

SOLEDAD, DESASOSIEGO Y CREATIVIDAD: UNA REFLEXIÓN DESDE EL PSICOANÁLISIS¹

Luis Herrera Abad*

La soledad parece que fuera condición indispensable de la vida humana. Si la vemos desde la mirada del quehacer psicoanalítico, cuando el paciente se vuelca en un recorrido por sus abismos internos en compañía del analista, pero sin que éste pueda responder, pensamos, como dice Viñar (1993), que ambos tocan la soledad. En el caso del psicoanalista, éste desarrolla un oficio que lo coloca en la soledad de su conocimiento, en su sí mismo y en su experiencia personal. Desde esos lugares contiene y ayuda a recrear historias, personajes y afectos que actúan en la mente de su paciente. Pero también en la vida cotidiana nos encontramos en constante búsqueda de contactos ya vividos que esperan ser descubiertos.

Leía el *Libro del desasosiego* de Pessoa (2008) e imaginaba que esa intranquilidad del creador se encontraba íntimamente ligada a su soledad pero, en diferentes proporciones, se hallaba en la vida misma de todos. El escritor desde su talento artístico logra hacernos sentirlo.

Hablar de soledad necesariamente nos lleva al concepto de *vínculo*. Es decir, a aquello que tiene que ver con la necesidad del ser humano de vencer la incertidumbre, encontrar continuidad en su vida y sentirse seguro en la intimidad.

1 Ponencia del XIV Congreso Peruano de Psicoanálisis: Vínculos y Soledades. Sociedad Peruana de Psicoanálisis. Lima, setiembre 2015.

* Magíster en Estudios Teóricos en Psicoanálisis y Licenciado en Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Perú. Psicoanalista formado en el Instituto de la Sociedad Peruana de Psicoanálisis, Sociedad de la cual es miembro titular en función didáctica y ex presidente. <psluisherrera@yahoo.com>

Existen múltiples acepciones y matices de soledad, y la mayoría gira entre los polos de placer y displacer. Veamos: “estar solo” momentánea o duraderamente no tiene necesariamente una connotación negativa. Alude a una realidad subjetiva usualmente consciente, provista de significados personales. En ese sentido, son varios los autores que diferencian el “estar solo” del “sentirse solo”, en función de la intensidad del componente emocional y de su color. Usualmente se asocia a sentimientos de pérdida y abandono, carencia y ausencia, así como a tranquilidad e inclusive sosiego. Es evidente que no es el caso de Pessoa, pero revisemos lo que algunos creadores literarios nos muestran, siguiendo a Freud en su sugerencia de consultar a los poetas. Nos encontraremos con que los héroes de las grandes obras son a menudo grandes solitarios, aún aquellos que no presentan características propias de anacoreta o ermitaño, y aunque estén relacionados con la comunidad a la que pertenecen y en la que influyen. Así consta en los mitos y leyendas y en la historia de las religiones.

La soledad, por otro lado, se muestra en diferentes formas en el transcurrir del desarrollo humano. Normalmente en el niño que solitario juega, conversando con los objetos y los animales, comportamiento que se reproduce con frecuencia en el adulto solitario, a veces en situaciones fuertemente ligadas a la melancolía. Recuerdo haber atendido a un paciente de unos 50 años, dedicado a la composición musical. Me buscó porque padecía de momentos de nostalgia y sensaciones de pérdida de sentido. Vivía solo pues sus padres no estuvieron con él desde que nació. Él era soltero y sin familia.

Si bien su infancia fue casi como la de un “niño salvaje”, descuidado, sucio, sin baño por largas temporadas; la sensibilidad, paradójicamente, se le desarrolló en forma considerable y sus juegos fueron preponderantemente solitarios como su vida de adulto. Observaba con minuciosidad insectos, plantas, exploraba cada rincón de la casa, transformaba cada objeto a su paso en algo fantástico, inventaba cuentos y personajes con los que dialogaba, se rodeaba de cosas tan simples como escobas transformadas en caballos, hasta de pericotes que pretendía cazar como si fueran animales feroces, para en otros momentos convertirlos en compañeros de juego. Los miedos internos se presentaban en la noche y los insomnios estaban siempre acompañados de pavores interminables que lo llevaban a la madre para buscar en ella protección.

Los lugares favoritos de Miguel en la casa de los abuelos (antigua casa de campo en la que se crió), donde su madre lo dejaba para ir a trabajar, eran la cocina y el gallinero. La cocina, porque le gustaba ver cuando la cocinera preparaba la comida; imaginaba que hacía pócimas maravillosas y eventualmente

robaba alguna comida. El gallinero, porque gozaba sacando los huevos de las gallinas cluecas. Relata la experiencia sensorial placentera de entrar al gallinero, cuando los gallos estaban distraídos, meter su mano debajo de la gallina tibia, ver si había huevos y sacarlos antes de que el gallo se precipitara sobre él a picarlo. Me sorprendí más de una vez sintiendo su nostalgia. Me impresionaba imaginar a este niño solitario tratando de encontrar en el gallinero su sensualidad infantil perdida.

