto, “estudia tanto la estructura abstracta de los sistemas de significación como los procesos en cuyo transcurso los usuarios aplican de forma práctica las reglas de estos sistemas con la finalidad de comunicar, es decir, de designar estos mundos posibles o de criticar y de modificar la estructura de los sistemas mismos”³³. En ese sentido, al tratar de establecer este análisis nos enfocaremos más en esta rama de la comunicación.

³³ Eco, Umberto. *Los límites de la interpretación* (1998).

4.1 Lenguaje y código

Establecer los parámetros de lenguaje y código implica definirlos. De acuerdo con Ernst Fischer, “sólo el trabajo y por medio del trabajo es que los seres vivos tienen mucho que decirse. El lenguaje surgió al mismo tiempo que los instrumentos”³⁴. Para este autor el lenguaje emerge aún cuando el hombre era animal, ya que “expresaba todas las sensaciones salvajes, violentas y dolorosas de su cuerpo, así como todas las pasiones profundas de su alma, directamente con chillidos, gritos y sonidos salvajes e inarticulados”. En ese sentido “el hombre es hombre solamente por el lenguaje; pero para inventar el lenguaje tuvo que haber sido ya hombre”.

El lenguaje, asevera Antonio Alcalá, “designa la facultad o don humano que permite la creación individual o la comunicación social. Es potencia exclusivamente humana”³⁵. Para Edward Sapir lenguaje es,

Un método exclusivamente humano, y no instintivo, de comunicar ideas, emociones y deseos por medio de un sistema de símbolos producidos de manera deliberada [...] y que varía del mismo modo como varía todo esfuerzo creador, quizá no de manera tan consciente, pero de modo tan verdadero como las religiones, las creencias, las costumbres y las artes de los diferentes pueblos.³⁶

Según Piaget, “la inteligencia precede al lenguaje”³⁷. Por ende, el lenguaje, afirma Benveniste en *Problemas de lingüística general*, “representa la forma más alta de una facultad que es inherente a la condición humana, la facultad de simbolizar [...] la facultad de representar lo real por un ‘signo’ y de comprender el ‘signo’ como representante de lo real”. Sin embargo, Goethe nos dice; “el lenguaje hace a la gente mucho más que la gente al lenguaje”³⁸. En ese sentido, el hombre ha alcanzado su nivel de conocimiento y su *status* como *homo sapiens* gracias a que desarrolló el lenguaje; así éste es lo que nos coloca en la cúspide de la evolución.

³⁴ Goded, Jaime. *Antología sobre la comunicación humana* (1976). (*El lenguaje*, pp. 15-26).

³⁵ Citado por Ismael Herrera en *Lenguaje pensamiento y realidad* (1994).

³⁶ *Ídem.*, pp. 12.

³⁷ Citado por Eco, *Op. cit.* (2005).

³⁸ *Ídem.*

Humboldt, por su parte, declaró que el lenguaje era “imagen y signo al mismo tiempo, no completamente el producto de la impresión creada por los objetos ni tampoco el producto de la voluntad arbitraria del que habla”³⁹. De acuerdo con Lince Campillo en *La influencia del lenguaje en el desarrollo del conocimiento*, “el lenguaje se entiende como la posibilidad humana de comunicación”. Éste, “puede acercarnos a un mundo que se encuentre fuera de nuestras percepciones, despierta la imaginación, la fantasía no la de las mentiras, sino la creativa, la de la investigación y el descubrimiento de las cosas que la mayoría ha dejado de percibir”. Asimismo, “un lenguaje significa imaginar una forma de vida”. Entonces, definir lenguaje significa también hablar de cultura.

Chomsky considera que, “la esencia del lenguaje está en su facilidad para aparear patrones de sonido con patrones de significado [...] que están compuestos por unidades combinadas de acuerdo a ciertas reglas”⁴⁰. No obstante, Wittgenstein y Orwell opinan que “los límites del lenguaje son en muchos aspectos los límites de nuestro mundo”⁴¹, ellos se establecen ante lo intangible, como son los sentimientos y emociones.

A su vez, Nietzsche en *Sobre verdad y mentira*, establece que, “el origen del lenguaje no sigue un proceso lógico, y todo el material sobre el que, y a partir del cual, trabaja y construye el hombre de la verdad, el investigador, el filósofo, procede, si no de las nubes, en ningún caso de la esencia de las cosas”. El filósofo alemán, asevera “no es cierto que la esencia de las cosas se manifieste en el mundo empírico”, tal como ocurre con el eje motor del llanto, se encuentra en un plano intangible.

Por tanto, resulta interesante la propuesta de Ernst Cassirer en *El mito del Estado*, donde sugiere que, “el lenguaje se compone de nombres generales, pero la generalidad implica siempre ambigüedad”. Para éste, “el lenguaje humano es metafórico en su esencia misma; está lleno de símiles y analogías”. O sea que aprenderlo y adoptarlo

³⁹ Citado por Ernst Fischer en *Lenguaje*, ver *Antología sobre la comunicación humana* (1976).

⁴⁰ Citado por Robinson en *Lenguaje y conducta social* (1978).

⁴¹ Citado por Rosa Ma. Lince Campillo en *La influencia del lenguaje en el desarrollo del conocimiento* (oct-dic 1996), pp. 71-107.

implica analizar el contexto, conocer adecuadamente los usos y los significados del mismo. De ahí, el llanto requiere el análisis de su situación específica para su interpretación.

Por otra parte, Morris ofrece una descripción más amplia de lenguaje y lo delimita con base a cuatro características:

- a) una pluralidad de signos arbitrarios que tienen
- b) una significación común para un grupo de organismos, y
- c) una significación independiente de la situación inmediata,
- d) que son producidos y recibidos por quienes los usan;
- e) se trata de un sistema en el que los signos están articulados mediante ciertas reglas de combinación.⁴²

De esa forma, el lenguaje implica un grado profundo de conocimiento y un alto nivel de racionalización. No obstante, los parámetros de significación de Morris reducen su definición a un plano verbal con reglas gramaticales que obviamente el llanto no posee por tratarse de un convenio social no estipulado pero entendido y desarrollado culturalmente.

Benveniste en *Problemas de lingüística general*, señala que el lenguaje humano se caracteriza porque “cada enunciado se reduce a elementos que se dejan combinar libremente según reglas definidas, de suerte que un número de morfemas bastante reducido permite un número considerable de combinaciones, de donde nace la variedad del lenguaje humano, capacitado para decir todo”. En suma, para éste autor, “la sociedad [...] es condición del lenguaje”. Sin embargo, esta descripción resulta limitada, porque existen situaciones que bajo los parámetros de Eco son intraducibles o se pierden en la interpretación.

Así pues, Ricci Bitti asevera, el lenguaje “es el sistema de comunicación más poderoso y eficaz, el atributo más típicamente humano y universalmente reconocido como único del hombre. Su aspecto esencial es el de ser un sistema de comunicación inserto en una situación social [...] el lenguaje es instrumento de objetivación y

⁴² Citado por Robinson, *Op. cit.*, pp. 14.

legitimación de la realidad existente”⁴³. Además, “el lenguaje es el instrumento fundamental por el que se transmiten los modelos de vida, cultura, manera de pensar y actuar, normas y valores de una sociedad”.

En ese punto podemos afirmar que cultura, sociedad y lenguaje se encuentran estrechamente ligados. El llanto, bajo ésta perspectiva, es un lenguaje por ser parte sustancial de una cultura y estar facultado para legitimizar una realidad tangible como lo es: un duelo o una pérdida, sin importar que la interpretación de emociones y sentimientos sean intraducibles. No obstante, la capacidad del llanto para ser lenguaje recae en la reducción de las reglas sociales, es decir cuando éste se experimenta en grupos más pequeños convirtiéndose a su vez en código, aún cuando el duelo y el dolor sean reglas universales.

También, Ricci Bitti señala que “la lingüística [...] considera al lenguaje como un sistema de sonidos y símbolos y tiene como propósito llegar a la elaboración de afirmaciones generales sobre la estructura de tales datos” y mientras, la lingüística tradicional de Pierce distingue tres niveles de análisis para el lenguaje: la fonética; la sintaxis y la semántica; el esquema de Bitti anexa la pragmática⁴⁴. Así, la fonética se encarga de los signos lingüísticos y los sonidos; la sintaxis conforma los principios que determinan la formación de las frases; la semántica se encarga del estudio del significado, la forma en la que cada elemento significa; y por último la pragmática estudia la relación entre los signos lingüísticos y quienes los usan, es decir, el modo como el lenguaje es empleado en la práctica.

De tal suerte, Ricci agrega que “el lenguaje no puede ser estudiado simplemente como un código sin tomar consideración el papel crítico de la semántica, en cuanto que el código es sólo un vehículo de transmisión de mensajes o de significados”. Conviene considerar no sólo las relaciones entre los hablantes y su lenguaje, entre los oyentes y

⁴³ Ricci Bitti, *et al. La comunicación como un proceso social* (1990).

⁴⁴ Citado por Mauricio Beuchot en *La semiótica. Teorías del signo y el lenguaje en la historia*. (2004).

las frases que comprenden, sino centrar la atención en cómo se usa el lenguaje en las diversas actividades y relacionar los diversos tipos con las distintas clases de situación.

Para Berger y Luckmann, “la vida cotidiana es sobre todo vida con y por medio del lenguaje, que comparto con mi prójimo. La comprensión del lenguaje es [...] esencial para toda comprensión de la realidad de la vida de cada día”⁴⁵. En ese sentido, el lenguaje surge como respuesta a una necesidad interna frente a los otros y se adecua a los requerimientos de la realidad que se ofrece.

Es importante destacar que lenguaje y lengua no son lo mismo. Para Saussure “el lenguaje es la noción que se utiliza habitualmente entre los psicólogos: un conjunto complejo de procesos [...] que hace posible el aprendizaje, la adquisición y la utilización concreta de cualquier ‘lengua’ y que al propio tiempo ha hecho posible la creación de la ‘lengua’ como fenómeno general”⁴⁶. Mientras tanto, “la lengua es el objeto de la lingüística, ésta se encuentra constituida por el sistema gramatical, lexical fonemático, que virtualmente existe en todo cerebro, “algo que existe en todo individuo, aunque es común a todos y se encuentra ubicado fuera de la voluntad de los depositarios”.

De acuerdo con Schelling “la unidad ideal como disolución de lo singular en lo general, de lo concreto en concepto se objetiva en el discurso o el lenguaje. El lenguaje es, realmente contemplado, la misma disolución de lo concreto en lo general, del ser en el saber que el pensamiento en lo ideal”⁴⁷. Mientras la lengua es, por una parte, la expresión inmediata de algo ideal —del saber, del pensar sentir, querer, etc.— en algo real, y por lo tanto es ella misma una obra de arte. En ese sentido, el lenguaje es un concepto más amplio y general, mientras la lengua alude a la inmediatez y especificidad.

Émile Benveniste en *Problemas de lingüística general*, sugiere, “la lengua reproduce la realidad [...] es producida nuevamente por mediación del lenguaje. El que

⁴⁵ Citado por Ricci Bitti, *et al.*, *Op. cit.* (1990).

⁴⁶ *Ídem.*

⁴⁷ Schelling, F. W. *Filosofía del arte* (1949).

habla hace renacer por su discurso el acontecimiento y su experiencia del acontecimiento”. Así, el lenguaje reproduce el mundo, pero “sometiéndolo a su organización propia. Es *logos*, discurso y razón al tiempo”. El llanto, dentro de esos parámetros, nos ayuda a reconstruir nuestro mundo derrumbado, al ser las lágrimas portadoras de un espíritu de renovación.

De acuerdo con Benveniste:

El principio fundamental es que la lengua constituye un sistema, cuyas partes todas están unidas por una relación de solidaridad y de dependencia. Este sistema organiza unidades [...] que se diferencian y se delimitan mutuamente. La doctrina estructuralista enseña el predominio del sistema sobre los elementos, aspira a deslindar la estructura del sistema a través de las relaciones de los elementos, tanto en la cadena hablada como en los paradigmas formales, y muestra el carácter orgánico de los cambios a los cuales la lengua está sometida.⁴⁸

De ahí, Benveniste señala, “en y por la lengua como individuo y sociedad se determinan mutuamente”. En consecuencia, “la sociedad no es posible más que por la lengua; y por la lengua también el individuo”.

