

BREVES APUNTES SOBRE LA MELANCOLÍA Y LA DEPRESIÓN: UNA EXPERIENCIA EMOCIONAL EN LA HISTORIA DE OCCIDENTE

Algunas notas tristes antes de empezar

Decía Baruch Spinoza (1632-1677) que la tristeza era el afecto que movía al hombre a dar un paso “de una mayor a una menor perfección”. De acuerdo con el filósofo holandés, nadie podía negar que el que participaba de cierta perfección no podía entristecerse, porque cuando la *tristitia* afectaba a un sujeto, éste se veía disminuido en su potencia para obrar.¹² Efectivamente, en muchos momentos de la historia occidental de los afectos y las emociones, el sentimiento de la tristeza se ha concebido como un elemento perturbador e inhibidor del desarrollo humano.¹³ Sin embargo, para otros, algunos estados emocionales vinculados con dicho sentimiento también se han concebido

¹² Spinoza, *Ética*, Alianza Editorial, Madrid, 2011, p. 284.

¹³ Hoy, el neurocientífico portugués Antonio Damasio sigue de cerca a Spinoza para afirmar que, ciertamente, la tristeza de la que hablaba el filósofo holandés se acerca mucho a los estados graves de depresión en donde los sujetos pierden “el poder y la libertad de actuar”. Antonio Damasio, *En busca de Spinoza. Neurobiología de la emoción y de los sentimientos*, Crítica, Barcelona, 2005, p. 155.

ESTELA ROSELLÓ SOBERÓN

como el origen del genio, la inspiración y la posibilidad de entrar en comunión con lo divino. Basta con recordar a Ficino, a Santa Teresa o al propio Chopin para evocar la asociación entre la melancolía y la iluminación que muchos han observado a lo largo del tiempo en la historia occidental.

En principio, lo anterior podría parecer contradictorio, pero es que definir qué son la tristeza, la pena, la melancolía o la depresión no es tarea sencilla. Entre otras cosas, porque las definiciones de estos conceptos varían de disciplina en disciplina y han cambiado con el tiempo, de acuerdo con el momento, la época, la sociedad y la cultura desde donde se han hecho.¹⁴ Es decir, tal como lo han señalado los antropólogos e historiadores pioneros en el estudio de las emociones, éstas no son esencias estáticas, sino más bien construcciones culturales, históricas y cambiantes que glosan el sentido que tiene la vida para cierto grupo humano en un contexto particular y determinado.¹⁵

¹⁴ La historia de la tristeza, la melancolía o la depresión se pueden contar desde perspectivas completamente distintas: la clínica, la psicoanalítica, la médica, la cultural. Lo que se contará en las siguientes páginas son algunos pasajes de una historia que narra, en palabras de Francisco Fernández, algunos aspectos del significado cultural que ha tenido el dolor de la propia condición humana en las sociedades occidentales a lo largo de varios siglos. Ver Francisco Ferrández, "La melancolía, una pasión inútil", *Revista de la Asociación Española de Neuropsicología*, núm. 99, vol. 27, 2007, p. 169.

¹⁵ El estudio de las emociones desde una perspectiva antropológica e histórica ha cobrado importancia en las décadas más recientes. Clifford Geertz y Catherine A. Lutz en la antropología, y Peter y Carol Stearns, William Reddy, Raymond Williams o Barbara Rosenwein en la historia, fueron algunos de los primeros en insistir en la importancia del giro emocional para interpretar y explicar la realidad humana. Ver Daniel Wickberg, "What is the History of Sensibilities? On Cultural Histories, Old and New", *The American Historical Review*, vol. 112, Issue 3, junio de 2007, p. 669.

