

Desolación, depresión y tristezas ambivalentes

Luis María García Domínguez

Introducción

En estas páginas se propone un análisis antropológico de la desolación que retoma las ricas, aunque difíciles, relaciones entre psicología y espiritualidad. Una ojeada a la antigua terminología del discernimiento permite percibir las fuertes connotaciones antropológicas que ofrece. Y es también interdisciplinar el lenguaje del discernimiento que utiliza san Ignacio en sus reglas (EE 313-336); pues, además de referirse a realidades preternaturales (espíritus, ángeles buenos y malos) utiliza términos más antropológicos que describen estados afectivos (placeres, delectaciones, consolaciones, lágrimas, quietud, amor, leticia, alegría, sentimiento; así como morder, tristar, inquietar, dolor, tristeza, turbación, inquietud); alude a las operaciones humanas intelectuales (sindérese de la razón, razones falsas o aparentes, oscuridad, pensamientos, examinar, noticia y conocimiento, engaños, sotilezas, falacias, conocimiento, actos de entendimiento, pensamientos, conceptos y juicios, pareceres); y finalmente indica el aspecto conativo de las funciones anteriores (mociones, poner o quitar impedimentos, atraer, moción a cosas bajas, propósitos, determinación, hacer el *oppósito per diametrum*, poner en efecto). De modo que el discernimiento que llamamos espiritual tiene lugar necesariamente a través de una serie de operaciones psíquicas y humanas, que están implicadas inexorablemente en el ignaciano "sentir y conocer" (EE 313, 332).

Quizá este fondo interdisciplinar de su lenguaje ha favorecido el diálogo actual entre la psicología y la espiritualidad ignaciana. Por lo mismo, la desolación espiritual se ha visto en relación con la depresión psíquica en diferentes formas. El punto de partida es que se trata de dos fenómenos distintos, aunque con muchas semejanzas fenoménicas que pueden llevar a confusiones en el curso del discernimiento. Esta distin-

ción entre ambos fenómenos suele suponer implícitamente la existencia de dos ámbitos o dimensiones antropológicas que caracterizan a toda persona. Una de estas dimensiones es la que podríamos llamar "natural", en la que se producen según sus leyes propias cualquiera de los fenómenos psíquicos; y dichos fenómenos se deben analizar solamente con los criterios propios del campo de la ciencia en cuestión, en este caso la psicología o la psiquiatría. Otra es la dimensión que podemos llamar "espiritual", en cuyo ámbito admiten los creyentes una intervención de la gracia divina como fuerza distinta de las estudiadas como dinamismos psíquicos, y cuyas leyes o sentido lo proporciona la teología. Este planteamiento permite la justa autonomía de las ciencias respectivas (psicología y teología en este caso), pero establece una separación metodológica que logra más difícilmente un análisis consensuado de este fenómeno que le acaece a un sujeto único.

Partiendo de ese supuesto metodológico de separación, la relación entre desolación y depresión pueden verse con dos acentos diferentes. Un posicionamiento afirma que son realidades de tal manera distintas que, a no ser en los casos de diagnóstico claro de alguna forma de depresión clínica, la desolación espiritual tiene su entidad propia, obedece a sus leyes específicas, y por eso tiene sus explicaciones y sentidos; se diría que, salvo casos muy claros, la vida espiritual y la psicología apenas interfieren entre sí.¹

Un segundo posicionamiento, aun partiendo también de que ambas realidades son cosas distintas, afirma sin embargo que están muy próximas e interrelacionadas, de modo que la depresión permite una mejor comprensión y tratamiento de la desolación. En esta posición, aunque se admite la intervención autónoma de la gracia divina, la desolación se entiende en mucha medida en paralelo a las depresiones.²

En ambos enfoques se mantiene la concepción de que *dos horizontes vitales, o dos dimensiones*, explican todas las dinámicas psíquicas y espirituales de las personas humanas y su interrelación: una dimensión caracterizada por la motivación prevalente y la referencia a un horizonte de valores autotrascendentes, y la otra por el horizonte de valores naturales. Pero en nuestro enfoque querríamos asumir que es mejor concebir *tres dimensiones* en la persona: considerando una dimensión intermedia, caracterizada por tener en su horizonte objetos que representan

¹ P. Schiavone, *Il discernimento evangelico oggi. "Cercare e trovare la volontà di Dio"*, Roma, CIS, 1988, pp. 32-39.