Según Saussure “la lengua es un sistema de signos que expresan ideas y, por esa razón, es comparable con la escritura, el alfabeto de los sordomudos, los ritos simbólicos, las formas de cortesía, las señales militares, etc.”⁴⁹. En *Curso de lingüística general* Saussure agrega “la lengua es un sistema que no conoce más que su orden propio [...] sistema de signos arbitrarios [...] y en el que todas las partes pueden y deben considerarse en su solidaridad sincrónica”⁵⁰. Es importante considerar que para él autor, no es sólo una conjunción de sonidos con conceptos, debido a que no se puede aislar del sistema de que forma parte, en efecto, para su análisis hay que tomar en cuenta “la totalidad solidaria para obtener por análisis los elementos que encierra”.

Por su parte, Roland Barthes nos dice, “la lengua es un objeto intermedio entre el sonido y el pensamiento”⁵¹. Mientras para Meillet “cada lengua es un sistema

⁴⁸ Benveniste, Emile. *Problemas de lingüística general* (1989)., pp. 98.

⁴⁹ Citado por Eco, *Op. cit.* (2005).

⁵⁰ Citado por Benveniste, *Op. cit.*

⁵¹ Gode, Jaime. *Antología sobre la comunicación humana* (1976). (*Significado y significante*, pp. 257-275).

rigurosamente dispuesto, en el que todo se sostiene [...] un sistema complejo de medios de expresión [...] en el que todo está en una dependencia estrecha”⁵². En ese sentido, podemos decir, que lenguaje es más general que una lengua y abarca un espectro más amplio en cuanto a expresiones y acciones, con respecto a la segunda.

Ahora bien, es conveniente establecer una distinción entre lengua y código. Por una parte, para Ricci Bitti, “el código [...] es un conglomerado semiótico autónomo cuyas modalidades de existencia son abstractas e independientes de cualquier posible acto de comunicación que las realice”⁵³ y por otra Umberto Eco, asevera, “lo que hace un código es proporcionar las reglas para generar signos como ocurrencias concretas en el transcurso de la interacción comunicativa”⁵⁴. Un código establece la correlación de un plano de la expresión con un plano del contenido. Asimismo, un código, establece tipos generales, con los que produce la regla que genera *tokens* o especímenes concretos, es decir, aquellas entidades que se realizan en los procesos comunicativos y que comunmente llamamos signos.

Para Eco “el código no impide comprender una proposición que comunmente se considere falsa. Antes bien, permite comprenderla y comprender que es, culturalmente hablando, falsa”. Para el semiólogo italiano, el código es una entidad doble que establece, por un lado, relaciones semánticas y, por otro, reglas para las combinaciones sintácticas. Asimismo, asevera que “una lengua no es un código porque no se limita a asociar significantes con significados, sino que además, proporciona reglas discursivas [...] mientras que un código debe proporcionar información directa, una lengua sirve también para transmitir presuposiciones, es decir, lo que ya es conocido e indispensable para comprender lo que se dice”. Por ende, un código crea las condiciones necesarias para la transmisión del contenido, así, en ocasiones ellos facilitan la aparición del llanto culturalmente.

⁵² *Ídem*.

⁵³ Ricci Bitti, *et al.*, *Op. cit.* (1980).

⁵⁴ Eco, *Op. cit.* (2005).

No obstante, Umberto Eco afirma, “el código es un retículo complejo de subcódigos y mientras el primero, es la noción más generalizada del uso del término; los segundos, implican un uso más particular del mismo”⁵⁵. En otras palabras, los subcódigos tienen una gramática interna y pueden ser considerados como estructuras. El código representa un sistema de estados discretos superpuestos a la equiprobabilidad del sistema de partida, para permitir dominarlo comunicativamente. En suma, “el código existe porque existen subcódigos y los subcódigos existen porque existe o ha existido, o podrá existir, un código”, en otras palabras, ambos se retroalimentan..

Ahora bien, Eco, habla de extracodificación, es decir, de los códigos que se emplean cuando ya existe un código, son una especie de subcódigos. Así, distingue dos tipos de extracodificación una de mayor complejidad denominada ‘hipercodificación’ y otra de naturaleza más simple y primitiva ‘hipocodificación’⁵⁶. La primera es de orden inductivo y en ella se engloban los lenguajes más específicos como los científicos o los empleados por los especialistas, por ejemplo en una crítica teatral. La segunda es deductiva, es una operación aproximada, una interpretación de algo aún cuando no se dispone del código. De ahí, la hipercodificación avanza desde códigos existentes hasta subcódigos más analíticos, mientras, la hipocodificación avanza desde códigos inexistentes hasta códigos potenciales o genéricos.

De acuerdo con Eco, la paralingüística es un ejemplo de hipercodificación y en ese sentido, el llanto se engloba dentro de la hipercodificación. Sin embargo, para el semiólogo italiano, “hiper- e hipo-codificación se quedan a medio camino entre la teoría de los códigos y teoría de la producción y la interpretación de signos, al producir enunciados metasemióticos que introducen en los códigos nuevas funciones de signo”. La propia multiplicidad de los códigos y la indefinida variedad de los contextos y de las circunstancias, de acuerdo con Umberto Eco, hace que un mismo mensaje pueda codificarse desde puntos de vista diferentes y por referencia a sistemas de convenciones distintos.

⁵⁵ *Ídem.*

⁵⁶ *Ídem.*

Prieto, clasifica los códigos según su modo de articulación:

- a) *Códigos sin articulación*, entre los cuales figuran los *códigos* de sema único (como el bastón blanco del ciego que significa gracias a la oposición 'presencia vs ausencia') y los *códigos de significante cero* (como lo muestra almirante a bordo, cuya presencia denota la presencia del almirante en la nave, y la ausencia del contrario);
- b) *Códigos con la segunda articulación*, en los que se encuentran unidades desprovistas de significado que forman unidades provistas de significado que no se pueden combinar de otro modo (por ejemplo números de autobús con dos cifras, en que el número significa la línea pero las cifras aisladamente no tienen significado);
- c) *Códigos con la primera articulación*, en que unidades provistas de significado, pero que no pueden analizarse de otro modo, se combinan en sintagmas mayores (como, por ejemplo, la numeración de las habitaciones de un hotel, en que la primera cifra indica el piso y la segunda la posición de la habitación);
- d) *Códigos con dos articulaciones*, en que figuras carentes de significado se componen en unidades dotadas de significado que a su vez, se combinan en sintagmas (como en el lenguaje verbal).⁵⁷

Sin embargo, contamos con códigos diversos para los distintos roles sociales que jugamos, tenemos uno para los amigos, para la familia, otro para la oficina, la escuela, etc., de acuerdo a los espacios donde nos desenvolvamos. Ricci Bitti encierra lo anterior dentro de los actos de comunicación, o sea, los pactos tácitos entre los interlocutores, que se refieren a una realidad social temporalmente compartida. "Lo que se da a conocer puede ampliar el ámbito de esta realidad social compartida, sólo si va entreverado con lo que se considera, por parte del hablante y del oyente, como el problema existente". Así, toda frase, en su contexto específico, puede ser analizada inicialmente como una ecuación compleja, que contenga otras entidades desconocidas por el oyente antes del acto lingüístico.

Umberto Eco en *Tratado de semiótica general* define el código como "un sistema de significación que reúne entidades presentes y entidades ausentes". Eso ocurre con el llanto, la materia presente son las lágrimas, mientras las entidades ausentes son todo lo que sucede en nuestro interior. Sin embargo, Eco considera que "siempre que una cosa materialmente presente a la percepción del destinatario presenta otra cosa a partir de reglas subyacentes, hay significación". Lo anterior, complica que el llanto pueda entablar un código, no obstante, si se considera que el llanto se sujeta a las normas y

⁵⁷ Citado por Eco, *Op. cit.* (2005), pp. 334-335.

convenciones sociales de la cultura a sus rituales y ceremonias no queda descartada la posibilidad de ser un sistema mucho más libre en el que las lágrimas son el signo del lenguaje social y por tanto se erigen dentro de los paralenguajes por ser más complejos.

En cambio, cuando no se comparte ese código se llegan a un quiebre en la comunicación, o en palabras de Eco llegamos a ‘códigos no reconocidos’. Para ello, en *Tratado de semiótica general*, cita un ejemplo en el que el pintor Durero representa un rinoceronte con escamas, por lo cual no es reconocido como rinoceronte por el espectador, o sea, no se comprende porque el código no es compartido. Entonces, podemos añadir que el problema con el llanto es similar al citado por Eco, ya que el código no se encuentra culturalmente aceptado y de ahí que muchas personas omitan o no comprendan su significado, en términos de éste autor, las lágrimas no son un ‘código reconocido’.

Hasta este punto podemos decir que el llanto es un lenguaje cuyo código se sujeta al contexto y a la situación lacrimonal. Las lágrimas son así, el significante de nuestro proceso comunicativo, mientras el ritual o la ocasión para llorar son el significado. Para, el semiólogo italiano, “una cultura, al definir sus objetos, recurre a algunos códigos de reconocimiento que identifican rasgos pertinentes y caracterizadores del contenido. De tal forma, muchas veces se generan unidades expresivas que “remiten no tanto a lo que se ve del objeto, sino a lo que se sabe o a lo que se ha aprendido a ver”.

Por tanto para Eco, el código se puede considerar entre los rasgos del contenido de numerosas entidades culturales de orden: ‘óptico’, depende de una codificación de la experiencia perceptiva anterior; ‘ontológico’, concierne propiedades que son perceptibles de hecho, pero que la cultura atribuye igualmente al objeto, y ‘convencional’, depende de convenciones iconográficas que han caracterizado intentos precedentes de reproducir propiedades ópticas.

Las lágrimas, así pues, son un elemento importante en nuestra vida cotidiana que contienen un código específico, en palabras de Sapir “respondemos a los gestos con

especial viveza y se podría decir que conforme a un código que no está escrito en ninguna parte, que nadie conoce pero que todos comprendemos”⁵⁸. Dentro de esos parámetros se ubica el llanto.

De acuerdo con Kottler, diferentes mensajes se comunican a través de éste comportamiento: expresiones de tristeza, dolor y desesperación; exhibición de alegría y exaltación; descarga de tensión, frustración, aprensión, expresión de cólera y de rabia. Entre todas las diversas expresiones que forman parte de éste lenguaje⁵⁹.

El lenguaje, es pues un cúmulo de constante interacción, donde los usuarios del mismo lo crean, recrean y adecuan de acuerdo a sus necesidades. Ahora bien, para poder transformar los estados del mundo, de acuerdo con Umberto Eco, “hay que nombrarlos y organizarlos estructuralmente. Pero, apenas nombrados, ese sistema de sistemas de signos llamado ‘cultura’ —que organiza también el modo en que se piensan y discuten las fuerzas materiales— puede asumir un grado de independencia extrarreferencial que una teoría de los códigos debe respetar y analizar con toda su autonomía”⁶⁰.

Van Dijk en *Análisis del discurso ideológico*, considera a los usuarios del lenguaje como “miembros de comunidades, grupos u organizaciones y se supone que hablan, escriben o comprenden desde una posición social específica”. Asimismo, añade “los usuarios del lenguaje no son solamente miembros de grupos sociales, también son personas con una historia personal propia (biografía), experiencias acumuladas, principios y creencias personales, motivaciones y emociones, y están dotados de una personalidad ‘singular’ que define en su totalidad el tipo y la orientación de sus acciones”. Por lo tanto, eso también aplica para los usuarios de las lágrimas.

Para van Dijk, “las personas utilizan el lenguaje para comunicar ideas o creencias (o para expresar emociones) y lo hacen como parte de sucesos sociales más complejos

⁵⁸ Sapir, Edward. *El lenguaje* (2004).

⁵⁹ Kottler, *Op. cit.*

⁶⁰ Eco, *Op. cit.* (2005).

[...] el uso del lenguaje no se limita [...] al lenguaje hablado, sino que incluye el lenguaje escrito, la comunicación y la interacción escritas⁶¹. Además, éste autor distingue tres dimensiones del discurso: uso del lenguaje, comunicación (cognición) e interacción.

En efecto, establecer los límites del lenguaje y la ambigüedad de sus significados no es tarea sencilla, sin embargo, es importante resaltar la postura de Eco en *Límites de la interpretación*,

Decimos que el crecimiento de un árbol obedece a reglas sintácticas. Pero no podemos decir que el crecimiento de un árbol obedezca a las reglas de un sistema de signos, porque un sistema de signos está compuesto por una sintaxis y también por una semántica (por no hablar de posibles reglas pragmáticas).⁶²

En ese sentido, aunque todo puede estar cargado de significado no todo conforma un código y son sólo unidades aisladas.

