

**ERICH  
FROMM**

**LA PATOLOGÍA DE  
LA NORMALIDAD**



**PAIDÓS**

Erich Fromm

# LA PATOLOGÍA DE LA NORMALIDAD

OBRA PÓSTUMA V

Edición a cargo de Rainer Funk

PAIDÓS

Título original: *Die pathologie der normalität*, de Erich Fromm  
Publicado originalmente en alemán por Beltz Verlag.  
Primera edición en inglés publicada por American Mental Health Founda-  
tion, Nueva York, 2010.  
Traducido del inglés, *The Pathology of Normalcy*.

1.<sup>a</sup> edición, 1994

1.<sup>a</sup> edición en esta presentación, marzo de 2024

La lectura abre horizontes, iguala oportunidades y construye una sociedad mejor.

La propiedad intelectual es clave en la creación de contenidos culturales porque sostiene el ecosistema de quienes escriben y de nuestras librerías. Al comprar este libro estarás contribuyendo a mantener dicho ecosistema vivo y en crecimiento.

En **Grupo Planeta** agradecemos que nos ayudes a apoyar así la autonomía creativa de autoras y autores para que puedan seguir desempeñando su labor.

Dirigete a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesitas fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puedes contactar con CEDRO a través de la web [www.conflicencia.com](http://www.conflicencia.com) o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

- © The Estate of Erich Fromm, 1991
- © del prólogo, Rainer Funk, 1991, 2010
- © de la traducción, Eloy Fuente Herrero, 1994
- © de todas las ediciones en castellano,  
Editorial Planeta, S. A., 2024  
Paidós es un sello editorial de Editorial Planeta, S. A.  
Avda. Diagonal, 662-664  
08034 Barcelona, España  
[www.paidos.com](http://www.paidos.com)  
[www.planetadelibros.com](http://www.planetadelibros.com)

ISBN: 978-84-493-4206-6

Fotocomposición: Laura Rodríguez

Depósito legal: B. 3.150-2024

Impresión y encuadernación en Liberdúplex

Impreso en España – *Printed in Spain*



# SUMARIO

Prólogo..... 11

## I. PATOLOGÍA DE LA NORMALIDAD DEL HOMBRE ACTUAL (Cuatro lecciones de 1953)..... 17

1. La salud mental en el mundo moderno... .. 17

a) Qué es la salud mental..... 17

b) Características de la sociedad moderna..... 25

c) Los condicionamientos del hombre y las necesidades psíquicas ..... 29

d) La salud psíquica y la necesidad de religión..... 32

2. Aspectos del problema del sentido en la cultura actual .... 36

a) La falta de religiosidad ..... 36

b) El sentido del trabajo ..... 42

c) Producir y consumir ..... 47

d) La felicidad y la seguridad ..... 50

3. La enajenación, enfermedad del hombre actual..... 55

a) La abstracción y la enajenación de las cosas..... 55

b) La enajenación en la consideración de las personas .. 60

c) La enajenación en el lenguaje..... 62

d) La enajenación del sentimiento en la sensiblería ..... 65

e) La relación con el mundo como manifestación de salud psíquica ..... 69

f) La enajenación y el aburrimiento como manifestaciones de la enfermedad psíquica ..... 70

g) La enajenación en la política.....	72
h) La enajenación del pensamiento y de la ciencia.....	75
i) La enajenación en el amor .....	79
4. Hacia la superación de una sociedad enferma.....	81
a) La idea del socialismo y sus desfiguraciones.....	81
b) Medidas necesarias .....	91
II. IDEA DE LA SALUD MENTAL	
(Conferencia de 1962).....	97
1. La idea orientada a la sociedad y predominante	
en la medicina.....	97
2. La salud mental y el pensamiento evolucionista.....	100
3. Mi idea de la salud mental ante las enfermedades	
mentales de la sociedad actual .....	102
a) El narcisismo y su superación .....	103
b) La enajenación y su superación .....	110
c) La necrofilia y su superación.....	113
d) El condicionamiento social de la salud mental.....	117
III. LA CIENCIA HUMANISTA DEL HOMBRE (1957)..	119
Consideraciones preliminares .....	119
Fines generales .....	121
Fines especiales .....	123
Observaciones generales .....	126
IV. EL HOMBRE, ¿ES PEREZOSO POR NATURALEZA?	
(1974).....	129
1. El axioma de la pereza innata del hombre .....	129
a) Aspectos socioeconómicos del axioma.....	129
b) Aspectos del axioma inmanentes a la ciencia.....	133

c) El axioma y la idea actual del trabajo .....	135
2. Argumentos contra el axioma .....	141
a) Los datos neurológicos .....	141
b) Los datos de experimentos con animales .....	149
c) Los datos de los experimentos de psicología social .....	152
d) La creatividad del sueño .....	160
e) Datos de la observación de bebés y niños pequeños .....	167
f) Ideas psicológicas .....	170
 Bibliografía .....	 177
Índice analítico .....	185

I  
PATOLOGÍA DE LA NORMALIDAD  
DEL HOMBRE ACTUAL  
(Cuatro lecciones de 1953)

1. LA SALUD MENTAL EN EL MUNDO MODERNO  
(PRIMERA LECCIÓN)

*a) Qué es la salud mental*

La cuestión de qué es, en la sociedad presente, la salud mental puede abordarse de dos maneras, una estadística y otra analítica, cualitativa.