² J. Font, "Discernimiento de espíritus. Ensayo de interpretación psicológica", *Manresa*, 59/231, 1987, pp. 127-147.

valores naturales y autotrascendentes *conjuntamente*; y este tipo de valores establece unas dialécticas en el sujeto que son más ambiguas que puras, donde lo psíquico y lo espiritual no funcionan como ámbitos separados, ni mucho menos, sino altamente entremezclados. De este modo, resulta que hay efectivamente una dimensión religiosa y espiritual de los valores autotrascendentes, a la que el sujeto responde más o menos según un *continuum* entre virtud y pecado; y existe también otra dimensión de los valores naturales, a los que se responde según un *continuum* que va desde la normalidad (o salud mental) hasta la patología psíquicas; pero estas dos dimensiones se complementan con una dimensión intermedia en que se dan al mismo tiempo un horizonte de valores naturales y autotrascendentes, y a la cual responde el sujeto según el *continuum* del bien real frente al bien aparente (o autoengaño).³

Según esto, podemos encontrar en una persona creyente entristecida una de *tres* situaciones antropológicamente diferentes: una desolación puramente espiritual; o bien una de las manifestaciones de la depresión psíquica; o bien un tipo de tristeza espiritual más ambigua, desolación ambivalente tanto por su origen como por los dinamismos psíquicos y espirituales que genera. En ella, por ejemplo, los mecanismos de defensa funcionan de modo notable, aunque no de forma patológica, y están al servicio de motivaciones que incluyen *al mismo tiempo* ideales espirituales junto con necesidades puramente psíquicas. Presentamos a continuación estas tres situaciones diferentes.

*Podemos encontrar e
una persona creyente
entristecida una de tres
situaciones
antropológicas
diferentes*

1. La depresión

Los tratados de psiquiatría y los estudios monográficos⁴ incluyen varios capítulos con amplias referencias bibliográficas sobre los *trastornos de estado de ánimo* o afectivos, entre los que se incluyen las dife-

³ L. M. Rulla, *Antropología de la vocación cristiana. I. Bases interdisciplinares*, S. E. Atenas, Madrid, 1990, pp. 160-164; el autor reelabora la distinción propuesta por J. De Finanze entre valores naturales y autotrascendentes.

⁴ Por ejemplo: Kaplan, H.I.; Sadock, B.J., *Tratado de psiquiatría. Tomo I*, Salvat, Barcelona, 1989, 2ª ed., pp. 754-825; Vallejo Ruiloba, J.; Gasó Ferrer, C., *Trastornos afectivos: ansiedad y depresión*, Masson, Barcelona, 1999; Pallardó, F. (Coord.), *La depresión. Un problema crucial de nuestro tiempo*, Espasa-Calpe, Madrid, 1992.

rentes formas de la depresión. La depresión presenta múltiples variantes y los estudiosos proponen muy distintas conceptualizaciones gnoseológicas y explicaciones de sus causas y tratamientos, sin claro consenso.³ Hoy se constata su incremento, de modo que las estadísticas psiquiátricas coinciden con la apreciación de muchos: “los trastornos depresivos son los trastornos psiquiátricos más comunes, tanto en problemas clínicos como generales. Su incidencia parece aumentar”, de modo que entramos en “la era de la melancolía”.⁴ Pero no hay un único tipo de depresión, sino varias. Entre las clasificaciones más recientes,⁵ que son de tipo sólo descriptivo, la Organización Mundial de la Salud (CIE-10, 1992) ofrece estos grupos: episodio maníaco, trastorno bipolar, episodios depresivos, trastorno depresivo recurrente, trastornos del humor persistentes, y otros trastornos del humor. Con todo, para muchos especialistas “en esencia existen sólo dos grandes tipos de depresión, una de base fundamentalmente constitucional-biológica (melancolía) y otra de raíz psicosocial y [que suele incluir] frecuentes trastornos de personalidad subyacentes (distimia)”.⁶

Estas clasificaciones se refieren a las depresiones de tratamiento psiquiátrico; pero todos los humanos estamos expuestos a la tristeza normal, a la disforia y al disgusto, sean derivados del dolor físico o psíquico, de la pérdida de personas o del cambio de situaciones vitales, de la frustración de nuestras aspiraciones conscientes o de nuestras expectativas latentes. Pero si ciertamente cualquier persona puede sufrir una crisis depresiva puntual y posteriormente superarla sin especiales secuelas, es cierto que otros mantienen de modo habitual un estilo personal más triste y apagado, a modo de una personalidad depresiva no patológica.

¿Qué conviene saber sobre las depresiones a quien se dedica a dar Ejercicios o acompañar espiritualmente a otros? “Cuanto más y más mejor... con tal que no se corrompa el sujeto ni se siga enfermedad notable...”. Pero ante una persona que narra su situación en una entrevista sí debería ser capaz, al menos, de percibir intuitivamente (no deci-

³ Habla de “caos actual” en la nosología López Ibor Aliño, Juan J., “Clasificación de los trastornos anímicos”, en Pallardó, F. (Coord.), *o.c.*, p. 114.

⁴ La prevalencia de síntomas depresivos indeterminados oscila entre el 9 y el 20 % de la población general; la depresión aparece en el 3% de los varones y del 4-9% de las mujeres; hay una mayor incidencia de este trastorno en la mujer respecto al varón, casi en doble proporción. Cf. Kaplan; Sadock, *o.c.*, pp. 220 y 223; Pallardó, F. (Coord.), *o.c.*, p. 187.

⁵ Para la discusión sobre las clasificaciones, Vallejo Ruiloba, J.; Gastó Ferrer, C., *o.c.*, pp. 192-216; López-Ibor Aliño, Juan J., “Clasificación de los trastornos anímicos”, en F. Pallardó (Coord.), *o.c.* pp. 113-126.