Ante ese problema es conveniente aclarar que el llanto en una cuestión formal, no obedece a las reglas de código, sin embargo se le puede catalogar dentro de los parámetros del lenguaje, porque sus unidades de significación son más ilimitadas, aún cuando éste no sea, en palabras, de Eco un ‘código reconocido’

Ahora bien, ante ese conflicto es importante resaltar que la falta de reconocimiento se debe en gran medida a que “el hombre urbano —de acuerdo con Antonio Delhumeau en *El hombre teatral*— ha olvidado que piensa y habla con el cuerpo, no sólo en el sentido emocional que se le da ahora al lenguaje corporal, sino por el simple hecho de que su cuerpo es todo e incluye sin duda a los órganos del pensamiento y del habla”.

En palabras de Kottler “el llanto trasciende el lenguaje, elude la parte del cerebro que decodifica las palabras y se hunde en nuestro corazón”. A su vez, “el llanto es un lenguaje de verdadera conversación, no sólo de información de tus percepciones y tu experiencia. No sólo es un intento de decir algo, sino que al mismo tiempo pide una respuesta particular que implique tanto la cabeza como el corazón”. En suma, para éste

⁶¹ Dijk, Teun van. *El discurso como estructura y proceso* (2000).

⁶² Eco, *Op. cit.* (1998)., pp. 242.

autor, “una forma universal de expresión emocional es el lenguaje de las lágrimas, aun cuando haya diferentes acentos y peculiaridades de sintaxis, gramática y vocabulario”.

De tal suerte, el llanto dentro de los fenómenos sociales existe para comunicar lo que no se puede decir en lenguaje estrictamente verbal y aún cuando no sea considerado por los lingüistas como lenguaje, sino como un paralenguaje, eso no le resta importancia dentro del plano de la comunicación porque finalmente, una lágrima dice más que mil palabras.

4.2 Significante y significado

En este punto, establecer y comprender como se generan los signos es parte sustancial para llegar a su posible significación e interpretación. Así, definir algo es, para Aristóteles, “proporcionar un género y una diferencia específica: género más diferencia circunscriben la especie”⁶³. Por su parte, Hegel sostiene, “el concepto es el tiempo de la cosa”⁶⁴. De tal suerte, él siempre está allí donde la cosa no está, llega para reemplazar a la cosa y en la medida que lo pronunciamos evocamos la imagen del mismo. No obstante esa imagen es individual y netamente correlacional a mi experiencia. Para el filósofo alemán “es el concepto el que hace que la cosa esté allí, aun no estando allí”.

Ahora bien, San Agustín nos dice, el signo “es la cosa que, además de la especie que introduce en los sentidos, hace pasar al pensamiento de otra cosa distinta”⁶⁵. Asimismo, él distingue los signos en ‘naturales’ y ‘artificiales’, los primeros son “sin voluntad y sin ningún deseo de que signifiquen, además de sí mismos hacen conocer algo distinto de ello, como lo hace el humo, que significa el fuego” y los segundos también conocidos como ‘signos dados’, “son los que mutuamente se dan los vivientes

⁶³ Citado por Eco, *Op. cit.* (1998).

⁶⁴ Citado por Jacques Lacan en *El seminario de Jacques Lacan. Libro 1: los escritos técnicos de Freud. 1953-1954.* (1981).

⁶⁵ Citado por Beuchot, *Op. cit.*

para manifestar, en cuanto pueden, los movimientos de su alma, o cualquier cosa que sienten o entienden”.

Para Pierce un signo es “toda cosa que determina alguna otra cosa a referirse a un objeto al que ella misma se refiere [...] representa algo para la idea que produce o modifica [...] aquello que representa se llama su objeto; aquello que transmite su significado; y la idea que da origen es su interpretante”⁶⁶. En suma, para Pierce “el significado de una representación no puede ser otra cosa que una representación” y “un signo es algo que, al conocerlo, nos hace conocer algo más”.

Mientras tanto, Saussure señala, “un signo es la correspondencia entre un significante y un significado”⁶⁷. “El signo ‘expresa’ ideas, en el sentido de que eran fenómenos mentales que afectaban a una mente humana”. No obstante, para Morris, “algo es un signo sólo porque un intérprete lo interpreta como signo de algo”⁶⁸.

El problema al definir el signo radica en que es arbitrario, para algunos autores, no existe relación entre éste y lo que significa, Pierre Guiraud habla de motivación:

La motivación es una relación natural entre el significante y el significado. Una relación que está en su naturaleza: en su substancia o en su forma [...] cuanto menos fuerte es la motivación, más constrictiva debe ser la convención y [...] ésta sola puede asegurar el funcionamiento del signo en el cual ya no hay ninguna relación sensible entre significante y significado. El signo es llamado en ese caso inmotivado o arbitrario.⁶⁹

Asimismo, Watzlawick en *Teoría de la comunicación humana*, nos dice, “las palabras son signos arbitrarios que se manejan de acuerdo con la sintaxis lógica del lenguaje. No existe ningún motivo por el cual las cuatro letras ‘g-a-t-o’ denotan a un animal particular”. En cambio, Ernst Fischer resalta que los primeros hombres no hicieron una distinción clara entre su actividad y el objeto con el que estaba relacionada; ambos formaban una unidad indeterminada⁷⁰. Aunque la palabra se convirtió en un

⁶⁶ Citado por Eco, *Op. cit.* (2005).

⁶⁷ Citado por Eco, *Op. cit.* (1998).

⁶⁸ *Ídem.*

⁶⁹ Goded, Jaime. *Antología sobre la comunicación humana* (1976). *El signo y la significación*, pp. 252.

⁷⁰ *Ídem.*, *El lenguaje*, pp.15-26

signo (que ya no era una simple expresión o imitación), todavía éste signo abarcaba una multitud de conceptos; sólo gradualmente se llegó a la pura abstracción.

Así, al llegar a la abstracción el hombre formuló sus primeros signos. De acuerdo con Pierre Guiraud, “un signo es un estímulo [...] cuya imagen mental está asociada con nuestro espíritu a la imagen de otro estímulo que ese signo tiene por función evocar con el objeto de establecer una comunicación”⁷¹. Éste autor sugiere, “el signo es siempre la marca de una intención de comunicar un sentido”.

De tal suerte el hablar de signo implica forzosamente el uso de un significado o sentido para el mismo. Por ende, Benveniste en *Problemas de lingüística general*, sugiere, “se llama signo al total resultante de la asociación entre un significante y un significado”, así, la “naturaleza del signo es arbitraria [...] es inmotivado [...] con el cual no tiene nexos alguno con la realidad”. Para éste autor “el signo es arbitrario sólo para quien se limite a verificar desde fuera el vínculo establecido entre una realidad objetiva y un comportamiento humano y se condene así a no ver en él más que contingencia”.

Por otra parte existe la teoría de la concatenación de los signos, es decir estos —los signos— refieren a otros significados como lo señala Roland Barthes, “los signos remiten necesariamente a una relación entre dos relatos”. Osea entre significante y significado. En otras palabras “un signo es una cosa que, además de la especie introducida por los sentidos, remite, de por sí, la mente a otra cosa”⁷².

De acuerdo con Barthes el signo está “compuesto por un significante y un significado. El plano de los significantes constituye el plano de la expresión y el de los significados el plano de contenido”. En ese sentido, las lágrimas son signo mientras el significante lo otorga la situación y el significado en interprete. Éste, es pues, uno de los *relatos* del signo; la única diferencia que le opone al significante es que éste último es un mediador. A su vez, “el signo es una porción de sonoridad, visualidad [...] la

⁷¹ *Ídem.*, *El signo y la significación*, pp. 249-255.

⁷² *Ídem.*

significación puede concebirse como un proceso. Se trata del acto que une al significante y significado, acto cuyo producto es el signo”. En esa misma línea encontramos a Hjelmslev, para él no existen signos sino, funciones semióticas⁷³. Así, una función semiótica se realiza cuando dos funtivos (expresión y contenido) entran en correlación mutua.

Ahora bien, para Eco, en *Tratado de semiótica general*, un signo es “cualquier cosa que pueda considerarse como sustituto significante de cualquier otra cosa. Esa cualquier otra cosa no debe necesariamente existir ni debe subsistir de hecho en el momento en que el signo la represente”. Es decir, un signo es todo lo que, a partir de un convención aceptada previamente, pueda entenderse como alguna cosa que está en lugar de otra.

“El destinatario humano —asevera Eco—, es la garantía metodológica de la existencia de la significación [...] pero, de igual modo, la supuesta presencia del emisor humano no es en absoluto garantía de la naturaleza del signo de un supuesto signo”. No obstante, existe signo siempre que un grupo humano decide usar una cosa como vehículo de cualquier otra. Éste autor, define dos tipos de supuestos signos que escapan a una definición en términos comunicativos: a) fenómenos físicos que proceden de una fuente natural y b) comportamientos humanos emitidos inconscientemente por los emisores —las lágrimas se úbican en éste—.

Además, la división de los signos la realiza este autor de acuerdo a los modos de producción; estos se deben a un proceso triple: el proceso de manipulación del *continuum** expresivo; el proceso de correlación de expresión formada con un contenido; el proceso de conexión entre esos signos y fenómenos cosas o estados del mundo reales. De acuerdo con Eco, “un signo está consituido siempre por uno (o más) elementos de un plano de la expresión colocados convencionalmente en correlación con uno (o más) elementos de un plano del contenido”. El semiólogo italiano, distingue

⁷³ *Ídem*.

* Eco usa ese término para referirse al conjunto de expresiones que se codifican a través de los signos, en la etapa que precede a la formación de los signos.

algunas características de los signos: un signo no es un entidad física y tampoco una entidad semiótica fija. “Los signos son, en ese sentido, los resultados provisionales de reglas de codificación que establecen correlaciones transitorias en las que cada uno de los elementos está por decirlo así, autorizado a asociarse con otro elemento y a formar un signo sólo en determinadas circunstancias previstas por el código”.

Por otra parte, para Beuchot, el signo “es todo aquello que representa otra cosa. Es decir, lo que está en lugar de otra cosa, que hace sus veces. La cosa representada es el significado”⁷⁴. Así, hablar de signo implica definir qué entendemos por significado y significación.

En primer lugar, para establecer los límites del significante y el significado tenemos que recurrir al uso de la semiótica, y en segundo a la definición de semiosis, “es el proceso por el que los individuos empíricos comunican y los sistemas de significación hacen posibles los procesos de comunicación”⁷⁵. La semiosis para Eco es un fenómeno, mientras la semiótica es un discurso teórico sobre los fenómenos semióticos. Para el semiólogo italiano “cualquier proceso de comunicación entre seres humanos presupone un sistema de significación como condición propia necesaria”⁷⁶. Por ende el llanto no puede ser la excepción.

La comunicación incluye la significación, pero no a la inversa el significante por sí solo no implica un acto comunicativo. De acuerdo con Eco, “el acto perceptivo del destinatario y su comportamiento interpretativo no son condiciones necesarias para la relación de significación: basta con que el código establezca una correspondencia entre lo que representa y lo representado”. O sea, las lágrimas en su calidad de signo significan sin la necesidad de la interpretación de un tercero.

“El significante y el significado, de acuerdo con Benveniste, la representación mental y la imagen acústica, son pues en realidad las dos caras de una misma noción y

⁷⁴ Beuchot, *Op. cit.*

⁷⁵ Eco, *Op. cit.* (2005).

⁷⁶ *Ídem*

se componen como incorporante e incorporado. El significante es la traducción fónica de un concepto; el significado es el correlato mental del significante”. En suma, “la capacidad de formular e interpretar un ‘signo’ remite a cierta ‘realidad’, la memoria de la experiencia y la actitud para descomponerla”. Para Benveniste la relación entre significante y significado no es arbitraria, “arbitraria es la relación del significante y de la cosa significada (del sonido buey y del animal buey)”⁷⁷.

En ese orden de ideas, para Guido Morpurgo,

El término *significado* tiene un doble empleo. Un libro significa un libro. El ‘libro’ significa el libro. La cosa significa y también significa la palabra pero son dos operaciones inconfundibles. La cosa se representa a sí misma. La palabra (o, lo que es lo mismo, el signo) representa a la cosa, algo diferente a sí misma. En el primer caso, el significante coincide con el significado, en el otro no.⁷⁸

Para Morpurgo, cualquier cosa que yo experimente o que haga está dotada de significación. En consecuencia, las lágrimas se encuentran dotadas de significación por ser una expresión humana.