De la misma manera en que me parecía un niño absolutamente solitario, lo veía como un adulto debatiéndose en la soledad. Pensé en otro momento en el abuelo encerrado en sí mismo, la abuela dedicada al hermano mayor y la madre deprimida y sin ser una presencia sólida, pensé si acaso el paciente no venía a buscarme para tratar de establecer un puente que le permitiera sentirse, al menos por una vez, acompañado.

Recordando ahora lo que en aquellos momentos me contó Miguel, se me representa un personaje de la literatura: “Pelo de Zanahoria” de Jules Renard (Herrera, 2009). Este personaje me impresionó por su fealdad, por su deseo de conquistar lo inconquistable, es decir, la atención de sus padres, y porque, al igual que Miguel, se refugiaba en un mundo donde la naturaleza cobraba un brillo especial, y él también era “salvaje”. “Pelo de Zanahoria” también tenía un hermano que era preferido por la mamá, también en él aparecía un cierto sarcasmo en relación a su infancia, como Miguel, y también ironizaba con sus desventuras. Sólo su mundo de fantasía le permitía sobrevivir, pero en soledad, algo parecido al jardín fantástico que rescataba al pequeño Rudyard Kipling de las iras de la tía Rosa, refugiándolo en su fantasía y permitiéndole desarrollar su creatividad. Pasaron muchos años hasta que el pequeño Miguel, convertido en adulto, pudiera cultivar y tal vez encontrar sentido a su existencia a través de la creatividad, dejando abierta, sin embargo, alguna pregunta en relación a su futuro. Es como si buscara en el análisis ser escuchado y escucharse, y experimentara cierta urgencia de poder contarle su vida a alguien.

Relataba que, en presencia de frustraciones derivadas de la vida cotidiana, a la que le costaba mucho incorporarse como un adulto, se encerraba a escuchar música clásica envuelto en una frazada, quedándose dormido poco a poco. Un día trajo un sueño: veía que se ahogaba y que, mientras en el fondo sonaba un canto adormecedor, unos seres angelicales sin rostro lo envolvían con un velo muy suave y lo sacaban del mar salvándole la vida. Le costaba mucho encontrar palabras precisas que expresaran sus vivencias y parecía sentirse más a gusto envuelto en la música, la cual lo arrullaba y calmaba. Sin embargo, en

los momentos en que era presa de una angustia muy primitiva y aterradorante, la música podía intensificar su terror, que describía como *perdersse en el cosmos infinito sin lograr asirse a nada o a nadie*.

Probablemente la no concretud de la música, su cualidad de inapresable, y la sensación de ingravidez que nos puede producir, explicarían que suscitara sentimientos tanto de placer como de terror. En un caso la envoltura sonora hace las veces de sostén, produciendo una sensación de falta de límites pero sostenido, de liviandad placentera; en el otro caso el sentimiento es de pérdida del *holding*, la ingravidez se vive con angustia pues *no hay nada ni nadie a quien asirse*. En esos momentos anhela con ansias tener un interlocutor con quien hablar y relatar lo que siente.

Dice Christopher Bollas (1991) que la madre de la fusión envolvente, la de la experiencia oceánica (Roland) es sentida fundamentalmente como un objeto de transformación y, ya de adulto, el individuo se inclinará hacia el objeto no solo para poseerlo, sino también para ser alterado por él. Este proceso se origina antes de la representación mental de la madre como un “otro”. Bollas menciona que el encuentro en la vida adulta de un objeto transformador que permita revivir la experiencia de cambio del self sucede en el momento que él denomina “estético”, en el que el individuo vive intensamente *una honda comunión subjetiva con un objeto (una pintura, un poema, una sinfonía o un paisaje) y experimenta una numinosa fusión con él* (p. 52) y se reviven los tempranos estadios de la vida psíquica. Se evocan los momentos de fusión (de “estar fusionándose”) en los que se experimenta el objeto que él llama transformacional. Este proceso se realiza en la soledad y, a la vez, en la relación intensa con el objeto.

Al igual que Meltzer (1990) en *Aprehensión de la belleza*, Bollas sostiene que la experiencia de “ser cuidado” por la madre es quizá la primera vivencia estética humana. “(...) *es la ocasión más profunda en que la naturaleza del self es formada y transformada por el ambiente*” (ibid, p. 52) y que curiosamente se vive en la soledad intersubjetiva.

La sensación de misterioso placer (numinoso) al leer un poema o escuchar una composición musical y dejarse “envolver” rememora esos primeros instantes de estar en soledad con la madre; es decir, la madre en su “estar con el infante”, sostenerlo, balancearlo o arrullarlo, transforma el existir de éste.

Krieger (1976; citado por Bollas, 1991), al describir la experiencia estética desde su oficio de crítico literario, dice que en ella *nos encontramos encerrados, jugando libremente, pero de un modo controlado, entre sus superficies y profundidades*. La experiencia es de ensoñación emocional que no estimula el pensar.

Agrega Krieger: *¿Acaso no parece que un objeto así tuviera como su principal objetivo la tarea de mantenernos encerrados en su interior, o sea, de impedir que escapemos al mundo de los intereses cognitivos o prácticos?* (ibid, p. 54).

