

Apuntes sobre ansiedad y pulsión de muerte*

Fabián Ortiz

Espacio Psicoanalítico de Barcelona
Balmes, 32, 2.º 1.ª – 08007 Barcelona
fortiz@epbcn.com
+34 93 454 89 78

14 de mayo de 2022

1 Introducción

En palabras de Sigmund Freud, «los síntomas de las neurosis actuales —la presión intracraneana, una sensación dolorosa, un estado de irritación en un órgano, el debilitamiento o la inhibición de una función— no tienen “sentido” alguno, carecen de significado psíquico. No sólo se exteriorizan predominantemente en el cuerpo (como lo hacen también, por ejemplo, los síntomas histéricos), sino que ellos mismos son procesos enteramente corporales, en cuya génesis faltan todos los complejos mecanismos anímicos de que hemos tomado conocimiento. Entonces, ellos son realmente lo que por tanto tiempo se creyó que eran los síntomas psiconeuróticos».

Las neurosis actuales, entre las que solemos incluir las llamadas crisis de ansiedad o sus homólogos, los ataques de ansiedad, son traducidas como reacciones psíquicas a procesos puramente orgánicos relacionados con la falta o carencia de descarga libidinal. En la primera teoría freudiana de la angustia (antes de su desarrollo en *Más allá del principio del placer* y otros textos), las llamadas neurosis de angustia se caracterizan por un estancamiento libidinal que no se liga a ninguna representación o a un objeto. Esta tensión sexual, entonces, es descargada en el cuerpo físico, a través de síntomas somáticos

*URL de este documento: <https://www.epbcn.com/pdf/fabian-ortiz/2022-05-14-Apuntes-sobre-ansiedad-y-pulsion-de-muerte.pdf>. Ponencia presentada el sábado 14 de mayo de 2022 en las XXI Jornadas Psicoanalíticas del EPBCN, tituladas *Aperturas en psicoanálisis (X)*, y celebradas en modalidad telemática los días 13, 14 y 15 de mayo en la sede del EPBCN.

diversos más una disposición de espera ansiosa, lo que emparenta de manera directa las neurosis actuales con las crisis de ansiedad, dado que todo su desarrollo se produce sin representación psíquica alguna.

Sin descartar que la acumulación de libido hasta más allá de lo tolerable siga generando picos de ansiedad, lo cierto es que el trabajo en la consulta provee de forma creciente e incesante de testimonios de personas que, aun cuando gozan de una vida sexual que consideran satisfactoria, se ven aquejadas del que ya es, junto a la depresión, el mal del siglo: un problema de ansiedad. ¿Cuál sería, en estos casos, la génesis de las manifestaciones somáticas tan propias del cuadro ansioso?

La hipótesis que vertebra este trabajo es que, en un mundo que avanza a toda velocidad hacia un narcisismo desatado, en el desarrollo de la ansiedad como neurosis actual participa no sólo la libido en busca de descarga, sino también la pulsión de muerte no satisfecha en el mundo exterior (por ejemplo, por contención de la agresividad, tanto en su manifestación verbal como en la física). En ese proceso, el movimiento que se produce es una vuelta (o un estancamiento) de la agresividad o de libido sexual en el interior del aparato psíquico, desde donde buscará satisfacción a través de manifestaciones que la persona vivenciará como ansiedad.

2 ¿A qué llamamos ansiedad?

La ansiedad, un padecimiento que se abre paso vertiginosamente en este siglo, con pretensiones de convertirse en el nuevo rey del diagnóstico, es un malestar que se manifiesta mediante síntomas corporales tales como palpitaciones o taquicardia, sensación de ahogo, respiración rápida o entrecortada, opresión en el pecho, sensación de miedo y hasta de muerte, sudoración, escalofríos, temblores, mareo o incluso desmayo. Puede considerarse una de las formas de la angustia, y durante mucho tiempo diferentes escuelas del psicoanálisis trataron la ansiedad y la angustia como una misma cosa, sin duda apoyadas en ciertos desarrollos teóricos de antigua data; y creemos que, por resonancias, afinidades, similitudes y coincidencias de diversa índole, es lícito tratar ciertas formas de la angustia como equivalentes a desarrollos de ansiedad.

