



## Hacer visible la obscuridad: La distinción entre desesperación y depresión en los *Diarios de Kierkegaard*<sup>1</sup>

Gordon Marino

Hong Kierkegaard Library, St. Olaf College

Publicado en “El Garabato” No. 12. México, octubre de 2000

Kierkegaard se quejaba de que “la época de hacer distinciones ha pasado”. Y ciertamente, la época en la que se distinguía entre desesperación y depresión ha pasado. Si alguien en nuestros tiempos dijera que está desesperado, seguramente pensaríamos que lo que realmente quería decir era que está deprimido. Sin duda, la muerte de la desesperación tiene algo que ver con el colapso del orden sagrado. Antes se consideraba la desesperación como uno de los siete pecados capitales, puesto que el individuo que desesperaba estaba renunciando a Dios. En nuestros días, la desesperación se entiende como falta de esperanza, la falta de esperanza como depresión, y la depresión como algo que se cura, como decía Kierkegaard, mit Pulver und mit Pillen, es decir, “echándole unas píldoras”. Sin embargo, algunas veces he percibido cierto descontento con la tendencia a interpretar cada punzada de la psique como un síntoma de una enfermedad más frecuentemente entendida como un “desequilibrio químico”. Kierkegaard dedicó mucho de su pensamiento al significado de la angustia mental y sus meditaciones en este tema deberían decir algo a una época en la que la mayoría de la gente, en algún momento de sus vidas, buscan ayuda profesional por problemas psicológicos, y más comúnmente por depresión.

Desde la primera hasta la última página de su vida, Kierkegaard arrastró la cadena de su melancolía. Al igual que Pascal, Montaigne y otros guardianes de la oscuridad invisible, Kierkegaard veía su depresión con ojos de naturalista, y al igual que la mayoría de los psicólogos modernos, tenía copiosas notas sobre su pena. Uno de los temas recurrentes en los *Diarios* de Kierkegaard es su estado de angustia mental, crónica e inexpressable.

Uno de los puntos fijos de las obras de Kierkegaard es su afirmación de que lo interior y lo exterior son inconmensurables. Para Kierkegaard, no se

---

<sup>1</sup> Título original: Making the Darkness Visible: On the Distinction between Despair and Depression in Kierkegaard's Journals. Traducción de Leticia Valadez H.

pueden leer los linimentos de la vida espiritual de una persona a partir sus acciones. Hay insinuaciones de este precepto antihegeliano en las notas de Kierkegaard sobre su melancolía. A través de los años, alternativamente se recrea y se lamenta de su habilidad para ocultar tanto el hecho como su contenido respecto a su sufrimiento psicológico.

Kierkegaard, al igual que psicólogos posteriores, aceptaba que el yo tiene sus caminos para desviar los afectos dolorosos. Percibía que los propensos a la depresión intentan ocultar su estado hundiendo su autoconciencia en el mundo. Esta defensa puede tomar la forma de libertinaje. En los círculos psicoanalíticos, se sabe que ciertos tipos de deprimidos erotizan sus vidas como un intento de evitar su depresión. Es mucho mejor bailar con deseo libidinoso que no sentir nada. “El diario de un seductor” de Kierkegaard muestra cómo reconocía este mecanismo de defensa y sus *Diarios* indican que él mismo consideraba que lo había ocupado en su juventud.

Cuando habla de su labor como escritor, Kierkegaard insiste en que toda su obra fue de principio a fin una tarea religiosa. A su decir, también era una defensa contra la depresión. Kierkegaard entendía su empresa intelectual como un intento para mantenerse por encima de la depresión preternatural que amenazaba absorberlo.

Hay fuertes indicaciones de que Kierkegaard veía la distinción entre el estado de depresión y la actividad de desesperar. Por un lado, la depresión es un estado de ánimo mientras que la desesperación es una actividad que sólo continúa en tanto que el individuo, aunque sólo hasta cierto punto consciente, desea que continúe. Anti-Climacus nos dice que sería erróneo pensar de la desesperación según el modelo médico, esto es como una fiebre, como un estado que se sufre pasivamente. Si la desesperación no incluyera a la voluntad, no sería el pecado que Anti-Climacus insiste que es. Sin embargo, Kierkegaard usa el modelo de la enfermedad para describir la depresión. Ciertamente, cree que la depresión es algo con lo que puedes, por decirlo así, nacer o contagiarte. De hecho, describe su propia melancolía como hereditaria.

