

Symposium sobre Religión y Salud Mental

Javier García

El día 17 de junio de 1989 la prestigiosa Sociedad Mexicana de Salud Mental, A.C., organizó el symposium *Religión y Salud Mental* en el auditorio del Instituto Nacional de Salud Mental del D.I.F. El hecho de que se haya celebrado en México, D.F., y en un centro oficial de un organismo vinculado al gobierno, es signo elocuente de los nuevos vientos que corren en el ámbito cultural y político del país.

Y el hecho de que se hablara con plena libertad, sin limitaciones ni actitudes vergonzantes, sobre religión y salud mental — un tema, hasta hace poco, tabú por ambos lados —, es asimismo signo de las nuevas actitudes en el mundo del psicoanálisis y en el de la religión. En el retorno cíclico de la historia de la cultura, un tema que se creía definitivamente sepultado por la mente positivista de Sigmund Freud — el estadio de la religión suplantado definitivamente por el de la ciencia —, la religión vuelve a suscitar el interés de los “hombres de ciencia” — término rancio, también de indudable cuño positivista.

En efecto, durante más de medio siglo la religión ha sido entre los psicoanalistas freudianos ortodoxos un tema tabú o, a lo más, una psicopatía que hay que aliviar por medio del psicoanálisis. Pero como toda dimensión humana genuina, por más que sea negada, marginada o reprimida, tiende a volver a la superficie de la personalidad — y en la religión topamos con la clave de bóveda de la personalidad —, el tema y la actitud religiosa volvían una y otra vez a inquietar a los psicoanalistas. Este hecho, sumado a la crisis generalizada de muchas tesis interpretativas y métodos terapéuticos del psicoanálisis, ha hecho que se preste una atención cada día creciente a la dimensión religiosa del hombre al hablar de salud mental. Por otro lado, una mayor información por parte de los teólogos en el campo del psicoanálisis y de la psicología en general, también ha favorecido este inicial y todavía tímido acercamiento de los dos polos.

Ya en el año 1973 el teólogo luterano Heinz Zahrnt, observador interesado de todo gran movimiento actual que tenga que ver con la religión —ha estudiado las teologías de la desmitologización bultmanniana, de la secularización, de la muerte de Dios, etc.—, organizó un debate entre psicoanalistas de diversas tendencias y teólogos. El resultado de esta confrontación lo publicó en el volumen *Jesús de Nazaret y Sigmund Freud*.¹

Por eso juzgamos una audacia cultural de relieve y un acierto de verdadero humanista la intuición del Dr. Héctor M. Cabildo, fundador y presidente de la Sociedad Mexicana de Salud Mental, el haber organizado el presente symposium. El mismo lo justifica adecuadamente en su intervención introductoria:

“Una persona nace con un equipo somatopsíquico, que se va a conformar en el seno de una familia, que le transmite, desde el primer día de nacido, todos los valores y costumbres de la cultura a la que pertenece. La religión y sus normas de vida van a ser asimiladas por el niño bajo el ejemplo y conducta de sus padres; más tarde influirán también otros familiares, el vecindario, la escuela y toda la comunidad en que se desenvuelve. Si el bagaje religioso que ha recibido lo orienta hacia los valores trascendentes del bien, la verdad, la justicia y el amor, se podrá afirmar que su religión ha favorecido el desarrollo armónico y equilibrado de su personalidad, ha contribuido a su buena salud mental. Si, por el contrario, la educación religiosa está mal impartida y a veces francamente deformada por la conflictividad de quien la imparte, o si se toma únicamente a nivel cognoscitivo y no como norma de vida, entonces la religión influirá poco al buen desarrollo de la salud mental y aun podrá ser fuente de conflictos intra y extrapsíquicos. La religión es entonces un elemento que de todos modos va a influir, positiva o negativamente según el caso, en la salud mental, individual y social. Por lo que es necesario tenerla en cuenta al planear acciones de promoción del bienestar humano. Es deseable, al igual que con otros elementos de la cultura, aprovechar la influencia positiva que pueda tener en el psiquismo humano”.

Y concluye el psicoterapeuta experimentado que hay en él:

“En los consultorios psicoterápicos es indispensable tomar en cuenta y respetar el marco de creencias y valores religiosos

¹ HEINZ ZAHRT, *Jesús de Nazaret y Sigmund Freud*, Verbo Divino, Estella Navarra, 1974.

del individuo, pues, de no hacerlo, el paciente puede recibir más perjuicio que beneficio”.

Con esta introducción se abrieron las dos sesiones, en forma de panel de expositores, del presente symposium. Fue el mismo Dr. Cabildo quien moderó el panel primero, “Influencia de la Religión en la Salud Mental individual y colectiva”, teniendo como copresidenta a la Dra. Graciela Olmos. En un clima de sano pluralismo y libertad, hubo cuatro ponencias, representativas de otros tantos planteamientos del binomio religión y salud mental.