Freud abordó por primera vez el problema de la angustia durante su investigación de las «neurosis actuales». Es posible hallar ya un primer trabajo sobre la neurosis de angustia en 1895, y aun en la comunicación a Wilhelm Fliess de poco tiempo antes (probablemente en junio de 1894, Manuscrito E)[1]. En ese momento Freud se hallaba muy influido por sus estudios neurológicos y profundizaba en su intento de expresar los datos psicológicos en

términos de la fisiología, si bien varias décadas más tarde, cuando escribe y publica *Inhibición, síntoma y angustia*[2], reformula su teoría de la angustia y ya no volverá a interesarse por la ansiedad derivada de las neurosis actuales.¹

En ocasiones, la causa de la ansiedad es conocida por quien la padece, pero la mayoría de las veces no, puesto que su origen es inconsciente. Esta diferencia no es menor, ya que, si seguimos a Freud en su recorrido por las llamadas neurosis actuales, saber qué produce la ansiedad enmarcaría a ésta entre los *procesos enteramente corporales*, como separación y apoyo bastante diáfanos respecto de las psiconeurosis.

Sería sencillo acudir aquí a cifras y estadísticas que demostrasen la incidencia que la ansiedad en sus variadas manifestaciones (crisis, ataques, picos, desarrollos, etc.) está teniendo a escala planetaria; no es nuestra intención apabullar con datos de ese orden. Es suficiente con preguntar a un reducido grupo de allegados, para ver el alcance de la situación: alguno de ellos habrá consumido, consume o conoce a alguien que ha consumido o consume ansiolíticos. España ha vuelto a ser en 2020 líder mundial en consumo legal de benzodiazepinas, un grupo de medicamentos que engloba a los ansiolíticos, hipnóticos y sedantes como el diazepam o el lorazepam, hermanos *pequeños* de los opioides, pero también con riesgo adictivo.²

Basta también con decir que estimaciones previas a la COVID-19 cifran en casi un billón de dólares las pérdidas anuales de productividad económica causadas únicamente por la depresión y la ansiedad.³ Y, obviamente, la productividad económica no es el principal de los problemas que la ansiedad está causando. De ella se deriva, por sólo citar un aspecto, el consumo masivo y muchas veces poco justificado de psicofármacos que, si bien sirven para paliar los efectos indeseados de la ansiedad en quien la padece, a menudo sólo aportan una sensación calmante y adormecedora que desvía la mirada de las personas afectadas y las aleja de la posibilidad de interesarse por el origen de su malestar. Y esto las condena a una vivencia de la ansiedad como

¹El estudio detallado de las fobias lo conduce a una aparente contradicción entre su propuesta de que la acumulación de tensión en el aparato psíquico por falta de descarga de libido sexual se mudaba en angustia y que la angustia de las fobias nace en el yo, no es producida por la represión, sino que la provoca, y termina el capítulo con un rotundo *Non liquet!* (¡no está claro!).

²Se consumieron casi 110 dosis diarias por cada 1.000 habitantes, según los datos de 95 países del mundo que la Junta Internacional de Fiscalización de Estupefacientes remitió al diario *El Periódico de Catalunya*. Siguen a España en el lamentable ránking Bélgica, con 84 dosis diarias, o Portugal, con 80, pero quedan muy lejos otros vecinos europeos como Alemania, solo con 0,04 dosis diarias.

³<https://www.who.int/es/news/item/05-10-2020-covid-19-disrupting-mental-health-services-in-most-countries-who-survey> (consultado el 19 de marzo de 2022).

sujetos pasivos ante dicha emergencia de lo inconsciente en sus producciones somáticas.