⁶ J. Vallejo y J.M. Menchón, “Distimia y otras depresiones no melancólicas”, en Vallejo Ruiloba, J.; Gastó Ferrer, C., *o.c.*, p. 272.

Desolación, depresión y tristezas ambivalentes

mos diagnosticar) la presencia de síntomas de la depresión, así como algunas señales del grado de desorganización; de tal modo que pudiera diferenciar estas señales de las propias de la desolación. Partiendo de esta intuición reflexionada podrá acomodarse pastoralmente a la "naturaleza" propia del sujeto con quien conversa.

El diagnóstico clínico de las depresiones se hace inicialmente en base a las señales o síntomas que presenta el sujeto. Pero cada vez más es claro que conviene completar esa observación con un cierto juicio clínico sobre la presencia de desorganización psíquica de la personalidad. Dicho de otro modo: la presencia (o la ausencia) de los síntomas no garantizan un diagnóstico ajustado; no basta comprobar que una persona llora un poco más de lo habitual para concluir que está deprimida; ni que siente fuerte culpabilidad, ni que está desanimada en su trabajo, etc. Y, en el caso contrario de la ausencia de síntomas, no basta verificar que una persona es un eficiente profesional para concluir que no hay desorganización psíquica en él; ni basta que nos hable muy razonadamente para que excluyamos todo posible trastorno.

La persona deprimida con *melancolía profunda*, o *endógena*, suele presentar algunos de estos signos clínicos (aunque no sea muy probable encontrarlos en el acompañamiento espiritual o dando Ejercicios): inicio o empeoramiento estacional; despertar precoz; depresión matutina intensa y mejoría vespertina; pérdida de peso, con anorexia o no; trastornos psicomotores, con retardo psicomotor; dificultad de reacción ante estímulos; tristeza vital; pérdida de la capacidad para experimentar el placer (anhedonia total); hipocondría con sentido de ruina; ideas delirantes de culpa.

Es más probable encontrar en el acompañamiento una forma menos severa, la *depresión neurótica* (o reactiva, psicógena), actualmente más bien llamada *distimia*. Estas personas⁹ tienen mucha mayor capacidad para su adaptación y para mantener un funcionamiento social estable; son muy sensibles a las relaciones interpersonales. No muestran síntomas psicóticos o signos específicos muy claros de depresión, sino que se suelen solapar con otros malestares psíquicos o "síntomas neuróticos", como preocupaciones hipocondríacas, obsesiones, fobias. Este tipo de depresión se suele producir por algún suceso desencadenante estresante, y sigue muy sensible a los factores precipitantes, aunque pueden ser trastornos bastante duraderos; según la perspectiva psicodinámica, obedece

⁹ B. V. Aufaure, "Depression and Spiritual Desolation", *The Way*, 42/3, 2003, pp. 47-56; Vallejo Ruiloba, J.; Gastó Ferrer, C., *o.c.*, pp. 261 y ss.

a conflictos inconscientes; y quizá puede ser favorecido por un tipo de personalidad un tanto desadaptada, con alguna leve patología de carácter.

Finalmente, los síntomas o señales de una "personalidad depresiva" normal¹⁰ serían alguno de los siguientes: pesimismo en el afecto y persistente sentimiento de infelicidad; abulia en la voluntad; introversión mental con muestras de escepticismo y tendencia a la preocupación o a la duda; mayor o menor amargura, y frecuente hipercrítica hacia los otros, a pesar de añorar mantener buenas relaciones afectivas.

Pero, como decimos, no basta percibir la presencia de algunos síntomas para establecer un diagnóstico clínico acertado (y, menos todavía, nuestra aproximación intuitiva). A la observación de los síntomas debemos añadir otro juicio (también intuitivo) sobre la presencia de desorganización psíquica en algún grado,¹¹ pues esto determinaría mucho de nuestro trabajo pastoral.

J. Font propone cuatro tipos de depresión en orden creciente de gravedad: la normal y hasta conveniente, la neurótica, la borderline y la psicótica

364

Considerando ambos criterios (síntomas y grado de desorganización) J. Font¹² propone cuatro tipos de depresión en orden creciente de gravedad: una depresión psicológicamente normal y hasta conveniente como reacción ante diversas vicisitudes psíquicas; una depresión neurótica de tipo obsesivo, que sería levemente patológica, pero sin desorganización psíquica; un tercer tipo de desolación límite, o *borderline*, con menor o mayor grado de desorganización, y que sería depresión fluctuante; y finalmente el tipo de depresión psicótica, la más propiamente destructiva y muy severamente desorganizada mientras persiste el trastorno. Se detecta la desorganización, que se da a partir del tercer tipo de depresión, por la gravedad y persistencia de los síntomas; por el uso habitual de defensas primitivas; y por la "estable inestabilidad" respecto a la imagen de sí (autopercepción) y de los otros, y en las relaciones interpersonales.

Es cierto que en la pastoral ordinaria de Ejercicios y acompañamiento se pueden encontrar todas las posibilidades indicadas, pero serán más

¹⁰ A. González y S. Jiménez, "Personalidad depresiva", en Vallejo Rulloba, J.; Gastó Ferrer, C., o.c., pp. 479-488.

