

# La edad de la angustia

**Ansiedad, congoja, incertidumbre, son palabras sinónimas que se utilizan comúnmente para designar este estado de ánimo, muy frecuente en nuestra ciudad y en tiempos de crisis social**

Por **ENRIQUE GUARNER**

Una paciente me hacía la siguiente descripción: «Llegué a una reunión y sin razón alguna sentí que mi corazón palpitaba aceleradamente». Otra persona me aseguraba que al entrar a un edificio sintió un mareo y que temblaba por dentro. Un tercero relató que con frecuencia no podía detener el que sus manos le sudaran frío antes de saludar. Todos los casos anteriores tienen un factor común que es el que domina nuestras vidas: la angustia. Las palabras sinónimas que se utilizan para designarla son: ansiedad, congoja, incertidumbre, etcétera.

**La inocencia del ser humano se pierde con la culpa: Kierkegaard**

Aunque la angustia era mencionada como una alteración de la tranquilidad emocional desde los tiempos de Hipócrates, puede decirse que el primero en estudiarla fue el famoso filósofo y teólogo existencialista Sören Kierkegaard, quien en 1844 publicó: *El concepto de la angustia* como una investigación psicológica orientada hacia el problema del pecado original. Curiosamente el autor utilizaba el seudónimo de *Virgilius Haufniensis* disfrazando con ello las posibles críticas que sus ideas pudieran provocar.

Según Kierkegaard, la inocencia del ser humano se pierde por medio de la culpa y que esta impureza no debe echarse de menos dado que la perfección no existe y que se pierde en el momento que se nace. La inocencia es ignorancia y nunca produce culpa. En un juego de palabras el teólogo danés afirma que: «La angustia es la realidad de la libertad como posibilidad ante la posibilidad». Por lo tanto, la angustia surge al permitir la salida de la libertad interna.

Para Kierkegaard la sexualidad que en un principio era inocente se convierte en un mal y el actuarla da lugar al arrepentimiento. La angustia se incrementa con la sensibilidad y por ello la mujer está más sujeta a la ansiedad que el hombre.

Durante siglos, la civilización cristiana aseguró que tanto la angustia como la culpa formaban parte de la naturaleza humana y se derivaban del pecado original. Ante este delito no había más salvación que el estado de gracia y la fe.

**Señal para evitar la salida de un impulso sexual o agresivo**

Cuando surgió la edad de la razón, se intentó que el hombre abandonara estas ideas y diera una explicación científica al problema de la angustia. Desde 1895, Sigmund Freud se ocupó del tema diciéndonos que la angustia se originaba porque la energía sexual era reprimida. Esta sencilla explicación fue sometida a crítica porque exponía un mecanismo, más no sus causas. Fue por ello que en 1925, el genio vienés propuso una nueva teoría diciendo que el fenómeno de la angustia se producía como una señal anticipatoria para evitar la salida de un impulso de naturaleza sexual o agresivo. En otras palabras, la ansiedad sería una indicación del incremento de los impulsos o la falla de las defensas que se oponían a su emergencia.

En realidad, podría decirse que estas interpretaciones han funcionado parcialmente. El culto al inconsciente y al Psicoanálisis han dirigido al hombre hacia sí mismo y a sus propios recursos.

En el fondo hacen que uno se enfrente hacia lo que más teme que es su propio ser. En la novela *Demonios*, de Dostoievsky, Kirilov dice: «Si no existe Dios, yo mismo soy Dios».

Cuando algo se vuelve tan universal como la angustia, es difícil medirla o entenderla. Es además imposible asegurar si se ha incrementado en los tiempos actuales, pero muchos pensamos que en épocas anteriores estaba más encubierta. Varios periodos de la historia pueden señalarse como aquéllos en los cuales la inquietud se incrementó. La invasión de Grecia por los persas o la caída del imperio romano fueron episodios en que los habitantes de dichas regiones entraron en pánico. Asimismo la llegada del año 1000 en el que la tradición aseguraba que ocurriría el juicio final.

El siglo XVI con los descubrimientos de Copérnico y Galileo que movieron a la Tierra del centro del universo, o de Colón revelando la existencia de un nuevo mundo. El apogeo de la revolución industrial y el abandono parcial del trabajo manual. La depresión de 1929 y las guerras mundiales, deben haber sido periodos más angustiantes que otros.

En México cabe mencionar «la decena trágica», el terremoto del 19 de septiembre de 1985 y la época de crisis que vivimos en la actualidad. Todos estos acontecimientos apoyan la importancia del factor socio-económico en el impulso agresivo que desarrollan mayores inquietudes del ser humano.

Sin embargo, tanto la angustia como la culpa son inevitables para vivir porque nos avisan de los peligros y nos hacen responsables. El sujeto que carece de ambos es un antisocial destructivo. Si tratamos de diferenciarlos diremos que la angustia se produce en la parte organizada de la mente que lucha contra los impulsos del presente o futuro. La culpa por el contrario envuelve a la conciencia moral y sucede en relación a un acto del pasado que se vuelve en contra de nosotros.

En cuanto al tratamiento de la angustia existen todo tipo de sedantes y tranquilizantes, los cuales disminuyen los síntomas, pero no logran entenderla. Cabría señalar que lo que la gente necesita no es preocuparse menos, sino inquietarse más.