3 Contexto: porno, posverdad, pandemia, guerra nuclear... y corrección política

En épocas de Freud era habitual interpretar que las neurosis tuvieran como base la inadecuada descarga de las pulsiones sexuales. Eran tiempos de gran vigilancia a través de la educación, en la que primaban como objetivos el decoro y las buenas maneras, mujeres y hombres debían hacer elecciones de objeto heterosexuales y, sin el auxilio de la masturbación como paliativo, llegar vírgenes al matrimonio. En este marco el coito sí estaba bien visto, si bien sólo para reproducirse, según fueran las creencias religiosas de los contrayentes. Más de un siglo después de la publicación de *Tres ensayos de teoría sexual*, el matrimonio es una institución cuestionada en amplias zonas del planeta (si bien siguen siendo millones los que cada año deciden firmar este contrato), casi nadie se escandaliza cuando se habla de masturbación y las relaciones sexuales extraconyugales (y las conyugales también) están dirigidas por el modelo de la pornografía, que abunda por doquier en la internet. Si alguien quiere mantener relaciones sexuales con otra u otras personas sólo tiene que entrar en la aplicación adecuada de su teléfono móvil inteligente, escoger a la o las personas que prefiera y asunto acabado: la descarga de la pulsión habrá encontrado satisfacción. Estas prácticas se hallan tan extendidas que ya atraviesan todas las culturas, todos los estratos sociales y económicos, han alcanzado una inserción comparable a la que a mediados del siglo pasado tuvieron inventos como la televisión o la comida basura. Aunque sigue y seguirá habiendo personas que sufren y se angustian por causas relacionadas con su sexualidad, intentar una satisfacción para estas pulsiones está más al alcance de cualquiera que nunca antes en la historia moderna. El porno manda, y son legión quienes obedecen dicho mandato.

Por otro lado, vivimos tiempos convulsos, acaso no más que otros precedentes, pero diferentes en cuanto a la manera en que accedemos a la información. En tiempos de Freud, la censura contra la libertad de expresión se ejercía sobre la letra impresa en los diarios, de una manera bastante burda: los censores se encargaban de tachar o eliminar los fragmentos del texto que creían inconvenientes a sus intereses. La evolución hizo posible que, con el paso del tiempo, muchos periodistas aprendieran a censurarse antes incluso de escribir nada, lo que les libraba de la posterior acción de las tijeras. Y en los tiempos actuales, en la era de internet, a esa autocensura se suma

la llamada posverdad o mentira emotiva, informaciones que distorsionan la realidad y apelan a reacciones emocionales del público, según sus creencias individuales, por encima de la realidad que demostrarían los hechos. El asunto ha alcanzado tal dimensión que los grandes medios de comunicación se han visto obligados a crear sus propios mecanismos de control que prueben su imparcialidad ante los lectores y los espectadores. Si en su día Nietzsche escandalizó al mundo con su afirmación «Dios ha muerto», ahora nadie parece demasiado preocupado cuando se asevera que la verdad es una cuestión de creencias, porque los hechos no existen.⁴

La pandemia de COVID-19, declarada por la Organización Mundial de la Salud hace exactamente dos años en el momento de escritura de este ensayo, supuso un estallido de la posverdad a nivel global. El enfrentamiento dialéctico abierto entre Estados Unidos y China permitió que los dirigentes políticos se lanzaran a un intercambio de acusaciones sobre el origen del virus y otros aspectos relacionados con la crisis sanitaria. Mientras tanto, el planeta entero entraba en su primera fase de confinamiento, una decisión más o menos coordinada que no encuentra antecedentes en la historia de la humanidad. Miles de millones de personas vieron radicalmente coartadas sus libertades, en ese intento de los mandatarios políticos por preservar la salud de la población mundial ante una ola de contagios. Dos años después, algunas de aquellas restricciones continúan vigentes, con mayor o menor nivel de exigencia según la región del planeta y la incidencia del virus, lo que sigue marcando de manera contundente las vidas de amplios sectores de la población.

Prohibición o limitación en el número de personas que se reúnen, cierre de locales de ocio diurno o nocturno, veto para entrar o salir de ciudades o países, pruebas diagnósticas para poder viajar, cuarentenas obligatorias, aplicación del llamado *pasaporte COVID* como método discriminatorio entre personas vacunadas y no vacunadas, uso de mascarillas en espacios cerrados y también al aire libre... Dos años, y el asunto no parece haber terminado aún. ¿Nada de todo esto genera crítica, oposición, queja, molestia, desasosiego, nerviosismo, tristeza, ira, desaprobación, rebeldía...? Claro que sí. Pero en torno al asunto COVID se ha establecido una corriente *mainstream* de pensamiento, que muchos califican de salubrista, contra la que nada se puede hacer ni decir, so pena de ser tildado de negacionista, cuando no de terraplanista. Lo políticamente correcto se ha instalado también aquí, hasta el punto de haber elidido cualquier posibilidad ya no de un debate abierto, sino de la mera expresión de cualquier crítica adversa. La corrección política en