En contraste, nunca habla de la desesperación como contagiosa o hereditaria. *La enfermedad mortal* deja claro que hay formas de desesperación que no involucran angustia mental. Anti-Climacus, el autor pseudónimo de este texto lapidario, observa que la felicidad es el mejor escondite de la desesperación; por el contrario, el deprimido puede intentar e incluso lograr parecer feliz, en realidad no lo es. La persona que de hecho es feliz, *eo ipso* no está deprimida. No es, sin embargo, poco común que la persona feliz esté desesperada. Otro punto de contraste es el hecho de que la depresión siempre involucra tristeza mientras que la desesperación no va acompañada de un

único juego de emociones. Una caminata a través de la galería de retratos psíquico-espirituales presentados en la enfermedad mortal bastará para mostrar que Kierkegaard cree que la desesperación es compatible tanto con los tristes como con los jocosos.

No menos que Nietzsche, Kierkegaard fue un virulento crítico de la razón práctica. La razón práctica en la América de *fin de siècle* dice que sería una contradicción que alguien afirmara que está deprimido, pero en buenas condiciones espirituales. Kierkegaard contradice esto. En una anotación de los *Diarios* de 1846 dice lo siguiente: “Soy una individualidad infeliz en el más profundo sentido, cimentado desde el principio en uno u otro sufrimiento en el borde de la locura, un sufrimiento que debe tener su base más profunda en una falta de relación entre mi mente y mi cuerpo, pues (y esto es lo más notable así como mi fortaleza infinita) no tiene relación con mi espíritu, el cual, por el contrario, debido a la tensión entre mi mente y mi cuerpo, quizás ha ganado una elasticidad poco común.”

Claramente, este sufrimiento al que Kierkegaard se refiere, y que él supone ser una cualidad de su particular relación mente/cuerpo es su melancolía. Y sin embargo, en la cita mencionada parece estar afirmando que este desorden psicológico (depresión) no debe confundirse con una enfermedad espiritual. Después de todo, afirma que la falta de relación entre su mente y su cuerpo no se relaciona con su espíritu. Aquí tenemos la distinción, eclipsada en nuestra época, entre un desorden psicológico y uno espiritual. En *La enfermedad mortal* y en otros lugares se nos dice que un ser humano no es una simple síntesis entre mente y cuerpo. Sino “el yo es una relación que se relaciona consigo misma, o dicho de otra manera: es lo que en la relación hace que ésta se relacione consigo misma.” La simple y automática relación entre mente y cuerpo da lugar a estados psicológicos, pero el espíritu o *el yo* emerge en la manera en que interpretamos y nos relacionamos con esos estados. En ese sentido, el espíritu es como un fenómeno de segundo orden.

Regresando a la cita de 1846, Kierkegaard apunta que es notable que la falta de relación entre su mente y su cuerpo no ha afectado su espíritu. En otras palabras, su depresión podría, de hecho, haberse convertido en desesperación. El proceso por el cual la depresión se convierte en enfermedad, no de la psique sino del yo, no es pasivo. En el primer movimiento de *La enfermedad mortal* Anti-Climacus da una luz sobre el texto citado de los *Diarios*, sobre la conexión entre depresión y desesperación. Comentando un caso de depresión, escribe que el deprimido que está desesperado “ve claramente que esta depresión no es de gran significado –pero precisamente ese hecho que ni tiene ni adquiere ningún gran significado, es desesperación.” No es el sufrimiento psicológico en sí mismo en lo que consiste el problema

espiritual (desesperación), sino más bien en el hecho de no ser consciente de que el sufrimiento tiene un significado espiritual. “Lo peor que puede pasarle a un hombre es hacerse ridículo en lo esencial, que la substancia de sus sentimientos sean puras tonterías.” Aunque hay diferentes caminos internos de la depresión a la desesperación, el deprimido que no ve significado en su estado melancólico, esto es, que considera su tristeza como un tipo de fiebre, desarrolla una aflicción espiritual que añade a sus enfermedades psicológicas.