Mientras tanto para Barthes, “la lengua el nexo entre significante y el significado es contractual al principio, pero éste contrato es colectivo, inscrito en una temporalidad amplia [...] y por tanto [...] naturalizado”⁷⁹. Así, el signo lingüístico es arbitrario *a priori*, pero no *a posteriori*. De tal forma, para Barthes un sistema es arbitrario cuando sus signos se crean no por contrato, sino por decisión unilateral; en la lengua el signo no es arbitrario. En el caso del llanto, su capacidad de aludir a las reglas sociales y estar sujeto a los convencionalismos lo excluye de arbitrariedad.

De acuerdo con Eco en *Tratado de semiótica general*; “hay sistema de significación (y, por lo tanto, código), cuando existe una posibilidad establecida por una convención social de generar funciones semióticas, independientemente de que los funitivos de dichas funciones sean unidades discretas llamadas ‘signos’ o grandes porciones del

⁷⁷ Citado por Roland Barthes en *Significado y significante*, ver *Antología sobre la comunicación humana* (1976).

⁷⁸ Eco, *Op. cit.*, pp. 252.

⁷⁹ Barthes, *Op. cit.*

habla, con tal de que la correlación haya sido establecida precedente y preliminarmente por una convención social”. En ese sentido, las diferencias entre comunicación y significación se refieren a que la primera alude a un proceso mientras, la segunda atañe a las reglas.

No obstante, para Ricci Bitti la significación depende más del emisor es decir, “si el proceso se produce entre una fuente humana o no y un ser humano tendremos significación siempre y cuando la señal no se limite a funcionar como simple estímulo, sino que solicite del destinatario una respuesta interpretativa”. En otras palabras, el proceso de significación se instituye a través de un código.

Bitti sostiene que, “existe significación incluso en ausencia de comunicación. Contrariamente, todo proceso de comunicación entre seres humanos presupone como condición necesaria un sistema de significación”⁸⁰. Así pues, signo implica simplemente que un observador extraiga inferencias o asigne significado a un acontecimiento o a un comportamiento, mientras “comunicación implica la existencia de un código, es decir de un sistema convencional de señales y, por tanto, de un codificador (el emisor) que ‘haga algo público’ mediante la utilización del público y de un descodificador (el interlocutor) que responda sistemáticamente a aquel código”.

Wittgenstein, sugiere que, el sentido de los términos está definido por su uso, pero otros consideran que existe una diferencia difícil de definir, pero importante, entre un uso invariablemente afortunado y dominar un concepto fundamental. Para él, “el significado de una palabra no depende de lo que con ella se intenta o de lo que con ella se quiere decir”⁸¹. Así, el significado de la palabra al igual que el de las lágrimas depende más de la situación que de elementos aislados.

De acuerdo con Lince Campillo, “todos damos por hecho que cada palabra tiene el mismo significado para todos, pero lo más probable es que no sea así. El significado que

⁸⁰ Ricci, *Op. cit.* (1980).

⁸¹ Citado por Beuchot, *Op. cit.*

cada uno refiere, se toma como el único y es fruto de la experiencia personal, lo que lo hace extremadamente parcial, pero al mismo tiempo muy vivo, pues expresa nuestras experiencias”⁸².

El lenguaje, es pues una convención social, de ahí Lince Campillo sugiere;

Los seres humanos son llevados por educación a emplear las mismas fórmulas, de manera que todos calculen lo mismo. Hemos sido adiestrados para tener una determinada reacción ante un signo. Debe existir una conexión causal, sin embargo, al seguir el signo a veces es una mera costumbre, seguimos reglas [...] hemos sido adiestrados para ello. El modo de actuar humano común o normal es el sistema de referencia por medio del cual interpretamos el lenguaje.⁸³

Así, “los signos se intercambian sin aludir a la realidad”, mientras su significado, “depende de su uso en el lenguaje [...] y se explica a veces señalando al portador”, en otras palabras va a depender de su contexto, “una palabra sólo tiene significado en el contexto de una oración”.

No obstante, Eco sugiere que “un sistema de significación es una construcción semiótica autónoma que posee modalidades de existencia totalmente abstractas, independientes de cualquier posible acto de comunicación que las actualice”. Para él, la significación interviene en la vida cultural en su conjunto, incluso por debajo del umbral inferior de la semiótica. Todas las relaciones de significación representan convenciones culturales.

Usualmente, parafraseando a Eco, un solo significante transmite contenidos diferentes y relacionados entre sí, por tanto, lo que se llama mensaje es, la mayoría de las veces, un texto cuyo contenido es un discurso a varios niveles. En ese sentido, un texto sería el resultado de la coexistencia de varios códigos o por lo menos de varios subcódigos. Para establecer el significado de un significante es necesario nombrar el primer significante que puede ser interpretado por otro significante y así sucesivamente. Tenemos pues, un proceso de semiosis ilimitada*.

⁸² Lince Campillo, *Op. cit.*, pp. 71-107.

⁸³ *Ídem.*, pp. 101.

* Interpretación infinita.

En efecto, Eco en *Los límites de la interpretación*, señala, “interpretar un texto significa esclarecer el significado intencional del autor, en todo caso, su naturaleza objetiva, su esencia que [...] es independiente de nuestra interpretación [...] se admite que los textos pueden interpretarse infinitamente”. Esto es la semiosis ilimitada, en palabras del autor, “la interpretación se acerca, aunque de manera asintótica, al interpretante lógico final y, en cierto estadio del proceso interpretativo, tenemos un conocimiento mayor del contenido del representamen que había originado la cadena interpretativa”.

De acuerdo con Eco, la semiosis ilimitada se explica mejor mediante el “Modelo Q o Modelo Quillian”; se basa en una masa de nudos interconexos conectados entre sí por diferentes tipos de vínculos asociativos⁸⁴. Éste modelo preveé la definición de cualquier signo gracias a la interconexión con el universo de todos los demás signos en función de interpretantes, cada uno de los cuales listo para convertirse en el signo interpretado por todos los demás.

El significado, de acuerdo con Eco, es una unidad semántica ‘colocada’ en un ‘espacio’ preciso dentro de un sistema semántico. Ahora bien, para establecer el significado existen dos formas de hacerlo vía la denotación y la connotación. La primera constituye e identifica la unidad cultural a que corresponde el significante en primer grado y en que se basan las connotaciones sucesivas, mientras las connotaciones, son las marcas que contribuyen a la constitución de una o más unidades culturales expresadas por la función semiótica constituida previamente. Es decir, las marcas denotativas difieren de las connotativas sólo en cuanto que una connotación debe basarse en una denotación precedente.

La denotación precede a la connotación y establece el código mediante el cual el significado va a ser interpretado, la connotación a su vez, se establece a medida que la primera estableció sus límites de acción para definir los significantes. La denotación, en ese sentido, hace referencia al significado, al uso que se le da al signo con base a ese

⁸⁴ Eco, *Op. cit.* (2005).

significado. Así, para Eco, la denotación se entiende como una propiedad semántica y no como un objeto. Cuando hablemos de un signo que se refiere a un objeto, hablaremos de referencia o mención y no de denotación. La denotación es el contenido de la expresión y la connotación el contenido de una función semiótica.

Eco sugiere que, “un significante denota y connota varias unidades semánticas y algunas de éstas se excluyen mutuamente. Lo que significa que en el interior del semema se perfilan ‘recorridos’ que se excluyen mutuamente y que producen incompatibilidades semánticas”. Esto es, la decisión sobre la ‘elección del recorrido’ o ‘lectura’ o ‘sentido’ al que hay que dar preferencia es materia para la producción e interpretación de signos.

Existen tres formas o ‘inferencias’ para interpretar los signos: deducciones, inducciones y abducciones⁸⁵. Las deducciones derivan de la lógica, así, existe una regla de la que, dado un caso, se infiere un resultado. Las inducciones, dado un caso y un resultado, de ellos se infiere la regla. Por último, las abducciones son un caso de inferencia sintética, esto es “hay inferencia de un caso a partir de una regla y de un resultado”. La abducción no interviene sólo cuando se interpreta un mensaje en referencia a contextos o circunstancias no codificados. Sirve también para identificar el código correcto para un mensaje impreciso y de acuerdo con Eco “es un proceso inferencial (llamado también hipótesis) que se opone a la deducción en cuanto parte de una regla, considera un caso de esa regla e infiere automáticamente un resultado necesario”. De ahí, para el autor, “hay (en la semiosis) muchos casos en los que no se buscan Leyes Universales, sino una Explicación capaz de desambiguar un acontecimiento comunicativo concreto”, en ese marco aparecen las lágrimas.

Ahora bien, Eco distingue, dos tipos de abducción: “el primero parte de uno o más hechos particulares sorprendentes y termina en la hipótesis de la ley general [...] el segundo parte de uno o más hechos particulares sorprendentes y termina en la hipótesis

⁸⁵ *Ídem.*

de otro hecho particular que se supone es la causa del primero o de los primeros”⁸⁶. Por ende, el primer tipo de abducción se ocupa de la naturaleza de los universos, mientras el segundo se ocupa de la naturaleza de los textos, una serie coherente de proposiciones vinculadas entre sí por un tópico o tema en común. Los textos requieren de un regla idiolectal, un código propio, una explicación que pueda funcionar para ellos y dentro de ellos y que no puede transplantarse a otros textos. En ese sentido y dentro de esa clasificación, las lágrimas forman parte del texto, porque tiene un regla idiolectal, un código propio, y principalmente porque tiene una explicación que funciona para ellas pero no, para otros fenómenos sociales.

Ahora bien, al interpretar los textos reconocemos un topic, según Eco, éste equivale a nuestros primeros acercamientos con el texto. “Reconocer una serie como secuencia textual significa encontrar un topic textual que establezca una relación coherente entre datos textuales diferentes y aún inconexos. La identificación de un topic textual es un caso de esfuerzo abductivo hipocodificado”. En otras palabras, todo intérprete de un texto realiza abducciones para elegir entre muchas ‘lecturas posibles’

En la interpretación de un texto es el destinatario quien escoge la interpretación definitiva. Para Eco, lo que comúnmente se llama ‘mensaje’ suele ser un ‘texto’, “un retículo de mensajes diferentes dependientes de códigos y subcódigos distintos, que a veces pone en correlación diferentes unidades expresivas con el mismo contenido y a veces pone en correlación diferentes contenidos con la misma substancia expresiva”.

Entonces, tenemos dos formas de interpretar un objeto, el reconocimiento y la ostensión. El primero:

Se produce cuando un objeto o acontecimiento o fenómeno determinado, producido por la naturaleza o por la acción humana (intencionalmente o no) y existe como un hecho en un mundo de hechos, lo entiende el destinatario como expresión de un contenido determinado [...] así, el acto de reconocimiento reconstituye el objeto como HUELLA, SÍNTOMA O INDICIO. Interpretar el objeto reconocido significa ponerlo en correlación con una posible causa física que funcione como su contenido. Mientras la ostensión, se produce cuando un objeto o fenómeno determinado, producido por la naturaleza o por la acción

⁸⁶ Eco, *Op. cit.* (1998).

humana (intencionalmente o no) y existe como hecho en un mundo de hechos, resulta 'seleccionado' por alguien y 'mostrado' como la expresión de la clase de objetos de que es miembro.⁸⁷

Para Eco, la ostensión representa el primer nivel de significación activa y es el artificio usado en el primer lugar por dos personas que no conocen la misma lengua.

También, el semiólogo italiano distingue otra forma de generar signos y significados mediante la invención. "La invención es un modo de producción en el que el productor de la función semiótica escoge un nuevo *continuum*^{*} material todavía no segmentado para los fines que se propone, y sugiere una nueva manera de darle forma para transformar dentro de él los elementos pertinentes de un tipo de contenido".

