

# La Abstinencia

**L**A negación de toda gratificación sexual, produce un estado de frustración, el cual sin embargo, puede en ciertos individuos geniales dar lugar a una extrema creatividad. Tal fue el caso del filósofo Immanuel Kant, quien nunca se casó, ni pretendió a mujer alguna. Tampoco puede sospecharse que sufriera de homosexualidad, sino que reprimió su vida erótica.

Con el objeto de sublimar su conflictiva, Kant hizo una mecanización de su existencia. Se supone que su fiel sirviente lo despertaba todos los días a las cinco de la madrugada y a lo largo de treinta años nunca dejó de responder a su llamada. Después de levantarse y llevar a cabo su arreglo personal, el filósofo dedicaba dos horas para preparar las clases que impartía en la universidad y otro para la lectura ante los estudiantes. En el aula nunca se utilizaba un texto rígido, sino que se vislumbraba el tema, llenándolo de anécdotas e ilustraciones, sólo entonces el genio de Koenigsberg redondeaba sus ideas y magistralmente despejaba las teorías fundamentales.

Al comienzo de la clase la voz de Kant era débil, pero pronto surgía su elocuencia y capacidad que lo hicieron famoso mundialmente. Siempre exigía un completo silencio y alentaba el pensamiento independiente.

Al mediodía el filósofo hacía la única comida del día en algún restaurant cercano, que sin embargo cambiaba para evitar a los forasteros. Cuando Kant almorzaba en su casa, siempre tenía invitados y solía prolongar la conversación hasta bien entrada la tarde.

Al finalizar recorría por una hora partes de la ciudad y al regresar a su hogar escribía o leía hasta las diez en punto. Era entonces cuando se enrollaba en una manta como si fuera un tamal y se acostaba a dormir.

Se dice que Kant era tan puntual que las personas de Koenigsberg al verlo caminar por la calle, ponían sus relojes en hora. Además el filósofo jamás cambió su recorrido y nunca viajó fuera de la ciudad que lo vio nacer. En su juventud asistía a reuniones sociales, donde destacaba como un gran conversador, pero a partir de los cincuenta se volvió extremadamente solitario.

A pesar de su obsesividad Kant fue un pensador notable, siendo honesto, sincero y moralmente intocable. Nunca se le conoció amor alguno, ni tuvo sentimientos profundos. Si bien visitaba a sus amigos en una enfermedad, en cuanto morían reprimía toda referencia o alusión a ellos.

Siguiendo la forma de conducirse de Immanuel Kant podríamos definir la abstinencia como una práctica de contener o frenar cualquier actividad de carácter sexual. Ciertos grupos religiosos como los católicos demandan de sus seguidores como sacerdotes o monjas el que se priven de los deseos eróticos. A veces este mismo concepto se aplica a los feligreses con el objeto de detener con leyes morales el que practiquen la fornicación o la homosexualidad. Sin embargo, tenemos que aceptar que existe cierta laxitud en la aplicación de la regla, porque el ser humano resulta incapaz de vivir en la abstinencia. Aun aquellos que juran ser célibes saben lo difícil que resulta la castidad absoluta. Es decir, que la idea se ha transformado en únicamente un concepto sublime, pero inaplicable.

La mayoría de los psiquiatras cuestionan la demanda y consideran la abstinencia como contra productiva para la salud mental. Piensan que la represión del impulso sexual y la inactividad de los órganos genitales condicionan un desbalance emocional y por lo tanto, una neurosis. Tal vez Kant encontró en su creatividad y la mecanización de su vida, una forma de combatir sus impulsos, aunque esto mismo produjo el carácter obsesivo-compulsivo que describió. Sin embargo, al través de la historia siempre ha existido controversia entre quienes defienden la abstinencia y sus detractores.

Aquellos que abogan por la continencia sexual, aseguran que su efecto es saludable, porque suponen que existe una mayor felicidad en los inexpertos. Esta situación es discutible dado que frecuentemente se hace parcial en favor del varón y se aplica la abstinencia a la mujer que debe llegar virgen al matrimonio, habiendo pocas que aceptarían el que su marido fuera célibe ensayando por primera vez con ellas.