El paso siguiente de esta experiencia de la “estética materna” es la aparición del lenguaje en el cual la experiencia puede ser contada, dicha. Se pasa a una “segunda estética humana”, la de la palabra. Es la “estética formal”. Dice Bollas que los sonidos en espejo, los arrullos y cantos pasan a ser contados en los cuentos y el fraseo. *En cierto modo aprendemos la gramática de nuestro existir antes de comprender las reglas de nuestro lenguaje* (ibid, p. 56) para después llegar a saber que intercambiamos intersubjetividades.

Miguel decía que cuando la angustia intensa se apoderaba de él y temía perder el contacto con la realidad, se sentía como el astronauta que se desprende de la nave-madre y se pierde en los espacios sin fin del universo. En esos momentos la música no lo ayudaba, incluso (especialmente la sinfónica) lo perdía aún más. La madre deprimida e infantil de Miguel, que no esperaba tenerlo y que no se podía dedicar a él con interés, desatendiéndolo y cediéndolo a los abuelos, no constituyó un buen continente-soporte que permitiera la seguridad de un sentimiento oceánico placentero. Por lo tanto, lo que predominaba era la sensación de ser envuelto y asfixiado, o dejado sin sostenimiento en su caída sin límites. La figura de un padre emocionalmente ausente aumentó la sensación de pérdida y soledad. Muchas veces podía pasar largo rato absorto escuchando los sonidos, voces, pasos, crujidos del parquet de su casa, la música de la radio.

Este conjunto sonoro es el que usaba como referencia para evocar situaciones y lugares del hogar paterno. Debido a una dolencia respiratoria estuvo a punto de morir a los ocho meses de edad. Al sobrevivir quedó delicado y su madre, temerosa de una posible enfermedad, lo cubría con exceso de ropa. Al tener, como decía Lecourt (1990), la “envoltura perforada”, una especie de prótesis o armadura hacía las veces de envoltura. Constantemente buscaba lugares cerrados para esconderse, bajo las mesas, en baúles viejos, etc. (“Damien”, el paciente que Lecourt analiza, se encerraba durante varias horas en un armario). Es imposible dejar de asociar este comportamiento de Miguel con la necesidad de un retorno a lo intrauterino en donde la soledad se transformaba en fusión protectora. Muchas veces Miguel se acurrucaba en el diván cubierto con una manta y se “arrullaba” tarareando alguna melodía. Yo estaba presente, pero él se mostraba ensimismado, quizá compartía conmigo, pero sin palabras, sus vivencias tempranas. Avanzado el proceso pudo usar el lenguaje para, con dolor, hablar de su historia.

Samuel T. Coleridge (1998), poeta inglés del S. XVIII, escribe su *Canción del viejo marino*, balada en poesía sobre la soledad de un anciano marinero y su absoluta necesidad de poder pasar a palabras la historia vivida, pues *si no puedo decirla, el corazón dentro me quema* (p. 77). Algo similar a lo que buscaba Miguel, a quien el corazón le ardía.

Si bien en la mayoría de los casos la soledad es asociada a la ausencia y al vacío o a la muerte, en los poetas puede ir más allá del aislamiento y convertirse en búsqueda insaciable, llegando inclusive a veces a trascender la necesidad de un otro. Es una soledad del hombre que no encuentra su sitio en el mundo. *Indicavías* personaje de Michael Ende en *La prisión de la libertad* (1993) es un ejemplo sumamente claro de la falta de pertenencia. Este personaje vive su búsqueda con un fuerte sentimiento de extrañamiento y de ajenidad, intentando “recuperar el bien perdido” (su madre muere al nacer él). Recorre el mundo intentando encontrar algo que no sabe qué es (quizá la madre muerta). Algo que le dé sentido a su existir, como diría Winnicott, que lo maraville y lo conduzca a goces intensos.

Para muchos pensadores y filósofos el hombre está esencialmente sólo, preso en su cuerpo y sin un significado que le dé sentido a su vida, siendo su única certidumbre compartida la de su muerte, y son los creadores quienes mejor lo expresan.

Como dijimos al comienzo y aunque parezca extraño, el psicoanálisis no está tan lejos de estos ejemplos. La soledad, muy cercana a la depresión, suele surgir de carencias y dificultades en la historia de los vínculos tempranos. Pensemos que desde que nacemos empezamos a sufrir nuestras primeras pérdidas en la relación con los objetos fundamentales. No sólo perdemos a quien amábamos sino a alguien por quien éramos amados y para quien éramos significativos. Alguien para “quien yo era importante”, que se preocupaba por mi existencia y me brindaba la sensación de “ser existente”. Recordemos el concepto de *apego* del niño pequeño, sentimiento que puede inundar nuestra vida desde temprano con una sensación de seguridad o también de ansiedad. Agreguemos que en dicho *apego* se establecen las primeras y más importantes intimidades. ¿Pero esto no sugiere que el dolor y la soledad se entrelazan entre el muriente que muere para sí mismo y el otro que lo sobrevive en la soledad de la separación, el dolor y la impotencia, o bien en la seguridad y la reafirmación?