El enfoque estadístico es muy simple, y se puede hablar de él brevemente: se pregunta por los gastos de la sociedad moderna en sanidad mental. Pues bien, las estadísticas de estos gastos no son precisamente halagüeñas. Nos dicen que en Estados Unidos se gastan unos mil millones de dólares al año en asistencia psiquiátrica y que aproximadamente la mitad de las camas hospitalarias están ocupadas por enfermos mentales. Y tales estadísticas son aún menos halagüeñas, y algo desconcertantes, e incluso significativas, examinando los datos de Europa. Vemos aquí que los países quizá más equilibrados, anclados en la seguridad burguesa, como Suiza, Suecia, Dinamarca y Finlandia, son los países que tienen la peor salud mental, es decir, muchísimos más casos de esquizofrenia, suicidios, alcoholismo y homicidios que los demás países europeos.

En este sentido, la estadística plantea un problema. ¿Qué significa que estos países europeos, con un éxito social y cultural que parece ser exactamente el ideal de Estados Unidos, el ideal al que aspiramos, esa próspera vida

burguesa, basada en una gran seguridad económica... qué significa que el estado de la sanidad psiquiátrica en esos países parezca demostrar que tal forma de vida no conduce a la salud mental, o a la felicidad, como habíamos creído siempre?

Pero si hay muchas enfermedades mentales en Europa y Estados Unidos, también pueden decirse muchas cosas buenas sobre la otra cara de la moneda. La asistencia psiquiátrica se extiende cada vez más. Seguimos nuevos métodos. Hay un movimiento pro higiene mental en Europa y Estados Unidos. Y así, en realidad no sabemos si las estadísticas reflejan simplemente un número mayor de enfermedades mentales, o solo indirectamente la mejora de la asistencia psiquiátrica, es decir, si el perfeccionamiento de los métodos, la mayor precisión de las observaciones y el aumento de las instalaciones sanitarias están provocando que, al permitirnos reconocer mejor quién está enfermo mentalmente, empeoren las estadísticas; si las estadísticas no serían mejores en caso de que prestásemos menos atención a la salud y a la enfermedad mental. Creo que al examinar las estadísticas y las dos caras de la moneda nos quedamos tan perplejos como antes. Como ocurre casi siempre, no sabemos qué hay detrás de los números cuando atendemos solo a las estadísticas.

Por eso, en estas cuatro lecciones no vamos a tratar del aspecto estadístico, sino del aspecto cualitativo, y empezaremos preguntándonos qué entendemos por salud mental y por enfermedad mental, qué es eso y cómo debemos abordarlo. Después, veremos cómo se relacionan los datos de la salud mental y de la enfermedad mental, según las entendemos, con la estructura particular de nuestra cultura en este año concreto de 1953. Porque, si vamos a hablar de la salud mental en la cultura contemporánea, no solo hemos de cotejar la salud mental con la cultura en un momento preciso, sino que debemos comprender las conse-



cuencias: qué factores del desarrollo y de la estructura de nuestra cultura contribuyen a la salud mental y qué factores contribuyen a la enfermedad mental.

Al preguntarnos qué entendemos por salud mental, hemos de distinguir entre dos conceptos fundamentales, que siguen siendo corrientes y a menudo no se los distingue bien, aunque la diferencia está bastante clara. Uno es un concepto social, relativista, que corresponde al estado de ánimo de la mayoría de la sociedad. Es algo así como la definición de inteligencia: la inteligencia es lo que mide una prueba psicológica de inteligencia. Desde este punto de vista, la salud mental es la adaptación a las formas de vida de una sociedad determinada, sin importar para nada si tal sociedad está cuerda o loca. Lo único que importa es si uno se ha adaptado.

Muchos de ustedes conocerán el relato de H. G. Wells (1925) *The Country of the Blind*: un joven se extravía en Malasia y se topa con una tribu de ciegos de nacimiento. Todos son ciegos desde hace muchas generaciones. Pero él ve, y esa es su mala suerte, porque todos son muy recelosos y tienen sabios médicos que diagnostican su enfermedad como una extraña e inaudita perturbación de su rostro, que le provoca toda clase de fenómenos curiosos y patológicos: «Esas protuberancias nocivas que él llama ojos y que en los seres perfectos solo existen para ahondar una bella depresión en la cara, las tiene... tan enfermas, que la dolencia le ha penetrado hasta los sesos. Reparad en que están enormemente distendidas, tienen una doble fila de pelos y, además, se abren y se mueven. No es preciso añadir más para demostrar cómo su cerebro ha de estar en un estado fluctuante entre la irritación y el idiotismo sin parar nunca en el fiel de la sensatez».<sup>1</sup> Se enamora de una chica y el padre es

1. H. G. Wells, *El país de los ciegos y otras narraciones*, Madrid, Atenea, 1919, págs. 73-74.

reacio, pero finalmente permite la boda a condición de que el joven se someta a una operación. Y antes de que lo dejen ciego, escapa.

Tiene gracia este relato, porque nos hace ver sencillamente qué es lo que pensamos más o menos todos nosotros cuando se trata de qué es normal y qué no es normal, de quién está sano y quién está enfermo desde el punto de vista de la teoría de la adaptación. Se da por entendido que: 1) toda sociedad es normal; 2) enfermo mental es el que se desvía del tipo de personalidad favorecido por la sociedad, y 3) la sanidad psiquiátrica y psicoterapéutica persigue el objetivo de adaptar a cada uno al nivel del hombre medio, sin preocuparse de que este hombre medio sea o no sea ciego. Solo cuenta que no esté adaptado y no perturbe el tejido social.