⁴Semejante idea emanó de labios del analista y estratega político ultraderechista ruso Aleksandr Dugin.

el lenguaje, que data de la década de 1980, goza de buena salud y campa a sus anchas ya no en los foros de discusión que ocupan los profesionales de la política, sino que ha logrado ocupar un sitio destacado en el pensamiento de la población. Cada uno de nosotros lleva un pequeño vigilante en su interior, presto a amordazarnos ante el mínimo atisbo de una expresión que podría resultar disonante. La represión, que en tiempos de Freud afectaba principalmente a la sexualidad, hoy se centra en la expresión oral. Y ya sabemos que no decir, que vivir callando, es una *via regia* para la formación de síntoma.

Y cuando la COVID-19 parece ir rebajando su presencia agotadora, Rusia ataca Ucrania y las voces más alarmistas amenazan con una guerra nuclear, con el consiguiente ruido mediático constante desatado desde el inicio de la guerra. Y aunque la hecatombe nuclear se quede en nada, las consecuencias inmediatamente derivadas del conflicto armado (muertes por miles, éxodos masivos de personal civil, desabastecimiento, encarecimiento de combustibles y alimentos, etc.) no han tardado en hacerse notar, y en llegar a los divanes en forma de queja, padecimiento, incertidumbre, angustia, ansiedad.

En este contexto, las personas que llegan a la consulta del psicoanalista con problemas de ansiedad, con frecuencia después de visitar un Centro de Atención Primaria sin otra *solución* que una receta para comprar ansiolíticos, sufren de nostalgia, a veces de no tener siquiera el recuerdo teñido de sentimientos de lo que dejaron atrás, de las pérdidas y sus consecuentes duelos estancados o ni siquiera intentados. Las relaciones sexuales de fácil adquisición pero desprovistas de afecto, un mundo que cambia progresiva y rápidamente a peor, la creciente falta de creencias que sirvan de asidero vital, la sensación de que la lucha y la protesta callejeras resultan cada vez más estériles para poder cambiar el estado de cosas y, como cobertura de todo el pastel, un manto de corrección política que mueve al silencio, a callar lo que se querría gritar, a lo que es cada vez más necesario poder decir para que no se enquisten como otro dolor del alma. Neurótica es aquella persona cuya represión rebasa la frontera de lo posible, y esa frontera delimita la enfermedad y la vida. Visto de este modo, superar las barreras represivas para acceder a una libertad de palabra supondría un mandamiento que obligase a abdicar de la moral, algo que resultaría políticamente incorrecto. Y es en este punto cuando poder *decir todo* se vuelve un imperativo ético, a la vez que abre un sendero a transitar en vías de una vida mejor.

Empero, si los ataques de ansiedad remiten a neurosis actuales, es decir, procesos somáticos carentes de mecanismos psíquicos capaces de explicarlos, ¿qué espacio resulta para el psicoanálisis de dichos procesos? Más adelante intentaremos dar respuesta a este interrogante.

4 Desde el diván

Vienen en calidad de apuntalamientos algunos recortes de la clínica, voces fragmentarias de estos dos años de pandemia, a veces provenientes del diván real, otras surgidas de la virtualidad de la consulta que ya se ha hecho cotidiana a través de las aplicaciones de videollamada.

Gabi⁵ consulta por problemas de ansiedad. Separado, padre de dos hijos, vive solo y mantiene una relación de pareja que le genera inseguridad y celos. «Nos conocimos por Tinder y enseguida follamos. Yo soy muy sexual, no pasa un día sin que necesite follar, o al menos masturbarme. Me relaja, el sexo para mí tiene esa función, me quita la mala leche, la tensión con que salgo del trabajo». Para Gabi, el sexo actúa como exutorio de la agresividad, y una vez efectuado el drenaje... la agresividad sigue ahí, aunque él no se dé cuenta. Entonces emerge la ansiedad, a veces en forma de celos proyectivos (con su correlato en la homosexualidad refrenada), a veces bajo el aspecto de un nerviosismo que sólo encuentra sosiego con el auxilio de los porros, el CBD, las cervezas o cualquier otra sustancia que tenga a mano, ansiolíticos sin receta, muletas para alcanzar cojeando lo que no es posible volando.