Al respecto, permítanme por un momento reflexionar sobre el amor romántico en el cual el *apego* juega un papel central. Este amor siempre está acompañado de la soledad. Recordemos que los héroes y heroínas del siglo

XIX con frecuencia morían o languidecían de amor, como Romeo y Julieta (Shakespeare), el joven Werther (Goethe) y la versión de la leyenda de Tristán e Isolda (Wagner), en donde lo trágico se acompaña de un lirismo poético indesligable. Volveremos a ella más adelante.

Pero el psicoanálisis sostiene que el enamoramiento es efímero. Kristeva (2006) se pregunta entonces: *¿Cómo enfrentamos el tiempo donde se agotan nuestros amores?* Y se responde: *¿Aún nos queda el sueño de los enamorados que tiene que ver con lo estético y sustituye a la pareja?* Y por último formula la gran pregunta: *¿y si esa fuera la última eternidad que nos queda?* (p. 188).

Por lo hasta aquí visto se nos presenta evidente la relación entre soledad y pérdida, y por lo tanto el duelo como recuperación de lo perdido. Constatamos que íntimamente unido al sentimiento de soledad se encuentra la sensación de lo efímero, de lo percedero. Gabriela Goldstein en *La experiencia estética* (2005) cita a Goethe:

(...) compadezco a los hombres que se lamentan por la caducidad de las cosas y se pierden en la contemplación de la nulidad de este mundo. Estamos aquí precisamente para tornar lo percedero en impercedero. Esto puede suceder solamente si se saben valorar ambas cosas (Goethe, 1992 citado en Goldstein, 2005 p. 69).

Es el tiempo percedero el que adquiere un peso grande en la pérdida y el abandono, por tanto en la soledad. Es también el del vínculo psicoanalítico, es el tiempo del duelo, que es también el de la elaboración, es entrar al “como sí” de lo transferencial y lo transicional en el que el tiempo lineal ya no lo es más, proceso que, si bien está acompañado de reencuentros y recreaciones, es también un proceso en soledad, es aprender a construir nuevos sentidos desde la soledad, lo cual supone dolor y satisfacción.

El duelo busca recuperar lo perdido, recrearlo, pero sumerge al yo en la vivencia de lo ausente, en la muerte. La pulsión regresa a los secretos del pasado, llega inclusive a lo irrepresentable, a lo originario, a lo arcaico y a lo traumático. Como dice María Cristina Melgar (2008): *es un camino prospectivo a los objetos metafóricos y fantaseados del futuro* (p. 89).

La capacidad creativa puesta en juego en el duelo se da en el umbral entre lo conocido y lo desconocido, entre lo que se perdió y lo que se va a reiniciar, pero es un proceso íntimo, es el gran modelo de la creatividad humana y este sólo es realizable en soledad.

En otras palabras, el duelo se enfrenta a aquello que produce dolor anímico. En parte lo incrementa y según Goldstein se trata de “la soledad en su dolor”. Es una reconstrucción, en la cual, como en el juego del carretel del niño (Freud, 1920), se recupera al objeto, ausente por el momento, y se domina la ansiedad de perderlo y quedarse solo.

Gómez y Pontalis (2014), en su texto *Freud con los escritores*, nos hablan de cómo Freud deviene escritor en su hermoso texto acerca de La transitoriedad (1915), en donde el poeta se angustia por la desaparición de la belleza que es efímera. Freud habla de la profunda melancolía que caracteriza a esa *exigencia de eternidad del creador* y opone con decisión el valor de la realidad que acepta lo efímero de la belleza, del mundo y de la creación humana. Más bien asume que se incrementa el valor por aquello que se puede perder y dice: *si hay una flor que se abre una única noche, no por eso su florecencia nos parece menos esplendente* (Freud, 1915, p. 510). Se trataría, como dicen los autores, de que gracias al duelo se logra liberar a la libido, la cual nuevamente se involucra en la vida y en el mundo. *Lo construiremos todo de nuevo, todo lo que la guerra ha destruido y quizá más sólido y duradero que antes* (Freud, 1915, p. 511).

Por otro lado, Marie France Hirigoyen (2013) en su texto *Las nuevas soledades*, establece una diferencia entre la soledad que es generalmente distinguida con facilidad y frecuente en la vida cotidiana, y aquella que vemos en nuestro consultorio referida a formas patológicas de auto aislamiento, con vivencias de ser excluido y abandonado y con escasa confianza en sí mismo y en los demás; donde los individuos no se sienten amados, ignorando muchas veces, que su propia actitud genera aún más rechazo y distancia. Pero esta autora también reconoce otro sentimiento de soledad que enriquece a la persona, contrariamente a lo que la gente observa del solitario. Son muchos los pensadores y seres creativos que parecen nutrirse de esa soledad. Para varios de ellos es la precisa conciencia de su situación o condición de seres humanos, es decir, de la soledad frente a sí mismo y a la muerte, lo que constituye sus principales materiales para la creación. Quizá por esto es que la soledad está relacionada con la melancolía y con el tedio. En el mundo actual el individuo intenta paliar el miedo a morir o a ponerse en contacto consigo mismo y sus abismos *multiplicando los encuentros, amores y proyectos, negando el envejecimiento y la enfermedad y aun así no le es posible evitar la muerte*” (p. 20). A veces ese miedo suele cubrirse con agitación y bulla, puesto que el silencio se asocia a la pérdida y a la ausencia, es decir, a la soledad.