¹¹ Lo propone O. Kernberg, "Diagnóstico estructural", en *Trastornos graves de la personalidad*, Manual Moderno, México, 1993, pp. 1-22.

¹² J. Font, "Los afectos en desolación y consolación: lectura psicológica", en Alemany, C., y García-Monge, J.A., *Psicología y Ejercicios Ignacianos, I*, Sal Terrae-Mensajero, Santander - Bilbao, 1991, pp. 141-153. Estos cuatro tipos serán su referencia para los cuatro tipos de desolación.

Desolación, depresión y tristezas ambivalentes

probables algunos cuadros que otros. Ciertamente pueden verse muchas tristezas naturales o alguna crisis depresiva sin desorganización en cualquier creyente normal; también existen personalidades un tanto depresivas, sin desorganización, en momento tranquilo o de cierta crisis. Todas estas manifestaciones pueden ser ayudadas espiritualmente, pero en principio no conviene interpretar tales situaciones en clave de desolación espiritual.

Hay otras personas que presentan algún grado de desorganización psíquica. A veces es fácil detectar señales muy llamativas de crisis depresiva, incluso aunque no tenga síntomas psicóticos: si, por ejemplo, durante muchos días apenas come, no se levanta de la cama, no es capaz de ir a trabajar o a clase, llora sin parar, se autoculpabiliza, etc. Más difícil puede ser detectar personas límite, o *borderline*, fuera de una crisis, por cuanto sus síntomas pueden ser menos específicos. Y conviene indicar finalmente una situación relativamente frecuente hoy: la persona deprimida con seguimiento psiquiátrico y farmacológico (toma pastillas), que tendrá sus síntomas muy amortiguados. Sin embargo, esta persona mantiene todavía una fragilidad estructural y seguir el modo y orden de los Ejercicios puede ser factor desencadenante de una crisis. Si quien da los Ejercicios se encuentra con alguna de estas situaciones de eventual desorganización hará muy bien en ayudarla a dejarlos suavemente o, al menos, a prescindir de su estricto método y proceso interior, ofreciendo algún apoyo pastoral y refuerzo psíquico¹¹.

Todavía para otro tipo de situaciones más extraordinarias, se puede aplicar un criterio básico: cuando se encuentran contenidos religiosos en el discurso de personas desorganizadas (por ejemplo, deprimidas), el tratamiento del fenómeno debe hacerse inicialmente desde la psicopatología, no desde el discernimiento. Y esto porque lo que determina la gravedad de una patología no es el tipo de síntoma ni el contenido de la percepción o del pensamiento, sino la estructura y organización de la personalidad. No es un elemento religioso el que produce la patología, sino que la estructura desorganizada se expresa siempre a través de algunos contenidos que resultan fuertemente simbólicos para quien los expresa. Un caso nos puede acercar a la problemática de la depresión en los Ejercicios.

¹¹ Mediante el uso "diagnóstico" de algunas adiciones ignacianas, u otras, se podría verificar de alguna manera la presencia de desorganización y favorecer la terminación de los Ejercicios, como indicamos en "Adiciones para acompañar a sujetos bloqueados", *Mañana*, 74, 2002, pp. 229-242.

Luis María García Domínguez

A Clara, una laica de 28 años y enfermera titulada, le ofrecen hacer ocho días de Ejercicios para discernir una posible vocación religiosa. En la primera entrevista habla de sus buenas disposiciones ante la experiencia y su interés por encontrarse con Dios en estos días. Sobre su posible vocación no manifiesta resistencias, pero considera que no tiene cualidades para ella; se fía, sin embargo, de la religiosa que la invitó a los Ejercicios y considera que en todo caso le vendrán bien. Aunque reconoce que le da un poco de miedo que en el silencio salga lo peor de ella misma, también considera que es una oportunidad para afrontar sus propios miedos. Pues relata que en ocasiones ha sufrido bastante con diversos temas, incluso ha tenido que acudir al psiquiatra, aunque en este momento se siente mucho mejor. Sufre todavía con su madre, que parece querer controlarla en muchas cosas; sufrió en alguna ocasión con la comida, y con la propia imagen física, y recuerda perfectamente que su padre le afeaba estar demasiado gorda cuando era niña. Actualmente continúa viviendo con sus padres, pues no ha conseguido sacar las oposiciones, y sólo trabaja haciendo algunas sustituciones. Cuando reza, lo que no hace con mucha frecuencia, le pide a Dios ayuda y fuerza en sus problemas, pero no siempre siente su cercanía ni consuelo: "ya estoy acostumbrada a que me trate así". Durante la conversación Clara, delgada y con mirada un poco triste, parece sentirse a gusto con su acompañante y hablar con confianza, con una media sonrisa en los labios.