Sandra llega a la consulta después que un psiquiatra le prescribiera ansiolíticos tras apenas media hora de visita, «¡y sin siquiera un diagnóstico!». El diagnóstico le habría servido para justificar la ingesta del psicofármaco, pero en su ausencia Sandra decide dejar de tomarlo a los pocos días, y empezar una terapia psicoanalítica. «Me encanta discutir, pero más me gusta ver cómo se discuten otros, me lo paso *pipa* cuando se pelean», dice, con una sonrisa en los labios. De hecho, en sus sesiones adopta el rol de polemista, como hiciera en sus días de *gamer*, no tan lejanos. Hija de una familia pequeñoburguesa, en el hogar parental, donde vive con sus padres y sus hermanos, no se habla de sentimientos. Más aún: la sola mención de la palabra «intimidación» provoca en Sandra una mezcla de incomodidad y vergüenza que la ruboriza. «Yo no hablo de esas cosas con mi familia, ni tampoco con mis amigos», explica. Su humor varía de estados de bienestar en los que mira al futuro con optimismo, planifica y disfruta de ciertos placeres, a otros donde la ansiedad se apodera de sus actos. ¿Qué acontece, entonces? Que tiene reacciones airadas sin que la situación lo amerite, responde con exabruptos, da portazos o se encierra en su cuarto durante un día entero, a jugar online y pelearse a gusto con otros *gamers* siempre dispuestos a darle réplica. Lo que escenifica a través del juego online, sus disputas dialécticas sin cuartel, sus exabruptos, no tiene,

⁵Este y los siguientes nombres son ficticios.

sin embargo, una continuidad acorde en sus relaciones cotidianas, donde se encuentra frecuentemente midiendo qué puede y qué no decir, dónde y ante quién morderse la lengua, lo que la conduce habitualmente a refrenar la descarga de su agresividad. Los otros de su vida *real* suponen, en este sentido, un peligro ante el cual Sandra se detiene hasta quedar paralizada. «Me gustaría aprender a dejar de controlar», dice. *Control* remite, según el diccionario, a comprobación, inspección, fiscalización, intervención. Sandra intuye bien lo que le ocurre, aunque ello no la libra de sus habituales ataques de ansiedad.

Pedro es traído por sus padres cuando aún es menor de edad. Acosado en el instituto por su orientación homosexual, no quiere seguir estudiando porque no le interesa nada, ninguna de las asignaturas atrae su atención y observa el futuro con pesimismo. Se visualiza trabajando en cualquier actividad insignificante para él, y mal pagado. «A veces me quiero morir», dice. Las ideas sobre el suicidio, que irán desapareciendo con el transcurso de las sesiones, le aportan calma y sosiego a su ansiedad, que se hace especialmente notoria por las noches, cuando está en la cama, intentando conciliar el sueño, pero que también sobreviene en forma de ataques en mitad de una clase, en la hora del descanso o durante un trayecto en autobús. «¿A quién quieres matar, Pedro?», le pregunto. Ojiplático, se toma unos segundos para procesar la interpelación y responde: «A todos los que me hacen daño». No se lo ha dicho nunca a nadie, ni a sus mejores amigas, con quienes se sincera con frecuencia; sencillamente, no lo ha dicho antes porque no ha sido capaz de pensarlo. «Ahora me siento mejor», dice después de su confesión. Sin embargo, es cuando decide comenzar a muscularse en un gimnasio, a las órdenes de un entrenador personal, que Pedro logra mitigar de manera más constante y estable sus ataques de ansiedad; es decir, cuando logra descargar mediante la musculatura una buena dosis de su agresividad acumulada... mientras se prepara para ¿una guerra?