MELANCOLÍA Y DEPRESIÓN EN EL TIEMPO

Vistas desde allí, las emociones expresan los sistemas de ideas, creencias y valores que dan significado a la existencia de los hombres. Se trata de expresiones que traducen la manera de imaginar, interpretar y ordenar la vida y las relaciones humanas; son, también, aquello que vincula a los sujetos con su sociedad y su cultura. Es a partir de las emociones que los seres humanos logran articular vínculos, estructurar prácticas y también imaginar las formas de negociación cotidiana de las que está hecha la vida en su conjunto.¹⁶

En cada época, sociedad y universo cultural, los seres humanos guían su vida a partir de sensibilidades colectivas distintas y particulares.¹⁷ Estas sensibilidades son producto de un cúmulo de aprendizajes históricos, del registro de la memoria, de sensaciones, recuerdos, formas de sentir, conocer y percibir el mundo que, al ser compartidas por otros seres humanos, son también parte importante de las identidades nacionales, de género, de edad o de clase.¹⁸ Las emociones siempre son, por lo

¹⁶ Peter N. Stearns y Carol Z. Stearns han hablado de la “emocionología” como el conjunto de actitudes que una sociedad o un grupo de personas muestran hacia ciertas emociones básicas que guían las conductas humanas. Ver Jan Plamper, “The History of Emotions: An Interview with William Reddy, Barbara Rosenwein, and Peter N. Stearns”, *History and Theory*, 2010, p. 262.

¹⁷ Entre los conceptos más interesantes para analizar el lugar que tienen las sensibilidades en la articulación de relaciones sociales y en la interpretación y el conocimiento del mundo, se encuentra el de “estructuras de sentimiento”. Fue Raymond Williams quien lo acuñó y, si bien los postulados estructuralistas que se esconden detrás de él se pueden discutir mucho, lo cierto es que el concepto ayuda a pensar en la relación entre los individuos, sus hábitos y sus sociedades y culturas. Ver Paul Filmer, “Structures of Feeling and Socio-cultural Formatos: the Significance of Literature and Experience to Raymond Williams’s Sociology of Culture”, *The British Journal of Sociology*, Wiley Online Press, 2003, p. 200.

¹⁸ Como otros historiadores, Susana Broomhall explica que las emociones son “construcciones socioculturales moldeadas históricamente; nunca son

ESTELA ROSELLÓ SOBERÓN

tanto, producto de la experiencia histórica de una cultura y de una sociedad.

Desde épocas muy antiguas, la literatura, la filosofía y la medicina occidentales registraron la existencia de seres humanos que vivían sumidos en una tristeza muy particular. Se trataba de un tipo de tristeza profunda, que en apariencia no tenía causa alguna. Las personas que sufrían esta emoción también manifestaban sentir miedo. No obstante que dicha tristeza se apoderaba de quienes la padecían de manera casi indefinida y de forma inexplicable, en ocasiones estos sujetos cambiaban de estado de ánimo de manera súbita, y de la desolación y el pesar absoluto pasaban a la furia, a la agresión y, eventualmente, a la locura. Fue entre los siglos V y IV a. C. que los griegos comenzaron a sentir verdadero interés en observar, definir, describir y comprender aquella forma peculiar de existencia. Los poetas, filósofos y médicos helenos fueron, así, los primeros en hablar de *melancolía*.¹⁹

A partir de entonces, en el imaginario sensible de las sociedades occidentales, la melancolía se convirtió en un fenómeno ambiguo, misterioso, complejo, difícil de comprender, asir y clasificar.²⁰ Durante siglos, muchos se han referido a ella de manera distinta. Algunos la concibieron como un padeci-

exclusivamente experiencias personales: Forman parte de los dominios de la cultura". Broomhall, "Introduction. Hearts and Minds: Ordering Emotions in Europe, 1100-1800", Brill, Leiden, 2015, p. 2.

¹⁹Jennifer Radden, *The Nature of Melancholy: From Aristotle to Kristeva*, Oxford University Press, Oxford, 2000, p. 5. En la antigüedad grecolatina se empezó a llamar *melancólico* al sujeto en el que predominaba la *melanos choles* o bilis negra, uno de los cuatro humores que, de acuerdo con las concepciones de la medicina hipocrática galénica, formaban parte del cuerpo humano. Ver Ferrández, "La melancolía, una pasión inútil", núm. 99, vol. 27, 2007, p. 172.

²⁰David Pujante, *Oráculo de tristezas: la melancolía en su historia cultural*, Xoroi Ediciones, 2018, s. p.