366

No se trata, evidentemente, de una grave patología depresiva, ni existen delirios, alucinaciones, ni obsesiones bloqueantes. Pero sí aparecen algunas señales de alerta: los problemas con la comida la han afectado mucho, hasta una cierta anorexia; la tensión con su madre se resolvía ordinariamente con una crisis depresiva; algunas veces precisó de atención psiquiátrica y tratamiento farmacológico (y de hecho sigue tomando unas pastillas); no ha podido mantener la tensión de las oposiciones ni tiene trabajo más estable; parece muy dependiente de sus padres y de la religiosa que la acompaña. Muchos indicios de depresión y, posiblemente, con algún grado de desorganización en el pasado y quizá en el presente.

Estamos en la dimensión natural en la que se da la depresión psíquica; su tristeza no deriva de la ausencia de Dios en su vida

No sólo la presencia de síntomas y una posible desorganización decanta al interlocutor hacia el campo de la depresión. En esta ejercitante encontramos una preocupación central (un horizonte o dimensión predominante) por lo que hemos llamado valores naturales: su insatisfacción, su bienestar o malestar, su autoimagen, la autoafirmación, el cierto sentido de fracaso, las relaciones familiares, la culpa latente por la agresividad hacia sus padres. Estamos siempre en la dimensión natural, en la que se da la depresión psíquica; su tristeza no

deriva ni proviene de la ausencia de Dios en su vida. Y, aunque es creyente, quien da estos Ejercicios hará muy bien en no aplicar regla ninguna sobre la desolación a esta situación, sino confirmar los consejos del médico que la trata y ayudarla con escucha, apoyo y orientación pastoral, pero no con los Ejercicios. De modo que lo que especifica a la depresión, frente a la desolación, es que el objeto central de su horizonte es natural; al deprimido le preocupa su persona ("no valgo, no tengo esta o aquella cualidad"), su rendimiento ("no soy capaz, no puedo"), sus relaciones humanas ("no me quieren, no me estiman, no me valoran, no soy significativo"); sus logros ("fracasé, salió mal"), etc. En definitiva, el problema se establece en relación con otros o consigo mismo, pero no propiamente con Dios.

2. La desolación espiritual

En muchas otras partes y en este mismo número se explica qué es la desolación espiritual. Aquí sólo indicamos alguna nota más específica respecto a las semejanzas y diferencias con la depresión; porque se podrían considerar otros elementos presentes en la tradición espiritual cristiana¹¹ cuando interpreta en clave de maduración espiritual las tres funciones de la desolación: purificatoria, pedagógica y mística.

Un acercamiento meramente cuantitativo evidencia que a san Ignacio le interesa mucho más la palabra "consolación" que la palabra "desolación"; el desequilibrio es abrumador a favor de la consolación¹². Y aunque un análisis cualitativo introduciría matices a los datos cuantitativos, para san Ignacio la experiencia espiritual fundante es la consolación, proveniente de un Dios que ordinariamente "más se inclinaría de su parte a tenernos siempre consolados que afligidos, aun en este mundo"¹³. La desolación es "todo lo contrario"; las reglas de discernimiento de primera semana (EE 313-327) dedican un espacio notable a describir la desolación y en proponer consejos para afrontarla porque resulta altamente

¹¹ P. Schiavone, *Il discernimento evangelico oggi. "Cercare e trovare la volontà di Dio"*, CIS, Roma, 1988; Martin, H., "Désolation", *Dictionnaire de Spiritualité*, t. III, Beauchesne, Paris, 1953, cols. 631-645.

¹² Según la *Concordancia ignaciana*, en los Ejercicios aparece 40 veces la palabra "consolación" frente a 25 veces "desolación"; en el conjunto de los textos indexados, las palabras "consolación" y "consolar" aparecen 93 veces, frente a 27 citas de "desolación". En los doce tomos de cartas y escritos (analizadas mediante el buscador informático *Polinco*), la raíz "consol" aparece 896 veces, mientras la raíz "desol" aparece 14 veces.

¹³ Carta a Magdalena Angélica Doménech, de 12 de enero de 1554, en MHSI, *Epp.*, 6, pp. 160-162.

desestabilizadora para quien empieza animosamente su camino espiritual. Ignacio mismo experimentó en Manresa, a los inicios de su conversión (*Aut.* 20-25; cf. 32-33; 36) no sólo pequeños escrúpulos, dudas y agitaciones, sino momentos de desolación espantosa que, a la luz de la psicología de hoy deberían analizarse también como sintomatología clínica, para ser mejor entendidos.

Un análisis antropológico de la desolación no solamente se debe detener en la descripción de los rasgos fenomenológicos de la misma, sino que precisa de una mirada que podríamos llamar más estructural y motivacional; no basta detectar la acumulación de rasgos de la desolación, sino que conviene reconocer los elementos típicos de su funcionamiento. Y haciendo una sencilla aproximación a la descripción de la desolación en algunos textos ignacianos¹⁷ podemos percibir mejor las cuatro notas características.