5 Clínica de la hostilidad

*La vida es viaje fecundo
si hay puentes hacia los otros.*
Pedro Aznar

Los ejemplos anteriores ilustran, aunque de manera muy sucinta, algunas maneras en que los ataques de ansiedad se presentan en la vida de las personas emparejados con una necesidad de descarga de la pulsión de muerte. La agresividad, como el agua en busca de un drenaje, se abre paso en

cualquier dirección que posibilite un alivio, y si no lo encuentra en el camino hacia el mundo exterior lo hará hacia adentro, hostigando a la propia persona mediante procesos que, vale decirlo una vez más, pueden extinguirse en un desarrollo enteramente corporal (síntomas somáticos). Empero, hay otras formas de pensar cómo podría lograrse a través del análisis un exutorio de la pulsión de muerte, lo que abriría la posibilidad de una clínica de la hostilidad que pase por el entramado de los vínculos, es decir, que cuente con las pulsiones de vida como neutralizadoras de sus feroces contrincantes.

En lo expuesto hasta ahora hemos considerado la hipótesis freudiana de que los ataques de ansiedad se produzcan por acumulación en el aparato psíquico de cantidades de energía sexual insusceptibles de descarga; a dicha hipótesis hemos aportado nuestro enfoque, consistente en considerar el estancamiento de la pulsión de agresividad como generador de los procesos somáticos propios de la ansiedad. Ahora tomaremos en consideración dos aspectos de la vida amorosa expresada en los vínculos con los otros, aspectos relacionados entre sí, mediante el estudio de dichos lazos, en un intento de elucidar qué acontece en el yo cuando las relaciones sociales sucumben a la desintegración.

En *Psicología de las masas y análisis del yo*[3] Freud describe la cohesión social como proveniente de una identificación entre los individuos que conforman la masa, identificación que se apoya en el hecho de que todos sus miembros comparten un mismo ideal personificado en el líder. Esos vínculos (*Bindung*) aportan a dichas formaciones la fuerza libidinal necesaria para preservarlas de la disolución. Es cuando la figura del líder se agrieta o desaparece que también se vienen abajo las identificaciones entre los miembros del grupo; este momento es generador de pánico, dado que la desvinculación genera indefensión, proceso que deja libre a la angustia para hacerse notar en el interior del aparato psíquico.

«Cuando los individuos, dominados por la angustia pánica, se ponen a cuidar de ellos solos, atestiguan comprender que han cesado las ligazones afectivas que hasta entonces les rebajaban el peligro. Ahora que lo enfrentan solos, lo aprecian en más», dice Freud. La sensación de vulnerabilidad ante el peligro crece debido al debilitamiento de las ligaduras afectivas que mantenían vinculados a los miembros del grupo. El pánico (o su camarada, la ansiedad) es, entonces, angustia de masas huérfanas de ese líder que se había encarnado en el ideal del yo. El texto, de 101 años de edad, anticipaba lo que vivimos en nuestros días: el pánico ya no de las masas, sino del individuo ante el peligro que figura la desaparición de lo que parecía mitigarlo. Según John Bowlby y James Robertson [4], la angustia pasa por tres etapas progresivas: protesta, desesperación y desapego. En la primera etapa, el niño llora y hace

evidente su enfado cuando la figura de apego se marcha. En la segunda, las protestas van cesando, aunque perdura una molestia, y a menudo el niño parece perder el interés por el entorno. Por fin, en la etapa de desapego, si la separación de la figura de confianza continúa, el niño rechazará al cuidador cuando éste vuelva, y le mostrará... fuertes signos de ira. Se creará a partir de aquí un apego llamado evitativo, que en el niño devenido adulto se manifestará en dificultades para vincularse afectivamente, una tendencia al individualismo y a huir de situaciones donde se pueda generar intimidad. En resumen: caída de los ideales comunes, desvinculación y hostilidad.

En nuestros días, el declive de las figuras de autoridad supone para las personas una dificultad para aceptar los límites, pero también una orfandad de alguien o algo contra qué oponerse, pelearse, descargar fragmentos de una pulsión de muerte y de vida que, en ausencia de ciertas ideas rectoras capaces de orientar a dichos sujetos, les deja inermes y les convierte en presas de esas mismas pulsiones; en su búsqueda de satisfacción, la pulsión de muerte se revierte contra la propia persona. La desvinculación social, la lejanía o ausencia completa del otro hace que esos individuos sean más permeables al pánico. O, dicho de otro modo, los convierte en sujetos ansiosos... de descargar sus pulsiones. Los vínculos que se rompen son generadores de ansiedad, mientras que la desaparición de la figura que lidera produce desvinculación: ya tenemos montada la rueda que gira y genera la energía ansiógena. Y se abre aquí una nueva problemática: ante la dificultad (cuando no la imposibilidad) de vincularse con ese otro que obliga a indagar y respetar su alteridad, cada vez más personas emprenden el viaje de retorno hacia las relaciones familiares, que son en muchos casos generadoras de altos niveles de neurosis.