Esta teoría de la adaptación tiene algunos elementos típicos. Por ejemplo, creemos que nuestra familia, nuestra nación o nuestra raza son normales, mientras que la forma de vida de los demás no es normal. Esto nos lo aclarará más aún una anécdota. Va un hombre al médico y empieza a hablarle de sus síntomas: «Bueno, lo que me pasa es que todas las mañanas, después de ducharme y vomitar...». El médico lo interrumpe: «Pero ¿qué me dice?, ¿que vomita usted todas las mañanas?». A lo que el paciente contesta: «¡Claro!, ¿no lo hacen todos?». Esta anécdota es divertida, porque se refiere a una actitud que compartimos más o menos todos nosotros. Quizá sepamos que otros tienen también algunas de nuestras rarezas, pero no sabemos que muchos rasgos de los que creemos comunes a toda la humanidad no son en realidad universales, sino propios únicamente de nuestra familia, de nuestro país o de Occidente.

Pero no se trata solo de esta idea provinciana, de creer que nuestra forma de ser es normal y de educarnos, sino que esto también implica una filosofía, que podríamos llamar

relativista, para la cual, en primer lugar, «no se puede hacer ninguna afirmación que sea válida objetivamente». Lo bueno y lo malo es cuestión de opiniones. En lo esencial, no hacen sino manifestar lo que se hace y se prefiere en una cultura, y no en otras. Lo que en una cultura gusta hacer a la gente lo llaman bueno y, lo que no le gusta, lo llaman malo. Pero en eso no hay nada de objetivo. Es solo cuestión de gustos.

En contra de este punto de vista hay otro, que he explicado más detalladamente en mi libro *Ética y psicoanálisis* (E. Fromm, 1947a), para el cual hay, efectivamente, juicios que tienen validez objetiva, que no son cuestión de gusto ni materia de opinión, del mismo modo que el médico o el fisiólogo, que suponen que vivir es mejor que morir, o que la vida es mejor que la muerte, pueden hacer la afirmación objetivamente válida de que este alimento es mejor que el otro, de que esta clase de atmósfera o de reposo, o esta cantidad de sueño, es mejor que aquella otra. Una cosa es buena para la salud y la otra es mala; lo que no se refiere solo al cuerpo, sino también a la mente.

También podemos formarnos juicios objetivamente válidos sobre lo que es bueno y malo para nuestra mente, basados en el conocimiento que tenemos de ella y de las leyes que la rigen. Aunque, en realidad, la conocemos muy poco. Quizá sepamos más de vitaminas y de calorías que de lo que es necesario para que nuestra mente viva con normalidad. Además, en cuanto a las vitaminas y las calorías, también las modas cambian, como todos hemos visto, y no sé si tomándonos más en serio nuestra mente no descubriríamos que sabemos de ella mucho más de lo que creemos, con solo prestarle un poco de atención.

Por otra parte, no es tan arbitrario como suena ese relativismo sociológico que afirma que lo necesario para la existencia y la supervivencia de una sociedad es también bueno

en sí mismo. En efecto, desde el punto de vista de cualquier sociedad, sería difícil comprender que no tomase esta postura, porque una sociedad de estructura determinada puede existir solo en tanto sus miembros adopten una actitud que garantice su buen funcionamiento. Y uno de los mayores empeños de toda sociedad, de sus instituciones culturales, sus instituciones educativas, sus ideas religiosas, etcétera, es formar un tipo de personalidad que quiera hacer lo que debe hacer, que no solo esté dispuesto, sino que ansíe cumplir el papel que tal sociedad le pide para poder funcionar bien.

Pensemos en una sociedad belicosa y predatoria. La función de sus miembros es guerrear, conquistar, agredir, robar y matar. Si en ella hubiese un tipo parecido a Fernando el Toro [personaje de cuento infantil, aficionado a las flores del campo y poco apto para la lucha], resultaría ser bastante inútil para la guerra y no podría dar continuidad a su estructura social, que, al fin y al cabo, no es consecuencia de una opción arbitraria, sino que se debe a muchas condiciones históricas reales en las que funciona esa sociedad, y que no pueden modificarse tan fácilmente. O pensemos, en cambio, que en una sociedad agraria, cooperante, hubiese un tipo belicoso. Sería igual de perturbado. También lo considerarían enfermo. Y si hubiese muchos como él, representarían una amenaza para el buen funcionamiento de su sociedad.

Podría opinarse que toda sociedad viva tiene un interés legítimo y absoluto en cierto grado de conformidad, un interés al servicio de la supervivencia de esa sociedad, que ha de cumplir con su propia estructura y su personalidad social. Lo que ocurre realmente es que se insiste demasiado en esta conformidad. Desde luego, en este año de 1953 no hará falta que yo insista en la conformidad. Lo que sí hace falta es afirmar un poco más que la supervivencia de la sociedad, al menos de la sociedad moderna, depende también del incon-

formismo. Si en la sociedad de los cavernícolas hubiesen existido solo conformistas, está claro que todavía seríamos cavernícolas e incluso caníbales.

Me parece que la evolución de la humanidad depende de cierto grado de conformismo y de cierto grado y voluntad de rebeldía; y que, no solo para la marcha del progreso, sino incluso para la supervivencia de cualquier sociedad humana, el inconformismo es tan importante para la sociedad como cierto grado de conformismo y voluntad de adaptarse a las reglas del juego de la vida en ella.