Un ejemplo de lo anterior lo brinda la pintura. De acuerdo con Eco, la pintura no puede ser considerada semiótica porque los significantes o fúntivos no son del dominio público, no obstante ¿eso le resta significación? Como ya se observó al hablar de códigos no reconocidos y englobar al llanto dentro de ellos, el hecho de no dominar o desconocer el código no denota que éste no signifique; éste significa aunque quizá para el interpretante, por desconocer el código, no conlleve un significado, así, es conveniente recurrir a la ostentación o al reconocimiento y auxiliarme con el contexto

En el caso del llanto ocurre lo mismo que con la pintura, cada emisor de lágrimas le imprime su código y su significante. Sin embargo, el contexto puede ayudar a establecer significados en común, aún cuando se desconozca el código, como ocurre en un funeral, si bien es cierto, que no podemos saber exactamente que siente el deudo, si reconocemos que ha sufrido una pérdida, y sus lágrimas revelan su sufrimiento por ese *Yo* perdido —como se observó en el capítulo anterior—.

⁸⁷ Eco, *Op. cit.* (2005)., pp. 323, 329.

* Eco usa ese término para referirse a todo el conjunto de expresiones que se van a codificar a través de los signos, en la etapa que precede a la formación de los signos.

Así pues, “existe un límite empírico más allá del cual las reacciones que una galaxia expresiva determinada provoca en el destinatario ya no pueden controlarse: más acá de dicho límite existe todavía estímulo, pero ya no significación”⁸⁸. En ese sentido, toda significación por ilimitada que parezca, tiene fin. Es decir, hay un punto donde el significado se pierde y sólo se convierte en ‘estímulo’. El semiólogo italiano, sugiere que, estamos ante un proceso de comunicación, siempre que la señal no se limite a funcionar como simple estímulo, sino que solicite una respuesta interpretativa del destinatario. En ese sentido, la comunicación no sólo implica transmitir información sino decodificarla y en consecuencia, el proceso de comunicación sólo se verifica cuando existe un código.

De tal forma, todo lo que significa, para Umberto Eco, equivale a distinguir entre un *representamen* y un interpretante, el primero “es una expresión material como una palabra o cualquier otro signo, o mejor aún, es el tipo general de muchas ocurrencias que se pueden producir a partir de ese signo”. El segundo, “puede ser una paráfrasis, una inferencia, un signo equivalente que pertenece a un sistema de signos diferente, todo un discurso, etcétera”.

“Cuando se asocia un sistema sintáctico con un sistema semántico puede interpretarse cualquier sucesión permitida por el sistema sintáctico [...] en un sistema semótico cualquier contenido puede convertirse, a su vez, en una nueva expresión que puede ser interpretada o sustituida, por otra expresión”⁸⁹. De tal suerte, para Umberto Eco, un sistema de signos está gobernado por la reversibilidad, gracias a la cual se distinguen los fenómenos semióticos de los meros fenómenos de estímulo respuesta. En palabras del autor, “en la semiosis cada contenido puede convertirse, a su vez, en la expresión de otro contenido, y que tanto la expresión como el contenido pueden invertirse intercambiándose el papel que desempeñan”.

⁸⁸ Eco, *Op. cit.* (2005).

⁸⁹ Eco, *Op. cit.* (2005).

Por ende, hablar de la interpretación de un significante y de un significado implica un proceso semiótico, el uso de un código, y en definitiva es un proceso mucho más complejo que la relación estímulo respuesta que en palabras de Eco, es diádico: A provoca B y debe estar presente para poder suscitar B (igualmente presente)⁹⁰. Mientras, un proceso semiótico es triádico, o A o B está ausente, y es posible considerar a uno de los dos como signo del otro en razón de un tercer elemento C, llamémoslo código, o proceso de interpretación activado mediante el recurso del código. Ese espacio C para Eco constituye el contexto del cual hablaremos en el siguiente apartado.

No obstante, distinguir significación de interpretación, implica también, hablar de pragmática. Morris sostiene que

Desde la perspectiva de la pragmática, una estructura lingüística es un sistema de conducta: lo que corresponde a las oraciones analíticas son las relaciones entre respuestas sígnicas con las respuestas sígnicas más inclusivas de las que constituyen segmentos o fracciones; lo que corresponde a las oraciones sintéticas son aquellas relaciones entre respuestas sígnicas que no constituyen relaciones de la parte con el todo.⁹¹

Mientras tanto, para Eco en *Los límites de la interpretación*, “la pragmática atañe no sólo al fenómeno de la interpretación, sino también a la dependencia esencial de la comunicación, el lenguaje natural, del hablante y del oyente, del contexto lingüístico y del contexto extralingüístico, de la disponibilidad del conocimiento de fondo, de la rapidez en obtener éste conocimiento de fondo y de la buena voluntad de los participantes en el acto comunicativo”.

Así, desde la perspectiva de la pragmática para Eco:

Los significantes son unidades culturales, dichas unidades se identifican a través de la cadena de sus interpretantes, tal como se dan en una cultura determinada, el estudio de los signos en una cultura determinada permite definir el valor de los interpretantes en términos de posición y de oposición dentro de sistemas semánticos, postulando dichos sistemas se consigue explicar las condiciones de existencia de los significados [...] hay que POSTULAR los campos semánticos como instrumentos útiles para explicar determinadas oposiciones con el fin de estudiar determinados conjuntos de mensajes.⁹²

⁹⁰ *Ídem*.

⁹¹ Citado por Eco, *Op. cit.* (1998), pp. 292.

⁹² Eco, *Op. cit.* (2005), pp. 135.

La continua circularidad, de acuerdo con Eco, es la condición normal para la significación y es lo que permite el uso comunicativo de los signos para referirse a cosas. El uso de esa circularidad se delimita por la semiosis que se establece a través de la unidad cultural. Las unidades culturales están físicamente a nuestro alcance. Son signos que la vida social pone a nuestra disposición. Además, existe una interacción bastante estrecha, y en varias direcciones, entre la visión del mundo, el modo como una cultura vuelve pertinentes sus unidades semánticas y el sistema de los significados que las nombran y las interpretan.

La posibilidad de atribuir diferentes significados al llanto, de acuerdo con Kottler, se da en “función de la frecuencia y la abundancia con que una persona llore, la estabilidad y la pureza del sentimiento con que se expresen las lágrimas, la claridad de la percepción de una persona, influida tanto por motivos inconscientes como intencionales y los juicios de sí mismo sobre si la experiencia es buena o mala”⁹³. Así, su significado simbólico, se definirá en el marco de una situación y cultura dadas, o sea, con base en su ‘unidad cultural’.

Una unidad cultural —en palabras de Schneider— es simplemente algo que esa cultura ha definido como unidad distinta de otras y, por lo tanto, puede ser una persona, una localidad geográfica, una cosa, un sentimiento, una esperanza, una idea, una alucinación⁹⁴. De ahí, establecer los límites en la interpretación del llanto, implica definir y establecer una unidad cultural.

En gran medida, el poder de la interpretación, recae en el interpretante, según Pierce, éste logra adoptar formas diferentes: puede ser el significado equivalente en otros sistemas semióticos, por ejemplo hacer corresponder el diseño de una silla con la palabra silla; el indicio directo sobre el objeto particular, que supone un elemento de cuantificación universal, por ejemplo todos los objetos como éste; una definición científica o ingenua en términos del propio sistema semiótico; una asociación emotiva

⁹³ Citado por Eco, *Op. cit.* (2005).

⁹⁴ *Ídem.*

que adquiera el valor de connotación fija, pero por fidelidad y visceversa; la traducción de un término de un lenguaje a otro, o su substitución por un sinónimo⁹⁵.

Ahora bien, la cultura y las unidades culturales son los principales dadores de significado. En palabras de Goodenough, “cualquier objeto, fenómeno o acto tiene el valor de un estímulo para los miembros de una sociedad sólo en la medida en que es un signo icónico que significa una forma correspondiente en su cultura”⁹⁶. En buena medida, las lágrimas pueden adoptar esa perspectiva si consideramos que tienen diversos niveles de lectura, ya sea fisiológica, social o psicológica y ellas dependerán de su contexto.

“El interpretante —para Eco— se presenta como una categoría que satisface las exigencias de la teoría en cuestión, mientras que la teoría de los códigos no agota las posibilidades explicativas de la categoría de interpretante”. Así, deberán considerarse como interpretantes todos los posibles juicios semióticos que un código permite formular sobre una unidad semántica determinada.

En suma, Eco sugiere, “conocemos más de un signo porque lo interpretamos [...] ni siquiera el signo manifiesta la cosa misma, a largo plazo el proceso de la semiosis da lugar a una noción socialmente compartida de aquello a lo que la comunidad reconoce la cualidad de ser verdadero. El significado trascendental no está en el origen del proceso sino que debe postularse como un fin posible y transitorio de cada proceso”. Así, el poder de la interpretación recae a lo que socialmente aceptamos como la cosa en sí.

No obstante, existen otras posturas como la de Violi y Manetti, “para que un acto lingüístico se lleve a cabo se deben satisfacer sus condiciones específicas de felicidad y en ese caso se habla de ‘éxito’ del acto lingüístico”⁹⁷. Para ellos, eso ocurre cuando el oyente reconoce el significado del acto y cuando el hablante quiere exactamente que un

⁹⁵ *Ídem.*

⁹⁶ *Ídem.*

⁹⁷ Citado por Ricci Bitti, *et al.*, *Op. cit.* (1990).

oyente se avenga a ese reconocimiento”. En este sentido, el significante y su interpretación dependerán netamente de las expectativas del emisor y el receptor. Sin embargo, establecer y tomar como consistentes éstas posturas, implica entender la comunicación y las relaciones entre significante y significado sólo como un suceso diádico, lo que resulta obsoleto dada la importancia del contexto.

4.3 Contexto

Ahora nos corresponde hablar del contexto dada la importancia de su papel dentro de la comunicación y como fuente generadora de significados e interpretaciones, así pues ¿qué engloba el contexto, cuáles son sus límites y qué entendemos por el mismo?

El contexto, de acuerdo con van Dijk en *El discurso como estructura y proceso*, es “la estructura de todas las propiedades de la situación social que son pertinentes para la percepción o recepción del discurso”.

“Un sistema junto con su medio constituye el universo de todas las cosas de interés en un contexto dado”⁹⁸. Así, para Watzlawick “los sistemas vivos tienen relaciones cruciales con su medio”. Para el autor, el contexto parte del primer axioma de la comunicación, según el cual “toda conducta es comunicación y resulta imposible no comunicarse, se deduce que las secuencias de comunicación serían recíprocamente inseparables”. A la par, Watzlawick nos dice, “ya no manejamos una unidad-mensaje monofónico sino más bien con un conjunto fluido y multifacético de muchos modos de conducta –verbal, tonal, postural, contextual, etc.- todos los cuales limitan el significado de los otros”.

En ese sentido, la importancia del contexto es establecer una semiosis ilimitada de acuerdo al medio ambiente de la comunicación. Para Watzlawick, si se acepta que toda conducta en una situación de interacción tiene un valor de mensaje, es decir, es

⁹⁸ Watzlawick, *Op. cit.*

comunicación, se deduce que por mucho que uno lo intente, no puede dejar de comunicar. “Toda comunicación tiene un aspecto de contenido y un aspecto relacional tal es que el segundo clasifica al primero y es, por ende, una metacomunicación”⁹⁹.

Es importante resaltar que los contextos nos ofrecen y confieren el poder de la ambigüedad al interpretar las situaciones comunicativas. De ahí, no hablamos de un modelo único para interpretar los significados de las lágrimas. Ellas a diferencia de la lengua no son aprendidas en forma esquemática, de ahí, resulta interesante que su interpretación sea netamente en su situación, su uso y su significado, porque son una respuesta social que obedece a las unidades culturales.

Así pues, el contexto se delimita por la cultura que lo circunda o como ya lo vimos en el capítulo 2 por su *Umwelt*. Para Benveniste, la cultura es un “fenómeno enteramente simbólico”. Ella se define, “como un conjunto muy complejo de representaciones, organizadas por un código de relaciones y de valores: tradiciones, religión, leyes, política, ética, artes, todo aquello que, nazca donde nazca, impregnará al hombre en su conciencia más honda”. En ese sentido todo lo que es cultura y corresponde al medio que circunda la comunicación es contexto.

“No puede determinarse el lugar de una palabra en un sistema léxico sino después de haber estudiado la estructura de dicho sistema”¹⁰⁰. De tal suerte, el llanto se va entender y estudiar en contexto, porque su significado es enteramente social, atañe a la cultura y a las circunstancias en las que emerge. La cultura es un factor determinante para delimitar el contexto y establecer una adecuada interpretación de los signos.

“Existen culturas regidas por sistemas de reglas y otras gobernadas por repertorios de ejemplos o modelos de comportamiento”¹⁰¹. En el primer caso, la combinación de unidades discretas es la que genera los textos y se consideran correctos si se ajustan a

⁹⁹ *Ídem*.