Así, una clínica de la ansiedad pasaría entonces también por una clínica de la hostilidad, de las pulsiones de muerte, sus manifestaciones y sus destinos. La angustia ante la separación ha crecido exponencialmente en los dos últimos años, con escenas y testimonios desgarradores de personas que han perdido a seres queridos sin siquiera poder despedirse de ellos o simbolizar la dimensión de tal pérdida. Con frecuencia creciente, asistimos a requerimientos de personas que piden psicoanálisis pero, en su desconocimiento de esta práctica, se refieren a adquirir *herramientas* para *gestionar* sus emociones. La consulta no es ni un taller ni el despacho de un *manager* empresarial, por lo que el trabajo analítico huirá de estas fórmulas emergidas de ciertos psicologismos, para enfocarse primordialmente en que el analizante conozca sus propios procesos afectivos, se haga cargo de ellos y acepte que en él también moran deseos, sentimientos y anhelos que contrarían cualquier buenismo imperante en su conciencia moral. Vérselas con la propia agresividad debe ser el primer paso, en estos tiempos de sexo fácil, represión verbal y corrección

política, para poder destronar a la ansiedad del sitio que ha ocupado de forma súbita. Y huir de recetas, dejar las herramientas en el taller y limitar la función del gestor a aquellos ámbitos donde se justifica su presencia.

Hemos visto hasta aquí los efectos, a menudo devastadores, que una excesiva contención de la agresividad causa en las personas y es percibido como picos, crisis o ataques de ansiedad. Lo hemos abordado a partir de una observación que emerge de la labor clínica, para apuntalarlo después con aportaciones teóricas. Ese recorrido nos ha llevado también a elucidar que en la desvinculación, además de quedar liberados importantes montos de pulsión de muerte, se produce un estancamiento de libido, si bien no en los términos de sexualidad genital tal como lo pensaba Freud en su trabajo con las neurosis actuales. En este caso lo que acontece no es sólo que se liberan angustia y pulsión de destrucción, sino que es, de nuevo, el estancamiento libidinal como consecuencia de su despliegue en los vínculos sociales el que aporta su *quantum* de malestar a la vivencia ansiógena.

Así, hemos regresado, cómo no, a Freud, en cuya teoría ocupa un lugar destacadísimo lo sexual en su sentido ampliado, esa vida libidinal que resulta crucial para el encuentro con los otros, puentes que se tienden para neutralizar los efectos con frecuencia devastadores de la pulsión de muerte. Mezclados, Eros y pulsión de muerte devienen compañeros inseparables de una danza intensa y bella. Por separado, ni uno ni la otra posibilitan una lucha entre nuestras tendencias destructivas y la búsqueda de placer.

6 Agradecimientos

Quiero dar las gracias (en orden cronológico de lectura) a Eva Rodríguez, María del Mar Martín, Ana Sáncer, Carlos Carbonell, Silvina Fernández, Josep Maria Blasco y Olga Palomino, sin cuya aportación esta ponencia no habría mejorado hasta su aspecto presente. Y agradezco también a las personas que diariamente confían en nosotros, los analistas, como acompañantes en el viaje que haga posible mejorar su salud psíquica. Sin el concurso de ellas, las pacientes, nada de esto sería posible.

Barcelona, marzo-mayo de 2022

Referencias

- [1] Sigmund FREUD. *Fragmentos de la correspondencia con Fliess (1950 [1892-99])*. Buenos Aires: Amorrortu Editores, 2007.
- [2] Sigmund FREUD. *Inhibición, síntoma y angustia*. Buenos Aires: Amorrortu Editores, 2007.
- [3] Sigmund FREUD. *Psicología de las masas y análisis del yo y otras obras*. Buenos Aires: Amorrortu Editores, 2007.
- [4] John BOWLBY. *Vínculos afectivos: formación, desarrollo y pérdida*. Madrid: Morata, 1986.