Por último, entre las diversas ideas que hacen identificar lo normal con lo adaptado, o la salud con la adaptación, hay otra postura que, me temo, es casi solo una justificación. Es la de decir: «No, yo no soy relativista. Yo no digo que cada sociedad vive de acuerdo con lo que es normal, y bueno, y sano, pero sí es verdad que nuestra sociedad, la sociedad estadounidense de 1953, la forma de vida estadounidense, resulta que es el fin y el cumplimiento de todos los anhelos humanos. Es la forma en que vive la gente normal. Y si otras sociedades anteriores, o las de hasta hace ciento cincuenta años, eran atrasadas, quizá anormales, y hacían cosas que no estaban bien, nosotros hemos llegado a un punto en que la base de nuestra vida, de nuestra sociedad, coincide con lo que desde un punto de vista objetivo, no relativista, debe llamarse normal y sano». En realidad, este es un punto de vista muy peligroso, porque, aun pareciendo tan objetivo, aun pareciendo tan diferente a una postura sociológica relativista, verdaderamente no es más que otra manera de justificar lo mismo sin decirlo igual. Voy a dedicar un poco de tiempo a demostrar que, si hay muchas cosas buenas en nuestra sociedad, muchas cosas de las que poder enorgullecemos, es por lo menos muy discutible que nuestra actual forma de vida nos conduzca más bien a la salud mental o a la enfermedad mental.

En estas lecciones quiero analizar más concretamente qué consecuencias tiene para el hombre nuestra forma de vida, la forma de organización de nuestra sociedad, nuestra forma de organización política; qué consecuencias tiene para nuestra salud mental, en qué medida lleva a la enfermedad mental y cuáles pueden ser las reacciones y las posibilidades de continuar, de mejorar lo bueno y hacer que desaparezca lo malo.

Ya sé que en este año de 1953 las cosas se juzgan con mucha pasión. Por una parte, oímos unas críticas a Estados Unidos, aunque en realidad solo las hacen los estalinistas, diciendo que todo el mundo se muere de hambre en este país, que no hay nada bueno y todo es malo. Bueno, es una clase de crítica que no debe preocuparnos demasiado, al menos desde un punto de vista objetivo, porque es simplemente una mentira. Creo que el mundo en que vivimos es uno de los mejores que el género humano haya creado nunca. Lo cual no es decir demasiado, porque hasta ahora el género humano no ha creado tantos mundos buenos, y tengo mucho que criticarle, al menos observando lo que pasa. Sin embargo, esta es mi primera reacción cuando oigo decir cosas tan tremendas. Si sabemos lo que ha ocurrido en el mundo los cinco o seis mil años pasados, me parece que, a pesar de todo, este es uno de los mejores experimentos que se han hecho hasta ahora y, con todos sus enormes defectos, nos da esperanzas de un progreso muy positivo, a condición de que sepamos ver lo necesario y evitemos lo evitable.

En el otro extremo están los nacionalistas. Dicen que la forma de vida estadounidense es lo más que se puede desear, es lo mejor que nunca haya existido y no hay ningún reparo que oponerle. Se trata de una postura bastante primitiva, bastante irreflexiva, y me temo que tampoco sea muy patriótica, pues, ¿cómo ha de ser bueno creer que mi pueblo es maravilloso, cuando todo el mundo sabe que no es bueno

decir que yo soy maravilloso? Si voy por ahí diciendo a todo el que quiera escucharme que yo soy un tío magnífico, todo el mundo pensará que soy un tipo bastante raro y no me respetarán demasiado; pero si digo que mi pueblo es magnífico, creerán que soy muy sensato y, además, bueno. Sin embargo, se trata de la misma clase de egoísmo y la misma falta de amor verdadero el hecho de satisfacerse afirmando tales cosas sin querer ver los defectos ni corregirlos.

*b) Características de la sociedad moderna*

Antes de entrar en la cuestión concreta de la salud mental en la sociedad contemporánea, veamos brevemente cuáles son sus principios y actitudes fundamentales.

El primer principio del mundo occidental moderno se formula cuando el individuo sale del grupo al que pertenecía de modo fijo y preestablecido, en el que debía vivir y adaptarse. Sale de él como individuo y deja de ser miembro de una sociedad estática, como lo fue durante muchos siglos la sociedad feudal de la Edad Media. En cierto sentido, esto es lo que llamamos individualismo, o libertad del hombre moderno, frente a la posición fija, la posición estática del hombre medieval, que era sobre todo miembro de un grupo y, por el mismo carácter de esa estructura, nunca dejaba de ser miembro de tal grupo. El hombre moderno se ha liberado de estos lazos, de estas estructuras primitivas, pero — y habré de añadir un «pero» a cada cosa que vaya diciendo— tiene miedo de la libertad que ha conseguido. Tiene miedo, ha dejado de ser miembro de un grupo orgánico, pero se ha convertido en un autómatas que se aferra como sucedáneos a la sociedad, a las convenciones, al qué dirán y a toda clase de asociaciones, porque no sabe qué hacer con su libertad. No soporta estar solo y libre de aquellos lazos primitivos que le fijaban su lugar en la sociedad.

Otra característica de la sociedad occidental moderna, estrechamente relacionada con este salir el individuo de tal organización colectiva, es lo que suele llamarse la iniciativa individual. Por ejemplo, la actividad económica del hombre medieval dependía del gremio al que pertenecía. En la sociedad capitalista moderna, el hombre es libre. El capitalista es libre. El obrero es libre. Ambos deciden por sí mismos y ambos desarrollan lo que se llama iniciativa individual. Sin embargo, con tanta iniciativa individual como se proclamaba en el siglo XIX, hoy vivimos en una cultura en la que cada vez se tiene menos iniciativa individual, es decir, puede haber todavía iniciativa individual en sentido económico, pero incluso esta es menos de lo que solía ser hace unos cien años, por causa de ciertos cambios estructurales del capitalismo moderno, de los que hablaremos después. Pero si nos preguntamos dónde está la iniciativa individual, que no sea la de dónde invertir el dinero de uno, buscando bien, veremos que efectivamente hay muy poca. Quizá el hombre medieval tuviese tanta o más iniciativa individual, si pensamos en ella como el asombro de vivir, de tomar la vida como una aventura, sacarle algún provecho y distinguirse un poquito del vecino. Creo que el hombre de la mayoría de las culturas quizá tenga más iniciativa individual que nosotros. Me parece que la iniciativa individual, en sentido humano, frente a un sentido puramente económico, ha llegado a un nivel muy bajo en el hombre moderno.