¹⁰⁰ Benveniste, *Op. cit.*

¹⁰¹ Citado por Eco, *Op. cit.* (2005).

las reglas de combinación; en el otro caso la sociedad genera directamente textos que se presentan como macrounidades las cuales proponen ante todo modelos que imitar.

Lotman sugiere la división de la cultura de acuerdo a las condiciones sociales, lo que facilitará la interpretación. Ahora bien, las culturas gramaticalizadas se orientan más hacia el contenido, mientras que las textualizadas dan preferencia a la expresión. La cultura gramaticalizada descansa en el manual; la textualizada en el Libro —Sagrado—. Las sociedades primitivas de acuerdo con Eco, suelen estar por regla general textualizadas —y se basan en la mayoría de los casos en procesos de hipocodificación—, mientras que las sociedades ‘científicas’ están gramaticalizadas¹⁰².

Para Eco, esa distinción entre gramaticalizadas y textualizadas, no puede ser tan simplista ya que:

Una sociedad científica resulta estar profundamente gramaticalizada sólo a nivel conceptual [...] mientras que el nivel de los comportamientos parece, en cambio, característico de las sociedades más desarrolladas [...] que se refieren a masas de textos hipocodificados, a modelos de tolerancia, a reglas muy abiertas [...] por el contrario, es típico de las sociedades primitivas que tengan comportamientos rituales y de etiqueta mucho más gramaticalizados que los nuestros.¹⁰³

En ese sentido, la interpretación y el uso del contexto implica interacción entre los agentes de la comunicación. Para Bowlby,

Los estímulos sociales tienen respecto al llanto un papel casi opuesto al que tienen respecto a las reacciones amistosas. De hecho los estímulos sociales son casi el principal factor que desencadena dichas reacciones y que las refuerza; mientras los mismos estímulos sociales se hallan entre los principales factores que ponen punto final al llanto, y también entre los principales agentes que reducen las probabilidades de su reaparición.¹⁰⁴

De tal suerte, el contexto es de suma importancia al regular las emisiones lacrimosas así como dotar de significado a las mismas.

De acuerdo con Flower “todo lenguaje funciona en un contexto. Las palabras existen dentro de un contexto lingüístico y adquieren de éste su significado; pero la

¹⁰² Eco, *Op. cit.* (2005).

¹⁰³ *Ídem.*, pp. 218.

¹⁰⁴ Bowlby, J. *La pérdida afectiva. Tristeza y depresión* (1983), pp. 144.

expresión que proporciona el contexto lingüístico, o parte de él, está situada a su vez en un contexto de situaciones y deriva gran parte de su sentido de los elementos no verbales y de los elementos verbales presentes en tal situación”¹⁰⁵.

A su vez, para Ricci Bitti, “la expresión de una emoción no tiene como finalidad primaria comunicar a otros (puede darse incluso en ausencia de un interlocutor), mientras que un ademán simbólico ocurre sólo cuando un individuo participa en una interacción, porque se reproduce con el propósito de enviar un mensaje”¹⁰⁶. A la par el llanto, se encuentra en esos dos contextos, el primero cuando se derraman lágrimas en soledad, mientras que en el segundo podemos hablar de lágrimas rituales o sociales.

Ahora bien, Ricci Bitti distingue algunas características del contexto:

1. ‘Condiciones externas’. Se encuentran en el lugar donde se realiza el acto. Se refieren al ambiente que habitualmente favorece, inhibe u origina un gesto, o cualifica su significado.
2. ‘La relación entre el acto y el comportamiento verbal asociado’, el gesto no verbal puede repetir, ilustrar acentuar o contradecir las palabras, puede anticipar, coincidir, reemplazar o continuar el comportamiento verbal o puede carecer de relación con éste.
3. ‘La consciencia de realizar el gesto’. También denominado por el autor como *feedback** interior.
4. ‘La intencionalidad’ de la persona para comunicar un mensaje a otra persona interagente
5. ‘*Feedback* externo’, se refiere a la información relativa a la señal no verbal que el observador procura al indicador.
6. ‘El tipo de información comunicada por el acto’. En éste se distingue entre informaciones idiosincrásicas y compartidas; y entre código no verbal informativo, comunicativo e interactivo¹⁰⁷.

Es importante mencionar que todo contexto tiene un sentido. Para Umberto Eco, éste “se concreta como una elección binaria que el destinatario de la frase realiza entre las diferentes ramificaciones componenciales posibles de los lexemas y de su connotaciones, el sentido que le atribuye es un recorrido selectivo (que procede mediante afirmación y negación)”¹⁰⁸.

¹⁰⁵ Citado por Robinson, *Op. cit.*

¹⁰⁶ Ricci Bitti, *et al., Op. cit.* (1980).

* Del inglés, término utilizado para referirse a la retroalimentación.

¹⁰⁷ Ricci Bitti, *et al., Op. cit.* (1980), pp. 105-106.

¹⁰⁸ Eco, *Op. cit.* (2005).

Eliseo Verón, habla de sentido a través de la teoría de los discursos sociales y expone una doble hipótesis:

- a) Toda producción de sentido es necesariamente social: no se puede describir ni explicar satisfactoriamente un proceso significativo, sin explicar sus condiciones sociales productivas.
- b) Todo fenómeno social es, en una de sus dimensiones constitutivas, un proceso de producción de sentido, cualquiera que fuere el nivel de análisis (más o menos micro o macrosociológico).¹⁰⁹

“Un discurso, cualquiera que fuere su naturaleza o tipo, ‘no refleja nada’; él es sólo punto de pasaje del sentido”¹¹⁰. Así, el sentido confiere fuerza al contexto y se apoyan mutuamente para conferirle poder a la significación y lograr la interpretación más cercana al origen.

A su vez, Eco explica el contexto a través del Modelo Semántico Reformulado (SMR), el cual pretende insertar la representación semántica todas las connotaciones codificadas que dependen de las denotaciones correspondientes, junto con las selecciones contextuales y circunstanciales:

Las selecciones contextuales registran otros sememas (o grupos de sememas) *comúnmente* asociados con el semema representado: las selecciones circunstanciales registran otros significantes (o grupos de significantes) que pertenecen a diferentes sistemas semióticos, o bien objetos y fenómenos considerados como signos ostensivos, que *suelen* producirse con el significante correspondiente al sistema representado; ambos actúan como INTERCAMBIOS O CONMUTADORES DE AMALGAMA [...] las selecciones contextuales y circunstanciales no requieren un tipo de instrucción particular porque también ellas son unidades culturales.¹¹¹

También, el autor señala las presuposiciones contextuales y las define como las estudiadas por una teoría textual y que se refieren tanto a inferencias como a reglas de codificación. Además, establece las presuposiciones circunstanciales que se refieren a lo que tanto el emisor como el destinatario se supone que sabe, o saben efectivamente, sobre los fenómenos o entidades más o menos codificados. En consecuencia, tanto a las presuposiciones contextuales como a las circunstanciales se les puede llamar, si bien con matices diferentes pragmáticas.

¹⁰⁹ Verón, Eliseo. *La semiosis social* (1987), pp. 125.

¹¹⁰ *Ídem.*

¹¹¹ Eco, *Op. cit.* (2005), pp. 171.

En *Límites de la interpretación*, Umberto Eco sugiere que, las presuposiciones “forman parte de la información ofrecida por un texto; están sujetas a acuerdos recíprocos por parte del hablante y del oyente, y forman una especie de marco textual que determina el punto de vista a partir del cual se desarrollará el discurso [...] constituye el fondo del texto, es diferente de las demás informaciones que representan el relieve”. Así, el autor distingue dos tipos de presuposiciones: las que se instauran a causa del significado codificado de determinados términos —dependientes del sistema semántico— y las que son consecuencia de una estrategia comunicativa determinada y dependen de la emisión de un enunciado particular —dependientes del proceso— comunicativo.

En una emisión el poder posicional lo otorga el hablante o el contexto, mientras el poder suposicional lo otorga el enunciado. Para Eco, las presuposiciones contextuales y circunstanciales se engloban en el conjunto de implicaciones factuales. En otras palabras, las primeras hacen inferencias y reglas de codificación mientras las segundas se relacionan con lo que se sabe, con el *baggage* cultural y la competencia de los individuos. Así, para Eco el acto de referencia pone un enunciado o bien la proposición correspondiente en contacto con una circunstancia.

Por otra parte, la concepción de contexto queda más clara a través del modelo semiótico triádico donde A, B y C se involucran, la parte que corresponde al contexto es el C. Para el autor, “C es un espacio de la opción y de la supuesta indeterminación, mientras que el no-espacio entre A y B es un espacio de ciega necesidad y de determinación inevitable”. En éste espacio ocurren los contextos comunicativos. De tal forma, “la expresión X está en lugar de un contenido que en el contexto 1 será Y, y en el contexto 2 será K”. Así, la existencia misma de un fenómeno semiótico está garantizada por la existencia de un espacio C.

De acuerdo con Eco “existe función semiótica cuando el estímulo representa el plano de la expresión y el efecto previsto el plano del contenido”. Esto es, un resplandor de luz durante una representación teatral, un sonido insoportable durante la ejecución

musical, una excitación inconsciente, todos estos son artificios que se clasifican más que nada como estímulos, pueden ser conocidos por el emisor como estimuladores de un efecto determinado. En ese caso, el llanto penetra muy bien dentro de ese tipo de contexto, los cuales son creados para generar un significado esperado, como son: los rituales y ceremonias.

Ahora bien, “se produce un fenómeno semiótico, cuando, dentro de un contexto cultural determinado, un cierto objeto puede representarse con el término *rosa* y el término *rosa* puede ser interpretado por ‘flor roja’, o por la imagen de una rosa, o por toda una historia que cuente cómo se cultivan las rosas”¹¹². Ese tipo de interpretación corresponde en el caso del llanto, al significado de las lágrimas en un funeral, ante la sinfonía no. 9 de Beethoven o cualquier obra que remita un suceso lacrimoso o permita su emisión dentro de un contexto cultural —como ya se observó en el capítulo 2—.

Así, interpretar un signo significa prever todos los contextos posibles en que puede introducirse. Para Eco en *Límites de la interpretación*, el contexto:

Es el ambiente en el que una expresión se da junto a otras expresiones pertenecientes al mismo sistema de signos [...] una serie de posibles textos ideales, de los cuales una teoría semántica puede prever la ocurrencia en conexión con una expresión determinada, mientras que reserva el co-texto para el ámbito efectivo de una expresión en el curso de un proceso de comunicación real.¹¹³

Además, distingue el contexto de circunstancia, en la segunda “es la situación externa en la que puede darse una expresión junto a su contexto”.

El contexto, habla de la cultura en la que se desarrolla y en cierto sentido es en sí mismo una unidad cultural. Para van Dijk en *Análisis del discurso ideológico*, “el habla de miembros sociales, en determinado contexto, puede poner en juego, más o menos directamente, cierto tipo de relaciones sociales como las de dominación, cortesía, ayuda o solidaridad”. Así, gracias a este se pueden descifrar patrones sociales que conforman el entorno de la comunicación.

¹¹² Eco, *Op. cit.* (2005).

¹¹³ Eco, *Op. cit.* (1998), pp. 296-297.

En ese sentido, Chomsky sostiene que el medio ambiente es importante, de modo que podemos encontrar diferencias individuales y culturales¹¹⁴. Pero existe una base común enraizada en nuestra naturaleza. Asimismo, el palabras de Roland Barthes, “las relaciones sociales [...] son uno de los modos en los que el hombre da significado a lo insignificante”¹¹⁵ y de acuerdo con Lince Campillo en *La influencia del lenguaje en el desarrollo del conocimiento*, “los hechos no existen aislados, por sí mismos, sino que tienen un sentido, son construidos. A la vivencia, la realidad se le abre desde dentro”.

El contexto no es un suceso fortuito y comunica *per se*, en consecuencia, en la interpretación de los llantos posibles dentro de culturas diferentes, es éste el que lo define y le confiere significado propio e independiente. “El significado, según Kottler se extrae en el marco del contexto de la interacción con los demás”¹¹⁶. En efecto, el lenguaje, sugiere Ricci Bitti, “se considera como una actividad de interacción y la importancia que se le atribuye a los aspectos pragmáticos hace que se deba tener necesariamente en cuenta el contexto y las relaciones sociales entre los interlocutores”¹¹⁷.