El Dr. Víctor Guiza Cruz, director del Instituto Nacional de Salud Mental del D.I.F., médico paidopsiquiatra, puso como premisa fundamental de la salud mental la adecuada percepción de la realidad, añadiendo que la religión contribuye a la salud mental, si ayuda al individuo a cumplir con sus roles sociales y vitales: adaptación al ambiente, unidad interna de la personalidad, conocimiento y aceptación de sí y de los demás. Es verdad que Freud y el mismo E. Fromm, consideran la religión como un comportamiento neurótico, relacionado con el complejo de Edipo, y que hay formas patológicas de vivir la religión, como el demonismo —visto como tendencia a descargar en el diablo la responsabilidad de las propias acciones o de las de los demás—, o la intolerancia en relación con quienes no profesan nuestro mismo credo —como tenemos trágicos ejemplos en los actuales conflictos de Oriente Medio—; pero la religión, cuando es vivida sana y auténticamente, es factor importantísimo de ayuda a la persona para cumplir sus roles sociales.

Javier García, profesor en la Universidad Gregoriana, de Roma, representaba la posición de la teología católica en este forum sobre religión y salud mental, y no le fue muy difícil hacer ver la relación de la fe religiosa y la salud física, espiritual y social, con ejemplos tomados del Antiguo Testamento, vgr. la curación de Tobías, de Naamán, el Sirio, la reflexión del autor del libro de Job sobre el sufrimiento del inocente y del justo; o con ejemplos del Nuevo Testamento, como la curación del siervo del Centurión, de la mujer hemorroísa o del niño epiléptico, tomados de Lucas, el evangelista médico. También se detuvo sobre la relación tan estrecha entre salud física y perdón de los pecados, vistos no como efecto y causa, sino como dos fenómenos derivados de la misma causa, la victoria definitiva de Jesús sobre la muerte y el pecado precisamente por medio de su muerte y resurrección.

Tal relación entre pecado y angustia, perdón y serenidad psíquica, es un hecho familiar en la Iglesia católica en el ejercicio del

sacramento de la reconciliación, que es auténtica terapia profunda, con un plus decisivo y cualitativo, la gracia o amor de Dios que borra de raíz el pecado de la conciencia del hombre "enfermo y pecador". No faltó la alusión a la logoterapia como técnica que ayuda a recobrar la salud mental descubriendo que la vida humana tiene o debe tener un sentido.

La Dra. Raquel Kleinberg, judía, hizo una exposición lineal, lúcida, lógica y densa sobre Antiguo Testamento y salud mental. La religión judía se puede definir como *monoteísmo ético*, donde la fe en el único Dios va unida a la observancia de los Diez Mandamientos dados por Yahvé, que el Talmud resume así: "Amar a Dios en las creaturas y amar a las creaturas en Dios". Significativa es la respuesta que el sabio Hilel dio a quien le demandaba: "Enséñame todo el judaísmo mientras yo estoy parado en un pie", queriendo con ello decirle: "Sintetiza el judaísmo al máximo". Hilel contestó sin titubear: "Todo el judaísmo se resume en estas palabras: no hagas a tu prójimo lo que no quieras para tí mismo".

Singular e ingenioso modelo de exégesis judía: los Diez Mandamientos fueron escritos en las dos tablas de la ley. ¿Por qué dos tablas y no una, tres o cuatro? En una tabla hay cinco mandamientos sobre la relación del hombre con Dios, en la otra, otros cinco sobre la relación del hombre con su prójimo: perfecto equilibrio, cuya suma, diez, representa la unidad; su respeto y observancia trae consigo orden social y beneplácito divino: he aquí una contribución decisiva a la salud mental individual y colectiva. El Antiguo Testamento, al revelar al hombre que ha sido creado "a imagen y semejanza de Dios", le da la clave de un conocimiento realista de sí mismo, de su grandeza —"a imagen de Dios"— y de su límite —no "como Dios" o "igual a Dios", sino "a imagen, parecido a Dios", es decir, creatura—. Y, lo sabemos, la percepción realista de sí mismo, es fuente de salud mental.

El Dr. Roberto Flores Villasana, en su recorrido histórico, rastreó el sentido religioso del hombre: desde el séptimo milenio antes de Cristo hay vestigios de que el hombre es naturalmente religioso; afirmación que va de la mano de aquella otra de un autor de los primeros siglos del cristianismo: "el alma humana es naturalmente cristiana". En el mundo antiguo, de Mesopotamia y Grecia, el sentido de responsabilidad de las personas va siempre junto con el sentido de culpa. El psicoanálisis, como técnica de exploración del subconsciente, nos ayuda a tomar responsabilidad y conciencia del otro, y a despojarnos de lo que nos impide el crecimiento: el abuso egoísta del sexo, del poder, del tener, del saber. Y nos dice: "mien-

tras no te despojes de tus objetos, sobre todo del más antiguo, tu yo, no serás libre".