Notas de la desolación	Expresiones ignacianas sobre la desolación
1) estado emotivo disfórico	turbación; inquietud de varias agitaciones y tentaciones; hallándose toda perezosa, tibia, triste; guerra contra paz; sequedad contra lágrimas; el Señor ha abstraído su mucho hervor;
2) que afecta al entendimiento y juicio	escuridad del ánimo; pensamientos que salen de la desolación; conejos del malo [espíritu]; vagar la mente en cosas bajas; pone impedimentos;
3) y tiende a la acción	moción a las cosas bajas y terrenas; vagar en cosas bajas contra la elevación de mente; esperanza en cosas bajas
4) y tiene lugar ante un objeto espiritual (divino)	moviendo a infidencia; sin esperanza; sin amor; como separada de su Criador y Señor; tristeza contra gozo espiritual, esperanza en cosas bajas contra esperanza en las altas; amor bajo contra el alto

Estos cuatro rasgos de la desolación espiritual parecen característicos, y paralelamente contrapuestos a los que podríamos señalar para la consolación. En primer lugar, es evidente que la desolación es un *estado emotivo* disfórico, sea una emoción súbita o un sentimiento permanente y más duradero, de un disgusto. En segundo lugar, ese sentimiento, según Ignacio, produce una cierta *comprensión y juicio intelectual* de las cosas; comprensión equivocada y engañosa, pero que proporciona al

¹⁷ *Ejercicios* [317 ss]; en el *Directorio autógrafa*, nn. 11-12, 18.

desolado una visión diferente de la realidad y de sí mismo. En tercer lugar, la desolación *mueve a la acción*, a realizar cosas, a apropiarse de cosas (bajas), o a huir de las que hasta entonces se consideraban buenas. Pero aquí se precisa una aclaración. La desolación influye en el mundo afectivo, intelectual y conativo, pero no lo altera para los valores naturales. Según Ignacio la desolación no quita la libertad fundamental de actuar contra ella, de resistirla, de continuar el camino espiritual emprendido (EE 318-324), como él mismo hizo. No quita al sujeto la libertad esencial de reaccionar y elegir ante los objetos naturales con que se encuentra, por lo que el desolado mantiene su responsabilidad ante el trabajo, la familia, las relaciones humanas, el cuidado de sí mismo, etc. Esta libertad y relación con los objetos del horizonte natural sí las puede alterar, en cambio, una patología afectiva del polo depresivo, especialmente con algún grado de desorganización psíquica.

La cuarta y última nota de la desolación, la principal para nuestro intento, es que todo este proceso afectivo, cognoscitivo y conativo tiene lugar *en referencia a un objeto espiritual*, o propiamente divino. La existencia predominante de este horizonte y objeto espiritual es lo que la diferencia de otras tristezas humanas; el ejercitante se pone triste porque le falta Dios. Y aunque las formas de desolación son muy variadas (sequedad, tentaciones, agitaciones, añoranzas, escrúpulos, etc.), siempre "el núcleo de la vivencia" es que "Dios se aleja del campo de la experiencia".⁴⁶ Acerquémonos ahora al concepto con una situación bastante común de desolación.

Kety es una novicia de 25 años. Hace dos años entró como postulante en la congregación; durante su primer año en comunidad se entregó generosamente a su nueva vida, estudiando teología, participando en las actividades sociales que se le propusieron, iniciándose en la vida de oración y de comunidad. Le había costado mucho tomar la decisión de dejar sus estudios de medicina y su vida anterior, pero desde que dio su sí a Dios se había sentido liberada y gozosa, de tal modo que contagiaba a todos su alegría. En su oración cotidiana sentía la

Estos cuatro rasgos a la desolación espiritual parecen característicos, y paralelamente contrapuestos, a los de la consolación

⁴⁶ Arzobalde, S., *Ejercicios Espirituales de San Ignacio, o.c.*, San Terraes - Mensajero, Santander - Bilbao, 1991, p. 626. Ver J. J. Toner, *A Commentary on Saint Ignatius Rules for the Discernment of Spirits. A Guide to the Principles and Practice*, The Institute of Jesuit Sources, Saint Louis, 1982, pp. 126-138; M. A. Florito, *Comentario de las Reglas de discernimiento de primera semana*, Editorial Diego de Torres, Buenos Aires, 1985, pp. 135-147.

misericordia de Dios con ella, la reconciliación con su pasado y el deseo de anunciar a la gente la buena y liberadora noticia de Jesús. Actualmente se entrega con corazón y fidelidad a su formación y a su servicio pastoral, aunque a veces no se siente bien preparada para los retos que se encuentra. Pero las cosas se le están haciendo más difíciles: la oración se vuelve rutinaria y seca, la comunidad le parece pobre, se acuerda más que nunca de su familia, y a veces añora sus estudios. Sin embargo no duda que su vocación es ésta y que Dios la quiere en esta vida: se esfuerza por ser fiel a sus encuentros con El, cumple sus responsabilidades formativas, y procura mantener la sonrisa en la vida comunitaria, aunque con algo de esfuerzo en ocasiones. No tiene queja especial de nadie ni de nada, pero siente la rutina del seguimiento, y percibe la lentitud de un cambio personal que ella querría más rápido, considerando que su vida no es tan significativa y gozosa como había imaginado.