La depresión se convierte en desesperación en virtud del modo en que el individuo deprimido se relaciona con su depresión. Cuando una persona que está sufriendo dolor físico pierde la habilidad de mantenerse fuera de esa pena decimos que está abatido. Del mismo modo, cuando alguien en agonía es capaz de superar el sufrimiento físico y preocuparse por los otros decimos que tiene buen ánimo. El individuo que está enfermo físicamente y tiene buen ánimo es capaz de evitar que su vida psicológica se defina por su enfermedad. La cita de Kierkegaard de los *Diarios* sugiere que una persona atormentada psicológicamente tiene cierto dominio sobre el modo que se relaciona con su agonía psicológica. La persona que desfallece y se define en términos de su depresión, o la persona que encuentra el significado equivocado en su depresión -por ejemplo, que eso es prueba de que Dios no es misericordioso- ha resbalado hacia la desesperación por su propia cuenta.

Para Kierkegaard, encontrar significado a la depresión es, en efecto, buscar el significado espiritual del sufrimiento psicológico. En la coda edificante de *El Concepto de la angustia* (La angustia en unión con la fe como medio de salvación), Vigilius Haufniensis nos instruye en cómo presentarnos en la instrucción espiritual que sólo lo angustia puede ofrecer. En sus mejores días, o algunos dirían en sus peores, Kierkegaard entendía a su depresión como un maestro espiritual. Para un cristiano no existe mayor perfección que necesitar a Dios, cuanto más intensa la necesidad, mejor. Y ¿Qué puede hacer que una persona pida ayuda a Dios más que un sufrimiento inexplicable? Es mejor, infinitamente mejor, entender cuanto necesitas a Dios que estar psicológicamente bien adaptado a una comunidad que Kierkegaard, literalmente, veía como un manicomio. Como casi todos los estados psicológicos, la depresión, según Kierkegaard, es dialéctica –puede ser tomada razonablemente de un modo o de otro-. Por un lado la depresión produce en algunos la pérdida de la fe. Por otro lado el deprimido que se da cuenta que no puede hacer nada por sí mismo está especialmente bien situado para entender el hecho de su absoluta dependencia de Dios.

De acuerdo con la auto-interpretación de Kierkegaard su depresión le ayudó a evitar la desesperación de olvidar a Dios. La identificación de Kierkegaard con su padre era tanto extensiva como profunda. Tanto los

*Diarios* como *Mi punto de vista como escritor* sugieren una unión especial entre padre e hijo alrededor de su melancolía compartida. Repetidamente Kierkegaard afirma que la depresión que ha heredado de su padre lo ha puesto fuera del hogar de la humanidad. Hay algo, dice, que nunca le ha pedido a Dios, a saber, que le quite el aguijón en la carne. De todas las cosas que le podía pedir se abstuvo de pedirle que le librase de ese profundo sufrimiento que lo había acompañado desde sus primeros años, pues lo interpretaba como parte de su relación con Dios.