El tercer rasgo característico de la sociedad moderna es haber creado una ciencia y una práctica que nos han permitido combatir, dominar la naturaleza en un grado inaudito. Perfectamente cierto, pero nosotros, los hombres orgullosos que una vez decidimos dominar la naturaleza, nos hemos convertido en esclavos de la maquinaria que hubimos de crear para tal fin. Nosotros hemos dominado la naturaleza, pero nuestras máquinas nos han dominado a nosotros.



Nosotros estamos quizá más dominados por los artificios creados con nuestras máquinas que dominado está el hombre de muchas culturas por la naturaleza que no ha aprendido a dominar. Por lo menos, pensando en el peligro de los terremotos o de las inundaciones, que son peligros naturales, y comparándolos con los peligros de la guerra atómica, veremos que esta es un buen símbolo de cómo nuestra propia producción nos amenaza mucho más que la naturaleza a las culturas que domina.

La cuarta característica de la cultura moderna es su orientación científica, entendiendo por orientación científica algo más de lo que da a entender el sentido técnico de esta expresión. La orientación científica, humanamente hablando, es la capacidad de ser objetivo, o sea, de tener la humildad de ver el mundo tal como es, o de ver las cosas, vernos a nosotros mismos y a los demás tal como somos, sin que nuestras ideas y nuestros deseos nos hagan desfigurar la realidad; tener fe en la capacidad de nuestro pensamiento de reconocer la verdad, la realidad, pero estando siempre dispuestos a cambiar de idea cada vez que descubramos datos nuevos, siendo sinceros y objetivos, sin evitar los datos que pudiéramos descubrir, para evitar el tener que cambiar de idea. La orientación científica moderna, humanamente hablando, me parece que ha sido uno de los pasos más importantes del progreso humano, pues significa la manifestación de un espíritu de humildad, de objetividad y realismo que no existe en el mismo grado ni del mismo modo en las culturas que no tienen tal orientación científica.

Pero nosotros ¿qué hemos hecho de ella? Nos hemos convertido en adoradores de la ciencia y hemos hecho de los enunciados científicos un sucedáneo de los antiguos dogmas religiosos. Para nosotros, la orientación científica no manifiesta de ningún modo esa humildad u objetividad, sino que solo es otra manera de enunciar un dogma; y el

hombre corriente ve en el científico a un sacerdote que conoce todas las respuestas y tiene relación directa con todo lo que él quiere saber, del mismo modo que algunos están contentos con el sacerdote, si tiene relación con Dios, porque al verlo de vez en cuando sienten que participan un poco de esta relación. Así, nosotros, leyendo las revistas de divulgación científica, y enterándonos de los últimos descubrimientos, y estando convencidos de la existencia de científicos que conocen todas las respuestas, participamos de este nuevo dogma, la religión de la ciencia, y no tenemos que pensar nada por nosotros mismos.

Una quinta característica de la civilización contemporánea, de los ciento cincuenta o doscientos últimos años, es nuestra democracia política, otro gran paso adelante. Significa que el pueblo no solo puede decidir en qué se emplean sus impuestos, sino que también puede decidir sobre todas las cuestiones sociales importantes. Pero también esta idea y este principio, que originariamente fueron una reacción contra el principio del poder absoluto, e incluso del poder feudal, con los que el pueblo no tenía el derecho de participar en las decisiones que le afectaban, se ha desvirtuado de muchas maneras, hasta reducirse (voy a ser duro) a una especie de apuesta en una carrera de caballos, con toda la agitación, con toda la excitación del azar, con toda la irracionalidad de que el número 3 pueda ser el ganador, porque lo hayamos soñado la noche anterior. No voy a negar que, en general, nuestras elecciones tienen cierto grado de racionalidad, pero no diré que sean una participación reflexiva de los individuos en los asuntos sociales. De todos modos, me parecen mejor que cualquier otra cosa conocida, pero ciertamente están muy lejos de lo que se había proyectado en un principio.

Si todos estos factores de la sociedad moderna que he descrito tienen algo en común, es que deben entenderse, en primer lugar, como negaciones del orden premoderno. La

libertad individual, la iniciativa individual, la orientación científica, la democracia política, el dominio sobre la naturaleza: todo ello se expresa en primer término como negación. Es lo contrario. Es diferente. Es una negación de lo correspondiente en el orden feudal. Pero temo que nos hayamos quedado en la negación, que sigamos enunciando y entendiendo estas ideas en forma de una negación que fue nueva hace doscientos o trescientos años, en vez de pasar a otro plano de razonamiento, digamos, al de negar la negación, a estimar qué significa esta negación o, por decirlo de otro modo, a superarla, proponiendo enunciados nuevos, más positivos, de lo que queremos; porque, al fin y al cabo, el feudalismo, e incluso la monarquía absoluta, ya no nos importan nada. Y si hace cien años un editorial de *The New York Times* podía ser el documento más revelador, el más estimulante y sugestivo, yo no creo que en 1953 esos editoriales tengan el mismo efecto para mí, ni creo que para nadie, a no ser el de confirmar a uno en lo que piensa, lo que siempre resulta bonito y agradable.