El sentimiento de “estar solo” surge con las pérdidas de seres cercanos, con las enfermedades y las frustraciones. Esto sucede desde el instante de nacer y cobra diferentes modalidades a lo largo de la vida, agudizándose probablemente la soledad a partir de la tercera edad. Nos viene a la memoria un importante novelista contemporáneo. Paul Auster (2012) en su *Diario de invierno* analiza su sentimiento de soledad con la aparición de los primeros signos del deterioro físico de la vejez, y eso lo conduce a reconstruir episodios de su vida pasada con nostalgia, logrando revivir lo perdido en el tiempo:

Estornudar y reír, bostezar y llorar, eructar y toser, rascarte las orejas, frotarte los ojos, sonarte la nariz, carraspear, morderte los labios, pasarte la lengua por la parte de atrás de los dientes, tiritar, tener hipo, enjugar el sudor de la frente, pasarte la mano por el pelo: cuántas veces has hecho esas cosas? Cuántos encontronazos con los dedos de los pies y los muebles? Cuántas veces te has chancado los dedos de la mano? Cuántos traspiés, resbalones y caídas? Cuántos parpadeos de los ojos? Cuántos pasos dados? Cuántas horas pasadas con la pluma en la mano? Cuántos besos dados y recibidos? (...) Tus pies descalzos en el suelo frío cuando te levantas de la cama y vas a la ventana. Tienes 64 años. Afuera la atmósfera es gris, casi blanca, no se ve el sol. Te preguntas cuántas mañanas quedan.

Se ha cerrado una puerta, otra se ha abierto. Has entrado en el invierno de tu vida. (p. 243)

Para Julia Kristeva en *El tiempo sensible* (2005) la búsqueda de lo perdido lleva a un tiempo pasado y desde ahí a reconstruirse como si fuera un nuevo nacimiento. Ella coloca como ejemplo la obra de Marcel Proust, *En busca del tiempo perdido*, en donde un dato sensorial en la metáfora famosa de la “magdalena” y su fragancia conduce al escritor al tiempo en el cual lo fundamental era lo sensible, lo llama re-vuelta, retorna a su infancia, a sus personajes y escenarios, no repite sino recrea. No es el tiempo del Edipo, es aún más temprano, y desde ahí renace recuperando el placer sensorial de volver a sentir, percibir, vibrar con la vida de la sensualidad recuperada. Es el duelo y es la creación. El duelo, pues al aceptar la pérdida nos enfrentamos a lo desconocido del pasado, ya que es olvidado, y a las posibilidades del futuro. La soledad se nutre de pasado no únicamente recordado sino recreado. Asume, sin embargo, Kristeva que buscar el tiempo perdido (o muerto) es confrontarse con él, con las dificultades que la realidad exterior coloca, con el conflicto, llamado por Proust “intermi-

tencia del corazón”. Por todo eso, para Kristeva, el tiempo de la pulsión, o más precisamente de la pulsión de muerte, mueve al psicoanálisis en el “destiempo”. En un tiempo no lineal en el cual se retorna al pasado que vive aún en el presente para poder proyectarse así hacia el futuro.

Guy Rosolato (citado en Melgar, 2008) sostiene que la soledad dolorosa está en el corazón del duelo y de la melancolía. Puede tomar la forma de un aislamiento defensivo ante la culpa, pero destaca *la fuerza serena y creativa de la soledad* que aleja al sujeto de otras satisfacciones y configura el marco para el ejercicio del silencio especial del solitario, ubicado en la frontera entre el estar y no estar, lo dicho y lo no dicho, las palabras y los afectos. En otros términos, de todo lo que define a la soledad y a la creatividad.

Leía hace un tiempo a un gran escritor contemporáneo, al italiano Paolo Giordano, quien en su libro *La soledad de los números primos* (2010) nos cuenta la historia de Alice y Mattia, dos personajes luchando con su soledad de raíces tempranas:

Se atraen pero las circunstancias se opondrán a su relación, no pueden estar unidos porque son como los números primos, como el 11 y el 13, el 17 y el 19, el 41 y el 43, son números primos aislados, como perdidos en ese espacio silencioso y rítmico hecho de cifras y uno tiene la angustiada sensación de que las parejas halladas anteriormente no fueron sino hechos fortuitos y que el verdadero destino de los números primos es quedarse solos... (p. 123)

El periódico italiano *El Giornale* comentando sobre el libro dice que el verdadero protagonista de esta historia maravillosa es la soledad. Giordano muestra la separación adolorida y crónica que a veces agobia a los seres humanos y que los escritores describen poéticamente.