La noción de que la depresión pueda ser un don de Dios es difícil de entender en nuestra época. A veces Kierkegaard parece especializarse en cosas difíciles de entender. Ciertamente, entre los estudiosos de Kierkegaard, muchos de los cuales son silenciosamente ofendidos por el cristianismo kierkegaardiano, existe el progresivo problema de cómo separar la gema de la sabiduría de la ganga de la devota fe de Kierkegaard. Por lo que se refiere a la época actual, ¿qué importancia tiene que Kierkegaard marque la distinción entre desesperación y depresión, si de hecho esta distinción descansa en los presupuestos de una fe que amablemente ha sido puesta a dormir? O, una vez más, ¿de qué sirve la distinción que Kierkegaard da entre los desórdenes psicológicos y espirituales, si, de hecho, esta distinción descansa en los presupuestos ontológicos que sólo los neuróticos y/o los medio ingeniosos desean hacer? Quizás una interpretación edulcorada de la antropología de Kierkegaard dirá que el espíritu tiene que ver con la manera en que nos relacionamos con nuestras vidas psicológicas inmediatas, oponiéndose a lo psicológico inmediato en sí mismo. Para aplicar este expurgado esquema, el individuo deprimido pero sano espiritualmente entiende que está deprimido pero no ve su vida definida por su depresión. Por ejemplo, uno de los más desgarradores síntomas de la depresión es que ésta puede despertar sentimientos que están muy conectados con nuestro sentido de identidad. A una madre deprimida puede, a veces, parecerle no sentir nada por su hijo. Pero siguiendo nuestra versión secularizada de la distinción de Kierkegaard, por muy deprimida que esté, puede mantenerse libre de desesperar, al recordar que ella está deprimida, pero que realmente no carece del amor que ha dejado de sentir. Es decir, no entrega su identidad a su enfermedad.

Para aquellos que no soportan las invocaciones de Kierkegaard a la fe, una versión secularizada de la esencia de lo que Kierkegaard entiende por desesperación puede traer la idea de que el individuo deprimido y desesperado renuncia a sí mismo. La palabra “desesperar” indica la negación de “esperar”. Como se dijo previamente, desesperar se entendía antes como perder esperanza con respecto a Dios, pensando, pasivamente o agresivamente, que Dios no daría ayuda. En lugar de creer que para Dios todas las cosas son

posibles, incluyendo la posibilidad de curar su depresión, el deprimido en desesperación ni siquiera intenta confiar en que Dios es bueno y misericordioso y que arreglará las cosas. Aunque puede estar reacio a reconocerlo, el individuo desesperado intenta asesinar tales esperanzas como “Dios me sacará adelante en esta situación”. El autor de *La enfermedad mortal* es inequívoco, la creencia de que Dios está muerto es en sí misma la más profunda desesperación; y para una cultura que está en el proceso de quitarse cualquier creencia seria en un Dios personal, puede resultar más adecuado decir que la desesperación ocurre cuando el individuo decide ya no tener ninguna esperanza en o para sí mismo. La forma más común de desesperación considerada desde este ángulo puede ser aquella del individuo que ha caído en el profundo sueño de creer que le es imposible hacer ningún cambio serio. Alguien que caiga dentro de esta categoría podría tener, por ejemplo, un momento en el que desea ser un amigo más cálido y preocupado, pero en respuesta a ese rayo de deseo, el individuo desesperado da un puñetazo a su alma y se recuerda a sí mismo que simplemente él no es un individuo cálido y amigable y que, justamente por eso, nunca lo será.

La época actual tiene la natural propensión a traducir las ideas relacionales, tales como el perdón, en asuntos individuales. Por ejemplo, hay mucha gente hoy en día que actúan como si su verdadera tarea en el perdón, no fuera el arrepentimiento, sino el aprender a perdonarse a sí mismos. La idea de que la transición de la depresión a la desesperación es en realidad un asunto, no de renunciar a Dios, sino de renunciar a uno mismo sería ciertamente consistente con este giro individualista. Sin duda, Kierkegaard consideraría la sugerencia de quitar a Dios de la fórmula de la desesperación, como una intensamente desesperante manera de entender la desesperación. Como lo pondría Kierkegaard, la transición de la depresión a la desesperación es la de hacerse uno mismo, -tal vez con enojo, tal vez con orgullo- sordo a Dios. Así, mientras que el deprimido continúe escuchando el significado religioso de las perturbaciones de su psique, podrá evitar la desesperación. Comúnmente se describe a la depresión como “infierno en la tierra”, y sin embargo, para Kierkegaard, como lo hemos visto, es completamente posible que una persona viva en tal infierno y al mismo tiempo se encuentre en una condición espiritual robusta. De hecho, es enteramente posible que se viera a sí mismo y al hombre que parecía reverenciar sobre todos, su padre, como psicológicamente trastornados y más que libres de la desesperación que encontraba tan penetrante en la era que él llamó “la época actual”.