En general creo que, considerando los caracteres positivos de nuestra cultura y de nuestra sociedad, debemos reconocer que seguimos anclados en las negaciones y que ya es un poco tarde para eso. Hace mucho que la negación fue fecunda y positiva. Ahora debemos pasar de la negación a otro plano, el de negar la negación, o también, podríamos decir, el de ocupar una nueva posición.

c) *Los condicionamientos del hombre y las necesidades psíquicas*

Antes de hablar de las consecuencias que nuestra estructura social y cultural tiene sobre el hombre y sobre la salud mental, quisiera decir algo más general, pero necesario para explicar mi orientación. Empezaré diciendo que todo individuo necesita

encontrar una solución al problema de su existencia o, por decirlo de modo un poco diferente, si bien está muy difundida la opinión de que, si tenemos suficiente para comer o beber, y sueño suficiente, y seguridad suficiente, si tenemos todo esto y sin dificultades, la vida no representa ningún problema especial, en realidad, es justo entonces cuando empieza el problema.

Es del todo cierto que, si no tenemos bastante para comer, si tenemos inseguridad y dificultades en los planos vitales primarios, efectivamente tendremos problemas, pero ni siquiera habremos empezado a rozar los verdaderos problemas de la existencia humana. Volviendo un poco sobre las estadísticas de los pequeños países protestantes de Europa, los mejor equilibrados, vemos que han resuelto la mayor parte de los problemas en este plano. Tienen bastante para comer, son cooperantes, no practican una competencia feroz y ni siquiera han entrado en guerra. Pero tengo la duda de si esta forma de vida no encierra tal grado de aburrimiento que lleva a unas consecuencias escandalosas para la salud mental.

Hablamos tan a menudo de calamidades como la enfermedad, la locura, el alcoholismo y qué sé yo, que no tenemos presente que una de las peores dolencias es el aburrimiento y que la gente puede llegar a cualquier extremo, no ahorrar ningún esfuerzo, no para evitarlo, porque no es tan fácil, sino para escapar a él, para encubrirlo. En realidad, podríamos decir que durante ocho horas diarias no nos aburriríamos porque trabajamos, y agradecemos a Dios habernos dado la necesidad de dormir, con lo que llenamos otras ocho horas, pero nuestro mayor problema es cómo llenar las ocho restantes y afrontar el aburrimiento que suscita constantemente nuestra forma de vida.

La situación humana se caracteriza por profundas escisiones y conflictos. El más fundamental quizá sea el de la

limitación de nuestra existencia, manifiesta, en definitiva, en la necesidad de la muerte; en que formamos parte del mundo animal por todo nuestro orden fisiológico, pero a la vez nos hemos emancipado de él; en que pertenecemos al mundo animal, estamos en él, y a la vez no le pertenecemos. Tenemos una razón y una fantasía que nos permiten, y casi nos imponen, saber que somos distintos, independientes, y que nuestro final es inevitable, y es justo lo contrario de la vida.

El choque con estos conflictos vitales nos lleva a la necesidad de entender la vida. No podemos soportarla si no la entendemos, solo comiendo y bebiendo. Tenemos que dar alguna solución al problema de la vida, y tenemos que encontrar respuestas teóricas y prácticas. Quiero decir que necesitamos un marco de referencia para orientarnos en la vida, que dé sentido y razón a la vida y a nuestro lugar en ella. Si no estamos locos, o si no reprimimos, como hacen algunos, y muchos consiguen casi del todo, la conciencia de los problemas vitales siguiendo compulsivamente una rutina de evasión, acabará obsesionándonos el problema del sentido de la vida y necesitaremos cierto marco de referencia y de orientación que nos dé razón, y creo que no solo un marco de referencia intelectual, sino también el principio ordenador de un objeto de adhesión, de algo a lo que dedicar nuestras energías aparte de las que necesitamos para producir y reproducirnos.

Me dirán que esto no es perfectamente axiomático. ¿Cómo puede demostrarse? Yo no sé si puedo demostrarlo a satisfacción de cualquiera. Lo único que puedo decir es que, por mi observación de mí mismo (y por ahí es donde uno debe empezar siempre), por la observación de otras personas que buscan asistencia psiquiátrica, y por la observación de las cosas que pasan, tengo la impresión de que esta necesidad de un marco de referencia que dé sentido, y

esta necesidad de un objeto de adhesión que nos permita centrar nuestras energías en algo aparte de producir físicamente las cosas que necesitamos para mantenernos vivos; que estas dos necesidades son imperativas e ineludibles, y por este motivo todos necesitamos una religión, suponiendo que la entendamos muy en general, a saber, como un sistema de orientación y un objeto de adhesión, independientemente de cuál sea en concreto. En este sentido, desde luego, no hablamos solo de las religiones teístas, como acostumbramos en el mundo occidental, sino también del budismo, del confucionismo y del taoísmo, e incluso del estalinismo y del fascismo, pues atienden a estas necesidades del hombre que, en nuestra cultura, satisface la religión.

#### *d) La salud psíquica y la necesidad de religión*

Pueden darse muchas soluciones a los problemas de la existencia y, de hecho, con solo abrir cualquier manual de historia de las religiones, probablemente encontraremos todas las respuestas que se han dado hasta el momento al problema de la existencia humana, porque las diversas religiones son diversas soluciones al mismo problema.