Entonces podemos afirmar que la separación de las personas que anteriormente estuvieron unidas es, en vida, la manifestación más cercana de la muerte. Por estar tan presente en la vida cotidiana, podríamos decir que es la muerte incorporada a la vida humana. La separación constituye una vivencia de muerte en la vida. Es la ruptura del modelo de unión dual relacionada con la diada madre-hijo. Supone, al perderse el objeto de amor, la posibilidad de desintegración, de pérdida de identidad, y por lo tanto de mutilación del Yo, pues precisamente toda identificación es una defensa contra la muerte. La pérdida del objeto amoroso se acompaña del dolor y del sentimiento de vacío que busca ser llenado perentoriamente, así como también de la sensación del empobrecimiento del Yo. El amante separado se queja: *¡Pobre de mí, estoy muriendo!*

(Caruso, 1970, p. 165). En realidad es morir para el otro y en el otro, hundirse en la soledad pero con la posibilidad de renacer convirtiendo el vacío en creación a través del duelo.

Ese dolor nos muestra cuán importante es para los seres humanos sentir que somos acogidos, puesto que sólo en la relación parece encontrarse el sentido de la vida.

La separación en el amor intenso plantea la actualización de un conflicto que nunca se solucionó: el de la felicidad y al mismo tiempo el de la huída de la vida (Caruso, 1970). Como ya mencionamos, surge un anhelo de perennizar el vínculo; a ello se debe que en la literatura encontremos que muchas parejas prefieran morir juntas a seguir viviendo separadas. Se juran amor eterno para vencer a la muerte y perpetuarse. El ser humano puede preferir la muerte antes que su juramento se rompa.

En otro trabajo, *Sobre el amor apasionado, más allá de la muerte* (Herrera, 2007), narrábamos que el célebre compositor Richard Wagner se inspiró en un poema épico de Gottfried de Estrasburgo del siglo XIII: *Tristán e Isolda*. Paralelamente se sumergía en la lectura de *El mundo como voluntad y representación* de Schopenhauer. Se sentía tan entusiasmado con la idea central del filósofo referida a que la última voluntad negada por el hombre es la de vivir, que sintió consuelo en su desazón aceptando la muerte como final y liberación. En una carta a su colega Franz List del 16 de diciembre de 1854 afirma:

Porque en mi vida nunca experimenté la verdadera felicidad del amor, quiero erigir al más bello de mis sueños un monumento en el que desde el principio al fin desarrollaré completamente este amor. He esbozado en mi cabeza un Tristán e Isolda, un concepto musical de la máxima simplicidad pero pura sangre. Con el oscuro estandarte que ondea al final del drama quiero envolverme para morir! (G.Wagner, 1994 p. 31).

Se sostiene que el amor al que se refiere Wagner, en el que se inspiró para componer *Tristán e Isolda*, fue el que sostuvo con Matilda Wesendonck, un gran amor imposible pues Matilda era casada. Inspirado en ella, el músico escribió sus *Wesendonck-Lieder*, que en realidad constituyen el estudio preliminar de la ópera *Tristán e Isolda*. Wagner consideró que estos *Lieder* eran sus mejores obras hasta ese momento. Quizá debido a su amor frustrado y por tanto magnificado en su anhelo de eternidad, Wagner pudo concluir su ópera. Gottfried Wagner, su bisnieto, se pregunta: *¿Es la muerte o se trata del maravilloso mundo nocturno del cual narra la leyenda, una hiedra y una vid crecieron abrazados sobre la*

tumba de Tristán e Isolda? (ibid, p. 31). Pero lo cierto es que nadie podría, dice Comte-Sponville (2008), vivir por nosotros ni morir por nosotros, ni sufrir ni amar por nosotros, por eso hablamos de soledad: *cuando hablamos de soledad no es más que un nombre distinto para el esfuerzo de existir* (p. 30). En esa línea, Rainer María Rilke (citado por Comte-Sponville) decía que el amor son *dos soledades que se protegen, se complementan, se limitan y se inclinan la una a la otra* (p. 30). Si una de ellas se pierde, la soledad se convierte en desolación.

El amor sería el compartir la soledad, habitarla y, a veces, ensombrecerla con la soledad del otro.

A esta altura consideramos indispensable señalar que desde una mirada superficial puede confundirse la tendencia a la soledad con el narcisismo. Es más bien lo contrario, puesto que el narcisismo no es el relacionarse con uno mismo, sino con la propia imagen a través de la mirada del otro. El narciso detesta la soledad porque lo deja solo frente a su “nada” en la que se ahoga. *El sabio solitario hace de esa nada su reino* (ibid, p. 33). Quiere decir que se sumerge en ella y busca conocerla. Aun en la relación sexual son dos los orgasmos, simultáneos, que no dejan por eso de ser compartidos.

De manera similar, en el proceso psicoanalítico, específicamente en la transferencia, suele aparecer la aflicción de la muerte por la posibilidad de abandono, suscitando sentimientos de amor-odio: el paciente teme ser abandonado, odia y tiene miedo que en respuesta el analista lo odie y lo abandone. En todo caso, como sugieren Quinodoz, Caruso y otros, el sentimiento de separación supone la pérdida de alguien sentido como esencial para la identidad del Yo y, por lo tanto, constituye una de las vivencias más dolorosas que puede experimentar el ser humano. Es el no poder compartir su soledad.