MELANCOLÍA Y DEPRESIÓN EN EL TIEMPO

miento del alma; otros señalaron que la melancolía era una enfermedad mental; hubo quienes prefirieron definirla como un desequilibrio fisiológico. En otros momentos, se habló de ella como un problema de la mente, y que quien la padecía se quedaba fijo en un mismo objeto. Para muchos, la melancolía fue simplemente un tipo de temperamento triste o pensativo. Algunos más dedujeron que era un estado de ánimo pasajero y otros en cambio insistieron en que era un tipo de delirio o de locura permanente.

En realidad, ninguna de aquellas definiciones ha resultado categórica, absoluta o excluyente. La naturaleza ambigua del concepto de melancolía ha motivado los esfuerzos de muchos hombres y mujeres que durante cientos de años han intentado defender sus teorías para explicar en qué han consistido, cómo se han manifestado y qué han significado en una época y un contexto cultural específicos, múltiples experiencias emocionales vinculadas con la tristeza, el pesar, el miedo, la soledad, la culpa, el dolor, la desolación y la desesperanza, que han acompañado a la melancolía durante mucho tiempo. En los intentos de encontrar coherencia y continuidad entre dichas experiencias emocionales, algunos autores —médicos, filósofos, psicólogos, psiquiatras, psicoanalistas e historiadores— han hablado de la conexión existente entre las experiencias melancólicas vividas por muchos hombres y mujeres de la Antigüedad, la Edad Media y la Edad Moderna, y las experiencias depresivas del mundo actual.²¹

²¹ Stanley Jackson ha insistido en la aparición y desaparición de un sinnúmero de teorías que, a lo largo de los siglos, han ofrecido explicaciones muy diversas de la etiología y la patogénesis de la melancolía y la depresión. Estas teorías, dice Jackson, son expresión de los esfuerzos occidentales por comprender la continuidad histórica entre estas experiencias emocionales que,

ESTELA ROSELLÓ SOBERÓN

De esta manera, a lo largo del tiempo se han buscado los posibles vínculos y similitudes entre las experiencias melancólicas y la depresión moderna. En ese sentido, autores como Stanley Jackson, Jennifer Radden o Matthew Bell, entre muchísimos otros, señalan que estas experiencias emocionales han compartido algunos síntomas clínicos, malestares corporales y expresiones psíquicas comunes debido a que tanto la melancolía como la depresión son manifestación de una misma estructura emocional.²² En otras palabras, ambas son representaciones culturales de una misma realidad interior.

Es verdad que lo anterior puede discutirse y resultar polémico. No cabe duda de que, para muchos, la melancolía y la depresión pertenecen a campos semióticos muy distintos. Además, tal como se ha dicho ya y como se revisará en las siguientes páginas, ambos fenómenos obedecen precisamente a construcciones sociales, culturales e históricas muy diferentes. Sin embargo, si bien tal vez no se pueda hablar de una evolución lineal y continua de la melancolía a la depresión moderna, lo cierto es que, en efecto, cuando uno se acerca a estas experiencias emocionales, existen rasgos, manifestaciones y síntomas que indudablemente resuenan unos en otros. En realidad, más allá de las diferencias en el significado, la representación o la naturaleza misma de estos males, ambos están anclados en la historia misma de la construcción de la autoconciencia y del individuo occidental.²³

para algunos, guardan una importante relación. Ver Jackson, *Historia de la melancolía y la depresión*, Turner, Madrid, 1989, p. 11.

²² Matthew Bell, *Melancholia: the Western Malady*, Cambridge University Press, Cambridge, 2014, p. 4.

²³ Stanley Jackson es uno de los autores que ha insistido más en ver a la melancolía y la depresión como fenómenos propios de la cultura occidental. Entre los argumentos que da para defender su hipótesis, habla de la existencia de