Leyendo un manual de psicopatología y estudiando las neurosis y las psicosis, veremos que estas son las soluciones individuales que algunos han dado al problema de la existencia. Con mucha frecuencia, padecen neurosis y psicosis los que son más exigentes, quizá, que la mayoría en su búsqueda de sentido. La mayoría tiene el pellejo más duro, y su búsqueda, digamos, religiosa, en este aspecto de un marco de referencia preciso y un objeto de adhesión, la cumple del modo prescrito por su cultura. Los que son más exigentes, o no pueden desoír tan fácilmente esta exigencia, crean su religión profética particular, que luego los psiquiatras llaman neurosis o psicosis.

A veces me pregunto si una persona de esta época tiene que volverse loca para poder sentir ciertas cosas. Lessing dijo una vez: «El que no pierde la razón por ciertas cosas es que no tiene razón alguna que perder», lo cual quiere decir más o menos lo mismo. Y temo que todos nos apresuramos, o al menos los psiquiatras se apresuran, a juzgar lo que es neurótico, lo que es insensato, repito, desde el punto de vista de que nuestra forma de pensar, nuestra experiencia, o nuestras soluciones a los problemas vitales son las que deben contentar a cualquiera. Por eso, cuando uno no se conforma y crea un sistema más profundo o más peculiar de orientación y adhesiones, hay que considerarlo simplemente loco, neurótico. No quiero decir, claro está, que todos los locos sean santos ni inspirados por Dios, como se cree en algunas culturas primitivas.

Creo que la diferenciación moderna entre cordura y locura tiene algo a su favor, pero no me impresiona demasiado la facilidad con que se realiza. Sabrán, según el chiste que corre por los manicomios, que la única diferencia entre el médico y el paciente es que uno de ellos tiene la llave. Es una buena forma de expresar que hay un cierto espacio para la duda sobre todas nuestras definiciones de la cordura y la locura, de lo neurótico y de lo normal, todas basadas en el supuesto de que la parte normal de la población ha encontrado una solución perfectamente satisfactoria al problema de la existencia humana, y de que el que no sea capaz de aceptarla buenamente, o busque alguna solución peculiar, no es más que un enfermo.

He dicho que la religión, en este sentido lato de la necesidad de un sistema de orientación, es propia de todos los hombres, en una u otra forma. Ahora quiero añadir que la elección no está entre religión o no religión, en este sentido lato. La elección está solo entre una religión buena o una religión mala, o entre una religión mejor y otra peor. Dicho

de otro modo, todos somos idealistas, todos nos vemos empujados por ciertos motivos aparte de nuestro propio interés, y este idealismo es la mayor bendición, pero también es la peor maldición. Apenas habrá nada malo que el hombre haya hecho en el mundo que no lo haya hecho por puro idealismo..., entendiéndolo también por idealismo, no el que se refiera a una aspiración concreta, sino los afanes que van más allá de la misión rutinaria de continuar la vida y la supervivencia, los de crear un marco de referencia y un objeto de adhesión aparte y superior a nuestra supervivencia física.

Es estúpido querer excusar a alguien diciendo que es un idealista. Todos lo somos. La única diferencia estará en los ideales que tengamos. Nos impulsa el afán de destruir, dominar, reprimir, sofocar la vida (lo que también es idealismo, psicológicamente hablando, en este sentido de mi definición), o nos mueve el deseo de amar y cooperar. Lo que importa es si somos buenos o peligrosos para el mundo, pero solo podemos discutirlo razonablemente refiriéndonos al marco y a la finalidad de la religión o del ideal que tengamos, no a la afirmación de que unos son idealistas y otros no.

En realidad, seguimos viendo que los peores ideales del mundo, que personas como las que hemos conocido y sigue habiendo en otros países, consiguen impresionar a la gente, entre otros motivos, precisamente por ser idealistas, lo que parece dignificar sus hechos más diabólicos. Seguimos teniendo la curiosa idea de que es bueno ser idealista, en vez de considerarlo natural. Todos somos idealistas, y no hay nada de bueno en ello, porque lo somos sin remedio. Tenemos este impulso. Lo que importa es abandonar esa admiración por el idealismo, y la religión y todo eso, y hacer la única pregunta pertinente: ¿qué aspiraciones tiene? ¿Qué fines persigue? ¿Qué consecuencias tendrán? ¿Cuál es la orientación de su ideal?



Naturalmente, si ahora podemos hablar de religión buena y mala, de ideales buenos y malos, volvemos sobre la cuestión que abordé al principio: si podemos formarnos juicios apreciativos de validez objetiva. Y aun a riesgo de que me llamen anticientífico y fanático, quiero decir sencillamente los que creo que son fines válidos y objetivos para la salud mental. Lo siento mucho, pero lo que voy a decir es antiquísimo, no voy a inventar ninguna palabra nueva. Desde luego, sabría emplear alguna terminología científica enrevesada, pero prefiero emplear palabras antiguas que tienen un sentido, palabras de las que todos, o al menos los científicos, nos avergonzamos.

La finalidad de la vida que corresponde a la naturaleza del hombre en su situación existencial es la de ser capaz de amar, ser capaz de emplear la razón y ser capaz de tener la objetividad y la humildad de estar en contacto con una realidad exterior e interior sin desfigurarla. En este tipo de relación con el mundo se encuentra la mayor fuente de energía, aparte de la que produce la química del cuerpo. No hay nada más creativo que el amor, si es auténtico. Estar en contacto con la realidad, eliminar la ficción, tener la humildad y la objetividad de ver lo que hay, y no hablar de cosas que nos aparten de la realidad, es el principal fundamento de todo sentido de seguridad, de sentirme «yo», de no necesitar ninguna clase de muletas que suplan la falta de este sentido de la propia identidad.