Es el duelo el que rescata al individuo de la muerte, recreando al ser perdido y recuperándolo para la historia del sujeto. Es lo que justamente busca el análisis, es decir, una soledad acompañada a través de la cual se logra reparar, reconstruir e incorporar el bien perdido. Desarrollar la capacidad de estar solo aceptando la soledad sin interferir en los vínculos es fundamental. Bien lo señalaba Donald Winnicott (1958) cuando se refería a la “capacidad de estar solo”. Esta capacidad constituye uno de los indicios más importantes de la maduración emocional. El autor la relaciona con el silencio que suele aparecer en la sesión analítica. No la considera como una resistencia sino como un logro del paciente (p. 36). Es el logro de estar solo acompañado del analista.

Subraya Winnicott la importancia de rescatar los aspectos positivos de ese “estar solo” como una capacidad a desarrollar en el camino a la salud psíquica.

Surge desde temprano en el ser humano en la relación madre-hijo. Es la paradoja de estar solo mientras alguien más está presente. Winnicott la denomina “relacionalidad del yo”. Compara ese vínculo temprano en el cual ambos, o por lo menos uno, está solo con el sentimiento que acompaña a la pareja sexual pues luego del coito cada uno de los integrantes experimenta el disfrute de la soledad acompañado de la otra persona igualmente sola, constituyéndose una “experiencia de salud” (p. 39).

Winnicott relaciona la capacidad para estar solo con la disposición del individuo para afrontar la escena primaria de los padres, tolerando el odio que esa escena suscita y supeditándolo a la masturbación. Acepta la ambivalencia y la relación triangular de la cual es protagonista. Por otro lado, y siguiendo a Melanie Klein, señalaría la importancia de haber internalizado un objeto bueno en el interior de la psique. Cree en un ambiente adecuado gracias a la presencia de ese objeto. De esta manera la madre se constituye en un *yo auxiliar*; en ese *ambiente facilitador*, fomenta el desarrollo del *yo soy* previo al *yo estoy solo*, solo posible si la presencia de la madre como *existencia continua* y *confiable* permite disfrutar estando solo (Winnicott, 1958). Sin embargo, con el tiempo, el individuo internalizará a la madre y deberá seguir su camino solo, situación difícil de manejar aún para el adulto que tiende a ser inundado por la vivencia de la fragilidad de la infancia. Se da una paradoja: para el desarrollo humano es necesario un conjunto de rupturas dolorosas, indispensables para la individuación. El ser humano debe desligarse de sus vínculos tempranos para establecer vínculos nuevos sobre la huella de los antiguos y dar paso a la creatividad.

En un trabajo sobre *El acto creativo: una reflexión psicoanalítica* (Herrera, 2011), al hablar de la creatividad mencionábamos el caso del artista creador que es el que nos permite pasar del predominio de la naturaleza al de lo humano y lleva a cabo el viejo anhelo de apropiarse de los poderes que él asigna a las fuerzas que crea pero no sin conflictos, soledades y nostalgias.

Estas vivencias tal vez se refieren al ser “corroído internamente” de Prometeo y son muy frecuentes en el artista quien, frente a su propia obra, siente que ha colocado todo afuera y adentro de él sólo queda el vacío². Después recuperará su capacidad. Lo prometeico apunta a renacer, es decir a volver a experimentar la posibilidad de crear, pero luego de recorrer la desolación de la culpa trágica. El artista se recupera, como Prometeo, y vence a la interdicción paterna. Renacen las fuerzas creadoras después de la culpa trágica y vuelve

2 La creación anal según Didier Anzieu.

otra vez a plantearse la posibilidad de superar la prohibición. El transgresor se convierte en héroe, que sufre en soledad, como en el caso de Prometeo, al ser corroído, pero que finalmente renace.

La obra del artista nos permite vivir recreando, seguir el camino trazado por el creador. Aprendemos la contemplación en soledad.

Octavio Paz en *La Postdata de El laberinto de la soledad* (1999) nos dice que: *el hombre es nostalgia y búsqueda de comunión. Por eso cada vez que se siente a sí mismo, se siente como carencia del otro, como soledad* (p. 211). Al nacer, rompemos los lazos que nos unen a la vida ciega dentro del vientre materno. Dice Paz (1999), en un estilo que nos hace recordar al psicoanalítico, que al romper ese mundo intrauterino para nacer, empieza el desamparo por la separación y por la ruptura. Dice además que caemos en un mundo extraño y hostil y lo interesante, agrega, es que en la medida en que nos hacemos adultos esos sentimientos se transforman en el de soledad. Intentamos regresar a aquello que perdimos, a ese paraíso perdido que nos unía a la vida, y por todos los medios intentamos abolir nuestra soledad actual (Paz, 1999) y recuperar el mundo perdido, del cual nos habla el psicoanálisis. Recordemos el narcicismo primario de Freud, la monada de Castoriadis y el pictograma de Aulagnier, entre otros. Podríamos mencionar, siguiendo la ruta de Octavio Paz y del psicoanálisis, que nacer y morir son grandes experiencias de soledad:

Nada tan grave como esa primera inversión en la soledad que es el nacer, solo esa otra caída en lo desconocido que es morir (...) anhelamos volver al seno creador de donde fuimos arrancados. Buscamos el amor que por ser deseo es hambre de comunión, de morir y renacer en un momento, en un instante de vida plena. (Paz, 1999, p. 82).