MELANCOLÍA Y DEPRESIÓN EN EL TIEMPO

Evidentemente, en todas las culturas y sociedades del mundo, y en todas las épocas de la historia, los seres humanos han experimentado tristeza, miedo, enojo o diferentes sentimientos vinculados con la soledad y la desolación. Sin embargo, la forma de vivir esas emociones se ha expresado de manera muy diversa y ha significado cosas muy distintas.²⁴ Es decir, el significado cultural de dichas experiencias emocionales, así como la concepción de las personas que participan de ellas, no ha sido la misma en todas las sociedades ni en todas las épocas. En realidad, cuando se habla de melancolía y de depresión es forzoso remitirse a Occidente, porque es allí donde estas experiencias emocionales han adquirido significados muy precisos, que dan sentido a muchas prácticas, gestos, expresiones y

dos elementos necesarios para la conceptualización de ambas emociones. Por un lado, el surgimiento de la medicina mental en la Grecia Antigua, y que durante muchos siglos pervivió en la tradición médica occidental; por otro, la cultura de la autoconciencia. Ver Jackson, p. 23. Por lo demás, algunos de los primeros estudiosos que defendieron la idea de que la melancolía estaba en la raíz de la historia occidental y de la autoconciencia fueron Erwin Panofsky, Raymond Klibansky y Fritz Saxl, autores de un libro imprescindible para la historia de dicha emoción: *Saturno y la melancolía* (Alianza Editorial, Madrid, 2006).

²⁴ En su libro *From Melancholia to Prozac*, Clark Lawlor ha insistido en el carácter cultural de la melancolía occidental y de la depresión. Para Lawlor, tanto una como otra son producto de construcciones mentales y emocionales occidentales. Al mismo tiempo, este autor menciona otro tipo de experiencias emocionales no occidentales cercanas a las melancólicas y depresivas, pero que en otras culturas se viven de manera diferente. Así, por ejemplo, habla de cómo entre los zunis, pueblo originario de Arizona, se considera admirable vivir resignado y de forma pasiva, mientras que en China los pacientes que dicen estar deprimidos viven dicha experiencia como un fuerte dolor de espalda, síntoma no considerado típico de la depresión en Occidente. Ver Lawlor, *From Melancholia to Prozac*, Oxford University Press, Oxford, 2012, p. 199.

ESTELA ROSELLÓ SOBERÓN

formas de estar que no se viven ni se comprenden de la misma manera en otras culturas ni en otras sociedades del mundo.

Por ello es importante aclarar desde ahora que las notas que se presentan a continuación se acotan al mundo sensible de personas que a lo largo de la historia participaron o han participado de la cultura occidental. Es decir, en las próximas páginas se encontrarán ideas sintetizadas, apuntes y reflexiones alrededor de algunos trabajos de autores que han analizado, desde diferentes perspectivas, diversas experiencias emocionales vinculadas con la melancolía y la depresión como expresiones propias de Occidente. En ese sentido, la tristeza, el miedo, la apatía, la culpa o la desesperanza, así como la furia, la agresión, la violencia o el frenesí de las que se habla en cada apartado, son expresiones emocionales de hombres y mujeres que orientaron o han orientado la vida, sobre todo, a partir de presupuestos propios de la cultura grecolatina y judeocristiana.

Como se verá más adelante, la construcción de dichas experiencias emocionales se encontró muy vinculada con el interés en explorar el yo interior; con la autoconciencia, con la necesidad de preguntarse por la posibilidad o imposibilidad de fraguarse un destino propio, así como con el intento de comprender qué lugar ocupa el sujeto en el mundo que le rodea. La experiencia melancólica y la depresiva solamente adquieren significado real a partir de dichas premisas existenciales.

De esa manera, lo que sigue sólo son algunos apuntes relacionados con la historia de la construcción del sujeto moderno y de la manera en que el ser humano occidental ha modificado la concepción de su lugar en el universo, el mundo y la sociedad en la que vive. Curiosamente, seguir la pista de dicha historia conlleva irremediablemente a la historia de la relación entre el alma, la mente y el cuerpo; que ha formado parte esencial de la cultura occidental desde tiempos muy antiguos. En efecto, todo

MELANCOLÍA Y DEPRESIÓN EN EL TIEMPO

lo anterior sólo se puede contar si se mira al sujeto en íntima relación consigo mismo, y si se observa, también, la manera en que el sujeto melancólico o deprimido se ha vinculado con quienes lo rodean y lo han concebido como un *otro* a quien ha sido necesario temer o aislar, o bien como un igual al que ha sido posible curar, amar y cuidar.