¿Qué decir de esta situación? Lo que parece afectar a esta novicia es la ausencia de las señales afectivas de la presencia divina a que estaba acostumbrada en sus primeros tiempos de camino vocacional. Siguiendo a san Ignacio (EE 322) no vemos que se trate de una desolación purificadora de la infidelidad, ya que ella mantiene sus compromisos con Dios; sino purificadora de la fidelidad: para que no identifique la vocación con el gozo de tenerla, la fidelidad con el gusto sensible, para que no confunda a Dios con sus consuelos.

370

El rasgo diferencial de la desolación espiritual (frente a la depresión)... es el horizonte espiritual, propiamente divino, al que se refiere el desolado

Ciertamente, el rasgo diferencial de la desolación espiritual (frente a la depresión) no es tanto el tipo de manifestaciones ni la ausencia de desorganización psíquica, sino el horizonte espiritual (propiamente divino) al que se refiere el desolado. Pero, dicho esto, añadiremos que toda desolación espiritual, que en la terminología ignaciana es ocasión de una lucha de dos espíritus, siempre es potencialmente engañosa; de modo que todo acompañante avisado hará bien en verificar el discernimiento de la desolación mediante una especie de "discernimiento diferencial", comparándola con las otras dos formas que se le parecen, la depresión que hemos visto o la tristeza ambivalente que vemos a continuación.

3. Tristezas ambivalentes

Quizá muchas de las desolaciones no son "espirituales" en sentido

Desolación, depresión y tristezas ambivalentes

puro, así como tampoco serán simple manifestación de humor depresivo. En la mayoría de las desolaciones que nos encontramos en la vida pastoral se dará muy probablemente una situación ambivalente en este sentido: intervienen *conjuntamente* motivaciones de fondo (es decir, referencia prevalente a valores) que son naturales y espirituales: de modo que mecanismos psíquicos normales se ponen al servicio de ambos fines. Y no decimos que se dan al mismo tiempo, y como dos fenómenos independientes, una cierta depresión y una desolación espiritual; sino que se produce un único fenómeno, con un solo proceso psíquico ante un objeto final único, que es ambivalente. La situación de un ejercitante nos puede ilustrar el análisis de este tipo de situaciones.

Un sacerdote recién ordenado se incorpora a su destino como vicario parroquial lleno de ilusión apostólica. Ha sido destinado a trabajar con un equipo parroquial de barriada urbana en el que se encuentra a gusto. Sus primeros encuentros con los moixtores y catequistas de la parroquia no resultan muy airoxos. Más adelante percibe resistencias de los colaboradores más cercanos al anterior vicario. Y a los pocos meses constata que sus propuestas son poco aceptadas por los jóvenes y sus animadores, y que sus relaciones son tensas con la mayoría de ellos. Solamente en la eucaristía de los domingos encuentra que es aceptado por los feligreses tradicionales que acuden. Al cabo de ocho meses se encuentra realmente triste, no entiende por qué Dios le ha abandonado, y a veces se considera como entrampado en un ministerio que le compromete a ser sacerdote de quienes no le reciben... Se mantiene en su trabajo, aunque con poca motivación y escasa creatividad; su oración sigue con fidelidad voluntarista, siempre desahrida y seca, y en ocasiones un poco resentida con Dios. En estos Ejercicios espirituales quiere recuperarse un poco y, aunque le ofrecen un cambio de destino, dice que prefiere quedarse y recomenzar de nuevo, por una especie de amor propio y por sentido de fidelidad a su vocación.

Lo más característico de este tipo de desolación es que por un lado se perciben valores religiosos en su horizonte y objeto formal; pero son elementos mezclados con los naturales; al mismo tiempo y en la misma actividad desea hacer el bien y caer bien, proclamar el evangelio y gestionar eficientemente su trabajo. De este modo, la dialéctica que se produce no es psicopatológica, pero desencadena necesariamente mecanismos psíquicos defensivos que acaban produciendo su tono existencial depresivo.

Efectivamente, este sacerdote ha vivido su vocación toda y su reciente ordenación como una elección realmente espiritual desde hace mucho tiempo, elección en la que casi siempre encontró gran consolación espiritual (que precede y explica en parte la actual desolación). *Hay valores espirituales reales en su horizonte*, que ha concretado en la misión asig-

nada. Pero en este objeto de realización de su vocación se le mezclan *conjuntamente* circunstancias que le atraen no sólo espiritual, sino humanamente. Pues de hecho le gusta ayudar a la juventud en un proyecto pastoral y educativo (identificándose con el rol de "ayudador"); prefiere trabajar con un equipo parroquial que lo acoge en vez de irse en solitario a una parroquia rural (gratifica su dependencia afectiva); este destino suponía, además, un cierto desafío para probar su propia valía y preparación (tiene necesidad de un éxito defensivo para conjurar su inseguridad). Por lo tanto, en esta misión *también busca alcanzar valores naturales*.

Por lo tanto el fracaso que experimenta en su misión principal es conjuntamente espiritual y humano; es apostólico y profesional, pues fracasa como pastor y falla en el rol que acaba de asumir. La tristeza interna que se deriva tiene inconscientemente un fuerte valor simbólico, insospechado para el sujeto, además de la dimensión espiritual que reconoce. Su agresividad latente, contra Dios y contra los jóvenes, se vuelve contra sí mismo y le deprime.