En el segundo panel, dedicado a "Terapia y Religión", presidió, con comentarios pertinentes y brillantes, el Dr. Víctor Uriarte, vicepresidente de la Sociedad Mexicana de Salud Mental, y actuó como copresidenta la Dra. Enriqueta Gómez MacKinney. Abrió la sesión la breve, pero jugosa, relación del padre Alfonso Carmona Ovando, fundador del Centro de Rehabilitación para toxicómanos del Estado de México. Breve fue su ponencia, pero con el aval de su dedicación a ayudar a los jóvenes toxicómanos a recuperarse, siguiendo la actitud terapéutica de Jesús, que él llamó "método inductivo-existencial": Jesús ama al hombre en lo que es, pero respeta su libertad, lo responsabiliza en su crecimiento y lo ayuda con su gracia en su camino existencial. Cristo, como terapeuta de sus apóstoles y de los demás hombres y mujeres que acudían a El, usa la técnica trascendente, es decir, parte de la situación de la persona, busca, su renacimiento para que se responsabilice de sus actos, sea dueña de sí misma y se abra a los demás: "ama a tu prójimo como a ti mismo". Se adapta a cada persona, toma una actitud de *escucha*, brindando confianza a las personas y así éstas se abren a El, permitiéndole su acción saludable. Así obró con la samaritana, con Saqueo y con el escéptico apóstol Tomás. La actitud de Cristo está en función del individuo, no el individuo en función de Cristo. "No he venido a ser servido, sino a servir"; podría ser el lema de todo auténtico psicoterapeuta.

La joven Dra. Stella Cabildo O., psicoterapeuta y creyente cristiana, ofreció una rica experiencia, a la vez profesional y vital, de los efectos de la conjunción de terapia y oración. Convencida de que el desarrollo del espíritu ayuda a resolver otros problemas humanos interpersonales y amplía el campo de la conciencia, formó un grupo de terapia, de diez personas. De agosto de 1984 a junio de 1986 se reunían semanalmente en sesiones de una hora, en las que dedicaban treinta minutos a meditación profunda y treinta a terapia grupal transpersonal, siguiendo la técnica de Rogers. Los resultados fueron muy positivos. Con esto, concluía la Dra. Stella, no hacía sino poner en práctica lo que el Vaticano II y el Documento de Puebla habían dicho: para que el hombre desarrolle unas relaciones personales más adecuadas, tiene que relacionarse más íntimamente con Dios.

La nota pintoresca y el tono de contraste lo puso el psicoanalista de estricta observancia freudiana, Dr. Antonio Santamaría, para quien la religión es el producto final de las actividades pulsionales. Su función es responder a tres necesidades humanas: satisfa-

cer la necesidad de pervivencia de los padres —en la trinidad familiar, el padre, el hijo y el “espíritu santo”, que es la madre, como elemento más arcaico—; calmar la angustia: función ansiolítica de la religión a través de la diosa-madre, llámese Coatlicue, en la religión mexicana, o Virgen de Guadalupe, en la católica, y la necesidad de la creatividad: el osito de peluche es el objeto transicional del niño; a medida que el niño crece, lo será el juego, el arte y la religión; por eso en la religión católica se da el máximo de creatividad (!). Cerró su credo freudiano con esta frase: “Cristo no tuvo necesidad de matar al padre, se puso a su lado; pero él mismo fue muerto por los hijos, para dejar paso al hijo”.

No podemos pasar por alto el conmovedor testimonio del Sr. Adolfo Grain, que trabaja prestando asistencia social y cristiana a los presos de los reclusorios de las Islas Marías. Su testimonio, rudamente expresado, como es ruda la realidad de los reclusorios de México, se condensó en esta confesión generosa: “Si Cristo se la jugó por los pobres y por los más fregados, también yo me la juego”.

Como se ve, el symposium dio voz a diversas corrientes interpretativas y a diversas experiencias de la relación de la religión con la salud mental. El pluralismo no impidió la seriedad y la altura de las exposiciones. Aunque es todavía prematuro sacar conclusiones definitivas de esta aproximación entre dos polos tradicionalmente opuestos, sí podemos afirmar que hay ya un fecundo acercamiento entre psicoanalistas y creyentes y que el diálogo se está revelando apasionante y prometedor. Pensamos que estamos en los inicios de una nueva época, al tender puentes entre las dos riberas antes incommunicadas de religión y teorías y métodos psicoterapéuticos. Ahora se empieza a prestar más atención a *todo el hombre*, cuya dimensión religiosa no es simplemente una más entre las que configuran su existencia, sino justamente la clave de bóveda de todas las nervaduras de su personalidad.

Así como en medicina cada día se habla más de “medicina total” y se subraya la importancia de la relación médico-enfermo como factor decisivo en el proceso terapéutico, así hoy hemos empezado a hablar de “psicoterapia total”, al no ignorar la dimensión religiosa del hombre y darle su justo y primordial relieve entre los dinamismos de su textura existencial.