Vencer la soledad aunque sea un instante. Mejor aún, vivirla creativamente es —como diría Castoriadis— aproximarnos a encontrarle sentido a la vida.

Referencias bibliográficas

- Auster, P. (2012). *Diario de Invierno*. Barcelona: Anagrama.
- Bollas, C. (1991). *La sombra del objeto*. Buenos Aires: Amorrortu
- Caruso, I. (1970). *La separación de los amantes*. México: Siglo XXI.
- Coleridge, T. (1998). *La canción del viejo marino*. Bogotá: El Áncora.
- Comte-Sponville, A. (2008). *El amor, la soledad*. Buenos Aires: Paidós.
- Ende, M. (1993). *La prisión de la libertad*. Barcelona: Alfaguara.
- Freud, S. (1915). La transitoriedad. En: *Obras completas*. Tomo XIV. Buenos Aires: Amorrortu. 1998.
- _____. (1920). Más allá del principio del placer. En: *Obras completas*. Tomo XVIII. Buenos Aires: Amorrortu. 1998.
- Giordano, P. (2010). *La soledad de los números primos*. Barcelona: Salamandra.
- Goldstein, G. (2005). *La experiencia estética*. Buenos Aires: Del estante editorial.
- Gomez, E. & Pontalis, J.B. (2014). *Freud y los escritores*. Buenos Aires: Nueva Visión.
- Herrera, L. (2009). Las fisuras de lo imaginario. De la interdicción paterna a la creación literaria. *Revista Psicoanálisis*, N°7, 85-92.
- _____. (2007). Sobre el amor apasionado, más allá de la muerte. Trabajo presentado en el X Congreso de la Sociedad Peruana de Psicoanálisis: "Eros, amor y sexualidad. Actualidad Psicoanalítica".
- _____. (2011). El acto creativo: una reflexión psicoanalítica. Trabajo presentado en el XII Congreso Peruano de Psicoanálisis: "La Clínica Psicoanalítica Hoy. Individuo y Sociedad".
- Hirigoyen, M. (2013). *Las nuevas soledades*. Buenos Aires: Paidós.
- Kristeva, J. (2005). *El tiempo sensible*. Buenos Aires: EUDEBA.
- _____. (2006). *Historias de amor*. Buenos Aires: Siglo XXI.
- Lecourt, E. (1990). La envoltura musical. En: D. Anzieu, *Las envolturas psíquicas*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Melgar, M.C. (2008). *Pasión y creatividad*. Buenos Aires: Lumen
- Meltzer, D. (1990). *La aprehensión de la belleza*. Buenos Aires: Spatia.
- Paz, O. (1999). *El laberinto de la soledad*. México: Fondo de cultura económica
- Pessoa, F. (2008). *Libro del desasosiego*. Buenos Aires: MC Editores.
- Viñar, M. & Urilksen de Viñar, M. (1993). *Fracturas de la memoria. Crónicas para una memoria por venir*. Montevideo: Trilce.
- Wagner, G. (1994). El profundo arte del silencio musical. En: *Amadeus*, 18, 30-32.
- Winnicott, D. (1993). *Los procesos de maduración y el ambiente facilitador*. Buenos Aires: Paidós.

Resumen

Siguiendo la sugerencia de Freud de consultar a los poetas, el autor revisa diferentes miradas y posiciones de escritores y músicos sobre la soledad. Busca diferenciar el “estar solo” del “sentirse solo”. La soledad se muestra en diferentes formas durante el desarrollo humano. Se presenta material de un paciente dedicado a la composición musical, que sufre de momentos de nostalgia y sensaciones de pérdida de sentido. Se profundiza en la relación entre soledad y pérdida, y en el duelo como recuperación de lo perdido. En el mundo actual el individuo intenta paliar el miedo a morir, o a ponerse en contacto consigo mismo y sus abismos, multiplicando los encuentros, los amores y proyectos, negando el envejecimiento y la enfermedad. El primer desamparo empieza con la ruptura del mundo intrauterino, en la caída a un mundo extraño y hostil y esos sentimientos se transforman —en la medida que nos volvemos adultos— en el sentimiento de soledad. Recuperar de alguna manera lo perdido, vencer la soledad aunque sea por instantes, compartirla en compañía, es vivirla creativamente y encontrarle sentido a la vida.

Palabras clave: Creatividad, duelo, música, pérdida, separación, soledad

Abstract

Following Freud's suggestion to consult the poets, the author reviews different perspectives and stances of authors and musicians about loneliness. He tries to differentiate “being alone” from “feeling alone”. Loneliness is shown in different forms during human development. The author presents material about a patient dedicated to musical composition, who suffers moments of nostalgia and senselessness. He delves into the relation between loneliness and loss, and grief as a way to recover what was lost. In the world of today the individual tries to appease the fear of death, or of getting in touch with himself and his abbysses, by multiplying encounters, loves and projects, denying aging and illness. The first despair begins with the rupture of the intrauterine world, falling into a strange and hostile world and those feelings transform —as we grow into adults— into the feeling of loneliness. To recover in some way what was lost, to defeat loneliness even for an instant, to share it in company, is to live loneliness creatively and finding sense in life.

Key words: Creativity, loneliness, lost, mourning, music, separation