En suma, el llanto dentro de las posibles interpretaciones, requiere la búsqueda de los posibles contextos. Así, Kottler apunta, “el lenguaje de las lágrimas de una cultura dada, dice mucho acerca del énfasis que ésta coloca en el dominio de sí mismo frente a la expresión de sí mismos y a la intimidad emocional [...] el lenguaje de las lágrimas es una extensión de la lengua natural de una cultura”. Entonces, “el llanto no constituye un lenguaje aislado, sino que está ligado a las costumbres de la lengua verbal. El llanto tiene lugar, pues, cuando una cultura particular define una emoción de tal suerte que la experiencia que se tiene es más bien de tristeza o de vergüenza que de fatiga o cólera”.

En ese sentido, la forma en la que hablamos y nos comunicamos está definida por nuestro contexto cultural e idiomático. En palabras de Kottler:

¹¹⁴ Citado por Lince, *Op. cit.*

¹¹⁵ Citado por Beuchot, *Op. cit.*

¹¹⁶ Kottler, *Op. cit.*

¹¹⁷ Ricci Bitti, *et al.*, *Op. cit.* (1990).

Aun cuando no dispongas en tu vocabulario emocional de una palabra para *angst*^{*}, los sentimientos acechan debajo de la superficie [...] el lenguaje de la emoción es el que trae estos sentimientos a la conciencia, el que les da significado. Las lágrimas que resultan de esta conciencia, ya surgan de la culpa, el *nguch*[▲] o la *angst*, tienen lugar en un contexto cultural.¹¹⁸

Por una parte, la interpretación del contexto al igual que la semiosis tiene sus límites, si bien es cierto que este nos sirve como referente, también lo es que en palabras de Eco “existen [...] casos de interpretación textual donde el reconocimiento del mundo idiolectal del destinatario no puede ser previsto por ninguna representación semántica”. Pero por otra, eso atañe a la constante social de querer racionalizar y verbalizar lo que no puede ser catalogado en esos lindes.

En suma el llanto, puede ser considerado un lenguaje bajo la perspectiva de diversos autores, un código no reconocido y clasificado por la gran mayoría dentro de los paralenguajes, pero dentro de la óptica de este trabajo es definido como un lenguaje por su capacidad de transmitir las cuestiones más esenciales de una cultura, en sí mismo es un modelo de comportamiento e implica el desarrollo de un ritual acorde a la situación existente, pero cuando se da bajo situaciones muy específicas puede ser un código.

^{*} Del alemán significa miedo, temor, con un tipo de ansiedad libre de acuerdo con los filósofos existencialistas.

[▲] Palabra proveniente de las tribus *ifaluk* del Pacífico Sur y traducida por la antropóloga Catherine Lutz como cansado o aburrido.

¹¹⁸ Kottler, *Op. cit.*, pp. 135-136.

Conclusiones

Tenemos que comprender que las emociones, sentimientos al igual que las lágrimas forman parte de códigos no reconocidos que como sociedad en pleno siglo XXI no alcanzan un nivel racional porque su interpretación se encuentra en canales distintos, es decir, en el plano de lo intangible, en las capacidades emotivas individuales. En ese sentido, la mejor forma de obtener un significado del llanto es obedecer y reconocer las unidades culturales donde éste se desarrolla.

Cada emisor de lágrimas le imprime su código y su significante, por ende, el llanto no puede ser un lenguaje sino un código, porque crea las condiciones necesarias para la transmisión de su contenido, no obstante al hablar de una expresión cultural podemos hablar de lenguaje por la capacidad de generar significados como el entendido de llorar en un funeral. Sin embargo, el contexto puede ayudar a establecer significados en común, aún cuando se desconozca el código. Podemos hablar de la unidad cultural como ese espacio donde las lágrimas emergen y que obedece a la cosmovisión de los integrantes de una cultura dada.

El poder de la interpretación recae en lo que socialmente aceptamos como la cosa en sí. Ahora bien, no todo llanto cae en el plano de la interpretación, aún, ella tiene límites, en otras palabras, en el momento en el que deja de significar. Así pues, llegamos a esos lindes cuando ya no podemos controlar el efecto que nuestro llanto tendrá en los individuos, en palabras de Eco “existe todavía estímulo, pero ya no significación”. Los confines de la interpretación de las lágrimas se pierden cuando ellas sólo se convierten en ‘estímulo’. Por ende, nuestro llanto comunica en la medida que exista una respuesta interpretativa del destinatario; el proceso de comunicación sólo se verifica cuando existe un código

Teóricos sociales señalan la existencia de razones comunes que le atribuyen un significado al llanto: la frecuencia y la abundancia de lágrimas, la estabilidad y la pureza del sentimiento con que se expresen, la claridad de la percepción de una persona, influida tanto por motivos inconscientes como intencionales, y los juicios de sí mismo

sobre si la experiencia es buena o mala. De ahí, su significado simbólico, se definirá en el marco de una situación y cultura dadas, o sea, con base en su 'unidad cultural'.

“La época que vivimos —para Benveniste— se caracteriza por la tendencia de todas las disciplinas científicas a remplazar el atomismo por el estructuralismo y el individualismo por el universalismo”. Así, el problema actual al interpretar el llanto, radica en que no se puede analizar como macro-conjunto, debemos tomar una pequeña porción y entender su contexto más no integrarlo con significado unívoco.

Con ello, podemos decir, que el llanto sí es una vía comunicativa y responde a las necesidades de la comunicación al ser un lenguaje social y un código cultural. Ahora bien, una forma de comenzar la interpretación de nuestras lágrimas, es desmitificar y dejar de lado estereotipos y tabués sociales respecto a ellas, como hacer alusiones a que los hombres no lloran o considerar que todas las lágrimas son de dolor o tristeza, ya que como se desarrolló a lo largo de este trabajo también existen lágrimas de felicidad, y sus causas e interpretaciones son ambiguas y polisémicas.

Hablamos con frecuencia de hombres y mujeres como si su conducta se pudiera predecir fácilmente en función de sus respectivos géneros, a pesar de que las diferencias entre los miembros del mismo sexo son tan grandes como las que hay entre las especies. En términos generales, es verdad que las mujeres lloran más que los hombres y esto obedece a cuestiones biológicas porque producen más prolactina y una forma de eliminar ese exceso en el llanto, así mismo, las féminas tienen mayor volumen del *corpus callosum*¹. Sin embargo, también es cierto que algunos hombres lloran mucho y que algunas mujeres jamás derraman una lágrima. El problema no parece estar en la frecuencia con que una persona llora, sino en el significado que se le atribuye ya sea social o individualmente.

Mayoritariamente lo que nos impide llorar no es pues nuestra situación, sino el rol social que desempeñamos en una cultura, muchas veces nosotros nos sentimos cómodos

¹ Puente entre los dos hemisferios cerebrales lo que facilita la comunicación y el lenguaje.

con nuestras lágrimas, pero nos vemos conminados a reprimirlas por una cuestión social. Así pues, el verdadero problema radica en nuestra incapacidad para llorar y sentir libremente, después de todo algo que es tan benéfico y saludable para el organismo como lo son las lágrimas, no puede ser tan grave para nosotros ni para nuestras sociedades, quizá una mayor divulgación del poder terapéutico y favorable, permitiría una libre emisión de las mismas.

En efecto, el factor sustancial para liberar nuestras lágrimas de ataduras culturales es reconocer nuestros sentimientos y emociones, comprender nuestra situación y prestarle atención. En la medida que nos conectemos con nuestra parte interna, más prontamente culminará nuestro proceso lácrimoso y lograremos un verdadero llanto catártico.

El meollo del asunto, radica pues, en que es una cuestión de expresión, las nuevas formas de llorar y de comunicarnos en el plano emocional, deben dirigirse más hacia lograr un equilibrio, donde a los varones se les permita llorar libremente sin por ello denigrar u olvidar su condición masculina, mientras a las mujeres se les admita en puestos de poder e igualdad laboral sin tener por ello que omitir su feminidad esencial. En otras palabras, necesitamos cambiar las reglas y convenciones sociales, porque en la medida que ellas se reformulen el significado que tienen las lágrimas cambiará para hombres y mujeres.

Ahora bien, es importante resaltar el rol social que los medios de comunicación juegan en la interpretación de las lágrimas, ya que el espectáculo televisivo, principalmente, cada vez les resta importancia y significación, vulgarizándolas y convirtiéndolas en tópico común de cada emisión, al generar espectadores hambrientos de lágrimas. En ese sentido, el papel de los medios, le resta veracidad al llanto al convertirlo en simple espectáculo sujeto al *rating*.

Los espectáculos masivos le restan importancia y sentido al llanto, porque existe un efecto previsto en ellos, tal como ocurre en una puesta en escena, la luz, la música y

otros elementos dramáticos obedecen a las reglas del montaje. Todos estos son artificios que se clasifican más como estímulos que significantes, pueden ser conocidos por el emisor como estimuladores de un efecto determinado, pero carecen de significado. Las lágrimas de los programas televisivos, carecen de significado cultural y bajo la interpretación de los semiólogos se convierten en arbitrarias por no ser una convención social, sino sólo un significado impuesto por quienes manipulan los medios de comunicación. En ese caso, las lágrimas penetran en contextos, creados para generar un significado esperado más no connotan un sentido genuino.

Esto es, el dolor de otros ya no es observado como un suceso emocional y los posibles significados de esas lágrimas se ven limitados a la manipulación mediática. De acuerdo con Kottler, si el llanto continúa bajo esa tendencia, las imágenes genéricas que los medios masivos de comunicación llevan al seno de todos los hogares del mundo, lograrán que la expresión emocional respecto al llanto se “estandarice tanto como el inglés en calidad de lengua común”.

En suma, tal como Miguel de Unamuno sostiene, nuestra consciencia emocional y no emocional está basada en la ilusión masiva, “concedemos valor a las cosas equivocadas [...] y confundimos los cambios en el ámbito de las cosas materiales y de la tecnología con progreso real”. Por ende, las cuestiones emotivas y significativas pierden importancia y son sólo un conglomerado, un aglutinado de nuestras vidas contemporáneas.

Es tangible, que a medida que la sociedad se vuelva más tecnológica, controlada y compleja, y nuestras ciudades se conviertan en grandes urbes, la necesidad de expresión se reprimirá a menos que esas nuevas tecnologías sean “domesticadas tanto para fines culturales como sociales” —tal como sugieren Silverstone e Hirsch—. De lo contrario, los espacios donde llorar y la necesidad de hacerlo como forma de contacto será mayor aún. El futuro, debe ser un lugar propicio para las lágrimas, un sitio donde los seres humanos no pierdan su calidad humana y su compromiso con la vida.

Así, el presente necesita generar una relación activa con la tecnología, usar el chat, el internet así como todos los dispositivos multimedia para facilitar las relaciones humanas y observar a las tecnologías como un servidor otorgándole su función utilitaria, más no dejar que esos adelantos en conjunto con los que puedan surgir, generen un factor disgregatorio y mermen la expresividad emocional y el valor comunicativo de las lágrimas.

Ahora bien, la masa, las grandes urbes y condensaciones humanas también generan un efecto cohesionante y disgregatorio. Nuestra constante búsqueda de individualidad e identificación entre el grupo social, nos orilla a buscar espacios propios, sin embargo ¿hasta que punto la búsqueda de nuestro “yo esencial”, se convierte en una señal de aislamiento y desapego del grupo?. Marcar esos lindes y no traspazarlos también es una labor propicia de los individuos que quieran mantenerse en el ámbito de la saludable expresión emocional de las lágrimas.

Entonces, la idea de realidad y virtualidad se ponen en duda. Para Montagu y Pimentel “los espacios virtuales representan nuevas relaciones que establecemos con lo que denominamos ‘realidad’ ”. En ese sentido ya no sólo luchamos con nuestra realidad y las posibilidades de comunicación en la misma, si anteriormente la comunicación era unidireccional y de masas, ahora es “multidireccional, fragmentada e hipertextual”. Así, los espacios virtuales no pretenden reemplazar lo real, “abren una nueva perspectiva de conocimiento del mundo circundante y de nosotros mismos”.

De tal forma, Hernández Sacristán sugiere que, “los mismos avances tecnológicos que fomentan y explican la uniformidad, pueden estimular a un tiempo la acción de fuerzas centrífugas de naturaleza disgregatoria”. En otras palabras es labor de nosotros como espectadores decidir si queremos formar parte del grupo o si sólo queremos mantenernos como espectadores.