Quizá no pueda demostrarse concluyentemente que estos son los fines de todas las grandes religiones, pero sí de la mayoría. Y no por ello son fines simplemente metafísicos, que nazcan de la fe, aunque sean los fines de casi todas las grandes religiones de los cinco mil años pasados. La antropología, la psicopatología y la psicología modernas demuestran que, estudiando la naturaleza del hombre, estudiando los problemas de la existencia humana, y con tanta seguridad

empírica como la que tenemos sobre la utilidad de las vitaminas, podemos ver que estos son los fines que constituyen la mejor y única solución satisfactoria al complejo problema de la vida y la existencia.

## 2. ASPECTOS DEL PROBLEMA DEL SENTIDO EN LA CULTURA ACTUAL (SEGUNDA LECCIÓN)

### *a) La falta de religiosidad*

En la primera lección dije que la necesidad de un marco de referencia y de un objeto de adhesión es una necesidad humana básica y general, satisfecha normalmente en una cultura por lo que solemos llamar religión.

Pues bien, ¿qué marco de referencia y adhesiones podemos ver en la cultura contemporánea? (Entiendo por cultura contemporánea la evolución desde el final de la Edad Media.) Creo que, en la sociedad moderna, el fin de la cultura religiosa de la Edad Media produjo una especie de vacío religioso. El orden feudal de la religión no fue sustituido por nada, y lo que presenciamos es un creciente vacío en cuanto a un marco de referencia religioso, a un objeto de adhesión.

¿Qué vemos en nuestra cultura estadounidense, o en la correspondiente cultura actual de Europa? Vemos un cuadro semejante en muchos aspectos al que se da entre los indios estadounidenses y mexicanos, a saber, una fina capa de religión cristiana, pero con una diferencia: entre los indios, esta capa cubre algo, su antigua tradición pagana, mientras que entre nosotros me temo que bajo esa capa no hay nada. Es solo una fina capa que no tiene debajo ninguna tradición antigua, fuerte y potencialmente religiosa. [...]

Lo que ha ocurrido es que, por causa de este vacío, han aparecido nuevas religiones que han sustituido a las antiguas, y que son principalmente la religión del *fascismo* y la religión del *estalinismo*, religiones en el sentido de mi definición, como marco de referencia y objeto de adhesión. Si tienen en cuenta lo que dije el otro día sobre la religión, que no se trata de escoger entre religión o no religión, sino solo entre religión buena o mala, verán que decir que el fascismo y el estalinismo son religiones no es otorgarles ninguna calificación estimativa: es solo hacer una afirmación sobre una doctrina que ofrece un marco de referencia y que ofrece un objeto de adhesión, por la cual no solo hay hombres dispuestos a morir, lo que ya es bastante malo, sino también están dispuestos a abandonar la razón, lo que quizá sea peor. Y, sin embargo, eso es lo que hace este tipo de religiones. Su aparición, su enorme poder y atractivo, se han debido al vacío religioso, que ha ido ampliándose cada vez más durante el siglo xx, y que era menor en el siglo xix, cuando al menos la tradición moral religiosa era un factor más poderoso que hoy en la vida de la persona.

En Estados Unidos se ven cosas raras, sucedáneos menores. Piensen, por ejemplo, en un movimiento como ese que ha girado en torno al libro titulado *Dianética* [de L. Ron Hubbard, 1950], un libro verdaderamente estafalario, de un hombre que lo escribe y se convierte en el centro de atención, en objeto de adoración, no solo de gente estúpida, sino también de algunos de los mejores intelectuales de nuestra época. Es un fenómeno desconcertante, pero está claro que la necesidad de creer en algo, aunque sea en una cosa así, o de ser absurdos, por negar el sentido común, por constituir cierta esperanza irracional en algo, bastan para que alguien llegue a ser centro de atención y de interés de miles y miles de personas.

Estoy seguro de que otros muchos pequeños movimientos de hoy en Estados Unidos tienen la misma función. En cierto modo, la manía del psicoanálisis, que desde luego no es tan irracional como la dianética, tiene también cierta relación con esa búsqueda de una nueva religión en la que poder creer, lo que precisamente facilitó Freud con su fanatismo.

Otro problema que, en mi opinión, tiene mucho que ver con el vacío religioso es la *falta de elementos dramáticos y de ritos* en nuestra cultura. Podríamos decir que la vida se mueve entre dos polos, el polo de la rutina y el polo de lo *dramático*, la exaltada experiencia *dramática* que rompe la rutina. Doy por sentado que la rutina representa un papel importante, y tiene que representar un papel importante, porque en cierto modo nos asegura el poder comer, beber y trabajar. Si no hubiese buena parte de rutina en nuestra vida, todo estallaría. Quizá nos sintiésemos como en el paraíso, por la riqueza de nuestra vida interior, pero todo se descompondría, no podría haber una sociedad ordenada.

De modo que hay muchísima necesidad de rutina, de ocuparnos de la monotonía de la vida, de lo que en realidad no tiene tanta importancia y, sin embargo, la tiene desde el punto de vista de nuestra supervivencia individual y de grupo. Pero también esta rutina supone un grave peligro para el hombre, porque, debiéndose a un aspecto de nosotros mismos, a nuestro aspecto animal, a la necesidad de comer y beber, esta misma rutina tiende a ocultar, a paralizar y, finalmente, a sofocar lo que es nuestro aspecto espiritual, lo más importante en la vida y, si no les importa que lo diga, el alma, nuestra experiencia del amor, del pensamiento y de la belleza. Y en cada vida individual, y en cada cultura, hay un choque y un combate entre la parte rutinaria de la vida y de una cultura y la parte que afecta a la experiencia humana fundamental.