La realidad es que la mayoría de los estudios sociológicos demuestran que la pareja funciona mejor cuando probaron antes de casarse. La razón parte de que se reducen los casos de frigidez o de impotencia, puesto que saben a qué atenerse. Es por ello que ya en 1924, Sigmund Freud en un artículo intitulado *Civilización, moral sexual y nerviosismo moderno* escribía: «La abstinencia completa no es la mejor preparación para el matrimonio, puesto que en muchas ocasiones lo derrota y termina».

Existen bastante dudas en relación al efecto de la abstinencia en el desarrollo del carácter. Una de las razones para que ella se acepte se deriva de que el ser humano no puede sobrevivir sin morir de sed, el hambre o la eliminación de las sustancias que excreta. En cambio, lo que pasa años sin verificar el acto sexual, sin fallecer. Esto dio lugar a que las religiones consideraran la abstinencia como una virtud que en apariencia no traía peligro alguno. Las religiones llegaron a establecer que las castidad domada al animal que el hombre trae adentro y que al prescindir de los placeres terrestres, se alcanzaba el contacto directo con los dioses. Los cristianos primitivos pensaron en mortificar y considerar pecados los actos carnales, pero pronto rectificaron sus ideas y aceptaron el amor sexual dentro de los límites del matrimonio.

Otro de los mecanismos utilizados por los defensores de la abstinencia es la posibilidad de la sublimación, o sea, la probabilidad de que la inhibición del impulso sexual pueda desplazarse a situaciones creativas o socialmente aceptables. Se adjudican a la continencia las obras de arte o el interés científico que solamente se producirían al través del sufrimiento y displacer humano. Esta teoría resulta simplista dado que infinidad de hombres ilustres nunca fueron abstinentes.

Al respecto Sigmund Freud, descubridor del mecanismo de la sublimación, nos dice: «En general, es mi impresión que la continencia no promueve el desarrollo de hombres independientes, innovadores, o pensadores originales, sino que frecuentemente da lugar a personas bien comportadas y débiles, las cuales se pierden en la gran multitud». Esta observación es bastante exacta, pero cabe agregar a ella que la abstinencia da lugar a neuróticos obsesivos o histéricos, así como a todo tipo de problemas psicósomáticos como son la frigidez o la impotencia sexual.

Algunos autores que abogan en contra de la promiscuidad sexual argumentan los problemas higiénicos como las enfermedades venéreas. Estas últimas constituyeron una plaga hasta la llegada de los antibióticos, pero después perdieron vigencia. Sin embargo, la aparición reciente del SIDA ha dado lugar a un nuevo debate acerca de la continencia sexual.

## La abstinencia en el psicoanálisis

Desde la iniciación del psicoanálisis, Freud recomendó la regla de la abstinencia por parte del terapeuta, con el objeto de negar al paciente de cualquier gratificación que no ayude a su tratamiento. Es por ello que el psicoanalista se mantendrá continente desde el punto de vista sexual para permitir el avance de la terapia.

Esto no es tan fácil como se supone porque determina una gran capacidad para actuar en dos polos opuestos, como son la frustración y la recompensa. Demasiada privación con silencio crea un masoquismo o hace que el analizado abandone el psicoanálisis. Por otra parte, la excesiva complacencia con interpretaciones frecuentes prové un exceso de satisfacciones secundarias dando lugar a la pérdida del contexto terapéutico.

Es por ello que la dualidad transferencia-contratransferencia con la expresión de los sentimientos y emociones que los dos integrantes de la relación experimentan es la clave para el progreso del tratamiento. La presencia en el psicoanalista de una actitud empática y humana suplementa las frustraciones que la terapia impone. Este requerimiento es mayor para el terapeuta dado que sufre un enorme número de estímulos y se ve obligado a posponerlos o limitarlos. Esto se hace más difícil ante pacientes hermosas que traen aparejadas el abandono de grandes tentaciones en favor de una disciplina que podríamos denominar kantiana.