Con ello, quiero hacer hincapié en que a medida que las sociedades se estandaricen más y la globalización sea una realidad tangible, no sólo en los países

desarrollados sino también en los tercermundistas, las unidades culturales se reducirán más y eso sólo nos puede dar dos posibles escenarios: uno, la interpretación de las lágrimas se limita a una cuestión biológica y fisiológica, donde su significado se aproxima más a la esencia de la humanidad, mientras el otro, abre la posibilidad a que surjan significados emergentes ante las nuevas conductas culturales vía la domesticación de la tecnología. En mi opinión, como sociedad y entes en constante interacción y evolución, el segundo, es el panorama más promisorio y significativo para el llanto. Así, como sujetos comunicativos sólo nos resta conservar nuestras unidades culturales de simbolización, pero sin permanecer aislados a los nuevos contextos y posibilidades de significación.

En suma, el significado de las lágrimas en los contextos tecnológicos es el resultante del poder que tenemos como individuos. En palabras de Foucault “los individuos no sólo circundan por su entramado, sino que están siempre en la posición de someterse y ejercer el poder de manera simultánea [...] los individuos son los vehículos del poder, no sus ámbitos de aplicación”.

El llanto, pues ofrece una respuesta a muchas incógnitas dentro del campo de las ciencias de la comunicación, es una vía comunicativa y es un código social que adoptamos de acuerdo con nuestra unidad cultural. Sin embargo, hay que recordar que los únicos responsables de nuestras emisiones lacrimosas, el poder de nuestros llantos y su significación somos nosotros mismos.

Así, en la medida que reconozcamos nuestro llanto, nuestra capacidad de expresión emocional y el poder como emisores del mismo comprenderemos que las lágrimas son parte ineludible de nuestro ser y es gracias a ellas que nos podemos distinguir del resto de los animales. Entonces, liberar los tabúes y prejuicios contra nuestra emoción es una exigencia de nuestra sociedad, aún cuando el papel de los medios de comunicación las haya convertido en un espectáculo y signo arbitrario es labor de cada uno no vulgarizarlas ni ridiculizarlas sino darles su justo valor. En suma, el poder sobre la libre emisión de nuestras lágrimas se nos confiere a nosotros mismos.

BIBLIOGRAFÍA

- Arnheim, Rudolf. (1988). *Hacia una psicología del arte. Arte y entropía. (Ensayo sobre el desorden y el orden)*. Madrid, España: Alianza Editorial, S.A.
- Augé, Marc. (1998). *La guerra de los sueños. Ejercicios de etno-ficción*. Barcelona, España: Gedisa Editorial.
- Bataille, Georges. (2002). *Las lágrimas de Eros. (Iconografía en colaboración con J. M. Lo Duca)*. Barcelona, España: Tusquets editores, S. A.
- Benveniste, Emile. (1989). *Problemas de lingüística general*. México: Siglo XXI
- Beuchot, Mauricio. (2004). *La semiótica. Teorías del signo y el lenguaje en la historia*. México: Fondo de Cultura Económica, breviaros.
- Bowlby, John. (1983). *La pérdida afectiva. Tristeza y depresión*. España: Editorial Paidós.
- Burton, Robert. (1997). *Anatomía de la melancolía I*. Madrid, España: Asociación Española de Neuropsiquiatría.
- Burton, Robert. (1998). *Anatomía de la melancolía II*. Madrid, España: Asociación Española de Neuropsiquiatría.
- Campbell, Joseph. (2001). *El héroe de las mil caras. Psicoanálisis del mito*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Caso, Antonio. (1925). *Principios de estética*. México: Publicaciones de la Secretaría de Educación.
- Cassirer, Ernst. (1993). *El mito del Estado*. México: Fondo de Cultura Económica. Colección popular 90.
- Chazaud, Jacques. (1976). *Las perversiones sexuales. Introducción desde el psicoanálisis*. España: Ediciones Herber.
- Delhumeau, Antonio. (1984). *El hombre teatral*. México: Plaza & Janes.
- De la Mota, Ignacio. (1994). *Enciclopedia de la comunicación. Tomo 3*. México: Editorial Limusa.
- De Quiroga, Ana, *et al.* coordinado por José Francisco Morales y otros (2002). *Psicología Social*. Buenos Aires: Pearson Education.
- Diccionario Enciclopédico Grijalbo. (1987). España: Ediciones Grijalbo

- Dijk, Teun van. (1996). Análisis del discurso ideológico. Versión 6. México: UAM. Pp. 15-43.
- Dijk, Teun van. (1978). La ciencia del texto. México: Paidós.
- Dijk, Teun van. (2000). El discurso como estructura y proceso. México: Gedisa
- Eco, Umberto. (1998). Los límites de la interpretación. España: Lumen
- Eco, Umberto. (2005). Tratado de semiótica general. México: Random House Mondadori.
- Freud, Sigmund. (1979). Duelo y melancolía 1915-1917. Obras completas. Tomo XIV. Buenos Aires: Amorrortu Editores.
- Freud, Sigmund. (1975). El malestar en la cultura. España: Alianza Editorial Madrid.
- Frey-Rohn, Liliane. (1991). De Freud a Jung. México: Fondo de Cultura Económica
- Garduño, León, Bertha Salinas, Mariano Rojas Herrera, *et al.* (2005). Calidad de vida y bienestar subjetivo en México. México: Plaza y Valdes.
- Goded, Jaime. (1976). Antología sobre la comunicación humana. México: UNAM. (compilación).
- Grave, Crescenciano. (2002). Verdad y belleza. Un ensayo sobre ontología y estética. México: UNAM
- Greimas, Julien, *et al.*(1994). Semiótica de las pasiones. De los estados de las cosas a los estados de ánimo. México: Siglo Veintiuno Editores.
- Grinberg, Leon. (1978). Culpa y depresión. Estudio psicoanalítico. Buenos Aires, Argentina: Editorial Paidós.
- Guyton, Arthur. (1994). Anatomía y fisiología del sistema nervioso. Neurociencia básica. Madrid: Editorial médica panamericana.
- Guyton, Arthur. (1992). Tratado de fisiología médica. España: Mc Graw Hill-Interamericana.
- Hegel, G. W. F. (1947). Poética. Argentina: Editora Espasa-Calpe.
- Hernández, Carlos. (1999). Culturas y acción comunicativa. Introducción a la pragmática intercultural. España: Octaedro.
- Herrera, Ismael. (1994). Lenguaje pensamiento y realidad. Estudio sobre la totalidad del lenguaje y su manejo ideológico. Méxio: UNAM

- Jackson, Staley. (1986). Historia de la melancolía y la depresión. Desde los tiempos hipocráticos a la época moderna. Madrid, España: Ediciones Turner.
- Kant, Immanuel. (2004). Observaciones sobre el sentimiento de lo bello y lo sublime. México: Fondo de Cultura Económica-UNAM-UAM
- Kottler, Jeffrey. (1997). El lenguaje de las lágrimas. España: Paidós. Traducc. Mario Aurelio Galmarini del original *The language of tears*
- Kübler-Ross, Elisabeth. (2006). Sobre la muerte y los moribundos. Alivio del sufrimiento psicológico para los afectados. México: Random House Mondadori. De Bolsillo.
- Lacan, Jacques. (1981). El seminario de Jacques Lacan. Libro 1: los escritos técnicos de Freud. 1953-1954. España: Editorial Paidós.
- Lazar, Judith. (1990). La ciencia de la comunicación. México: Editorial Cruz.
- Linares, Juan. (1981). Agresividad: el debate de la violencia humana. España: Fontamara
- Lince Campillo, Rosa Ma. (oct-dic 1996). La influencia del lenguaje en el desarrollo del conocimiento. Estudios Políticos. México: FCP y S, UNAM, pp. 71-107
- Lipps, Theodor. (1923). Los fundamentos de la estética. Madrid, España: D. Jorro
- Lutz, Tom. (2001). El llanto. Historia cultural de las lágrimas. México: Taurus. Traducc. Eunice Cortés del original *Crying. The natural & cultural history of tears*.
- Meyer, Leonard B. (1968). Emotion and meaning in music. Chicago, E.U. The university of Chicago Press.
- Montagu, Pimentel y Arturo Groisman. (2004). Cultura digital. Comunicación y sociedad. Argentina: Paidós.
- Moses, Robert. (1980). Fisiología del ojo Adler. Aplicación clínica. Argentina: Editorial médica panamericana.
- Nietzsche, Friedrich. (1949). Sobre verdad y mentira en sentido extramoral. Ed. Tecnos.
- Nossbaum, Martha. (1994). The therapy of desire. Theory and practice in hellenistic ethics. New Jersey: Princeton University Press.

- O'Rahilly, Ronan. (2001). Anatomía O'Rahilly. México: Mc Graw Hill- Interamericana.
- Ostow, Mortimer. (1973). La depresión: psicología de la melancolía. Madrid, España: Alianza Editorial. Libro de bolsillo.
- Perinat, Adolfo. (1993). Comunicación animal. Comunicación humana. España: Siglo XXI de España editores, S. A.
- Plazaola, Juan. (1991). Introducción a la estética. Historia, teoría, textos. Bilbao: Universidad de Deusto.
- Ricci Bitti, *et al.* (1980). Comportamiento no verbal y comunicación. Barcelona: Editorial Gustavo Gil.
- Ricci Bitti, *et al.* (1990). La comunicación como un proceso social. México: Grijalbo.
- Rivieré, Pichón. (1978). El proceso grupal. Buenos Aires. Argentina: Nueva Visión.
- Robinson, W. P. (1978). Lenguaje y conducta social. México: Editorial Trillas.
- Sapir, Edward. (2004). El lenguaje. México: Fondo de Cultura Económica. Breviarios
- Sartre, Jean-Paul. (1981). Bosquejo de una teoría de las emociones. Madrid: Alianza Editorial, S. A. Traducc. Mónica Acheroff del original *Esquisse d'une théorie des émotion*.
- Scheff, T. J. (1986). La catarsis en la curación, el rito y el drama. DF, México: Fondo de Cultura Económica.
- Schelling, F. W. (1949). Filosofía del arte. Buenos Aires: Editorial Nova.
- Silverstone, Roger y Eric Hirsch. (1996). Los efectos de la nueva comunicación. El consumo de la moderna tecnología en el hogar y en la familia. España: Bosch comunicación.
- Stuart, Ira. (2003). Fisiología humana. España: Mc Graw Hill- Interamericana.
- Verón, Eliseo. (1987). La semiosis social. Fragmentos de una teoría de la discursividad. Argentina: Gedisa Editorial.
- Viorst, Judith. (1998). El precio de la vida. Las pérdidas necesarias para vivir y crecer. España: EMECÉ
- Watzlawick, Paul, *et al.* (2002). Teoría de la comunicación humana. Interacciones, patologías y paradojas. España: Herder.

- Wood, Theodore. (1972). The word 'sublime' and its context 1650-1760. Netherlands: The Hague.
- Worringer, Wilhelm. (1953). Abstracción y naturaleza. México: Breviarios, Fondo de Cultura Económica.

TESIS

- Flores Gutiérrez, Enrique Octavio. (2001). La respuesta emocional de la música. Tesis de Maestría, UNAM, Querétaro, México.
- Lara Díaz, Abraham. (1997). ¿Emociones simples o complejas? Celos, enojo, miedo y envidia. Tesis de Maestría, UNAM, D.F., México.
- Moreno Martínez, Alberto. (1988). La expresión facial de la emoción. Tesis de Licenciatura en Psicología, UNAM, D.F., México.
- Rodríguez Lombardo, Pablo. (2001). Kant y la filosofía de lo sublime Tesis de Licenciatura en Filosofía, UNAM, D.F., México.
- Vivanco Castañeda, María Esthela. (1997). El duelo como una emoción compleja: diferencias de género. Tesis de Maestría, UNAM, D.F., México.

OTRAS FUENTES

- www.jornada.unam.mx/2005/02/23/a02nlcie.php?partner=rss (revisado 25.10.06).
- www.eluniversal.com.mx/nacion/132168.html (revisado 25.10.06).
- www.herrerros.com.ar/melanco/dymfreud.htm (revisado 25.10.06).
- www.somosamigosdelatierra.org/13_curiosidades/sentidos/elojo01.htm (revisado 30.01.07).
- http://caos218.blogia.com/upload/El_Ojo_Humano5.jpg (revisado 26.02.07).