El desenlace de este tipo de desolación ambivalente no está garantizado en ninguna dirección: unos podrían remontar, otros amargarse y todavía algunos abandonar la vocación. ¿Cómo afrontar esta desolación ambivalente en su totalidad, para que no derive en amargura y resentimiento, en mantenimiento mínimo de la vida espiritual y búsqueda de compensaciones de otro tipo, para que no sea el arranque de una crisis vocacional en toda regla?

Una perspectiva de sentido común, pero de enfoque sólo psíquico, propondría un realista cambio de destino para encontrar una pastoral más gratificante para este sacerdote que empieza; en este enfoque se afronta la desolación como depresión, cambiando las causas psicosociales desencadenantes. En el otro extremo cabe la ascética del aguante voluntarista hasta que cambien las circunstancias; mediante la espiritualización del sufrimiento actual la desolación se interpreta como prueba de Dios.

Hay una perspectiva intermedia, pues ni la situación es *solamente* resultado de un cierto fracaso humano, ni resulta útil ver *solamente* dinámicas espirituales en donde se encuentran también fuerzas motivacionales muy humanas. Cambie de destino o permanezca en él, nuestro sacerdote debe ir abriéndose al discernimiento más realista de sus propias motivaciones, hasta "sentir y conocer" que su motivación pastoral no es la única presente en su ilusión inicial, sino también el triunfo humano y profesional, las buenas relaciones con el grupo y la aceptación por parte

de los otros. Hay ciertamente una clave espiritual de lectura de su desolación, que es una desolación purificatoria de su no tan recta intención; pero esa clave no es comprensible si no entiende y reconoce las ocultas aspiraciones de su psiquismo. La salida a la crisis pasa por trabajar a la vez las motivaciones humanas y espirituales; o, dicho en lenguaje ignaciano, purificar la intención en todo, también en lo bueno; cosa que no es fácil en absoluto en tiempos de san Ignacio ni en los nuestros, como vemos en algunos ejemplos.¹⁹

La buena Isabel Roser se lamenta de (o siente desolación ante) las críticas que recibe por ser buena cristiana. San Ignacio le responde que las críticas verbales no hacen daño real y sólo duelen porque son deseadas buenas palabras. La destinataria parece movida juntamente por la gloria de Dios y por su propia buena fama o acogida.

El jesuita padre Felipe Leerno siente tristeza por la responsabilidad de ser rector de un colegio que tiene diversos problemas. Siente "moción" (resultado de su desolación) a no ser rector y pide trabajar como jesuita de a pie. Se le responde que no calga en la pusilanimidad y asuma su cargo con o sin devoción, pues es eficaz para la misión. ¿No podemos imaginar que el miedo al fracaso o a la crítica (que no es una motivación muy espiritual) le retrajo de asumir su responsabilidad?

San Ignacio mismo, que no usa nunca la palabra "desolación" en su Diario Espiritual, señala en él su enfado con Dios, su disgusto por no ser confirmado según sus previsiones, su enojo con la comunidad que le molesta con sus ruidos. ¿No hay frustración de sus expectativas, agresividad hacia su comunidad poco cuidadosa? No todas las desolaciones, ni en el san Ignacio más místico, resultan ser en definitiva tan espirituales que no puedan ser iluminadas por un análisis antropológico.

Para conocer las dinámicas psíquicas implicadas en este tipo de desolación ayudará discernir las motivaciones reales del sujeto: la cual tendrá dos elementos: el de su intencionalidad consciente, motivación espiritual y *bien* intencionada; y el elemento mucho más humano y egocéntrico, menos consciente pero igualmente real, enmas-

Para conocer las dinámicas psíquicas de este tipo de desolación ayudará discernir las motivaciones reales a sujeto

¹⁹ Ver carta a Isabel Roser de 10 noviembre de 1532, en MHSI, *Epp.* 1, pp. 83-88; carta a F. Leerno de 22 de noviembre de 1554, en MHSI, *Epp.* 7, pp. 558-559; y *Diario espiritual*, nn. 30, 64, 105, 145, 152.

carado mediante las "operaciones" defensivas del sujeto, que encubrirá una intención *no recta*.

Esta doble motivación puede suceder en muchos temas existenciales que se suelen repetir en las personas espirituales: por ejemplo, en los escrúpulos, el fracaso, el reconocimiento y la agresividad. Los *escrúpulos* constituyen una de las formas que puede adquirir la desolación; de ellos tiene Ignacio intensa experiencia. Desde el punto de vista psíquico, son una de las manifestaciones más ordinarias de la personalidad obsesivo-compulsiva, y pueden tener manifestaciones normales sin que en la vida de muchas personas lleguen a ser propiamente patológicos, aunque otras veces sí lo puedan ser²⁹ y, por patológicos, merecen consideración aparte. En casos más ordinarios conviene discernir conjuntamente de modo espiritual y psíquico; seguramente el deseo real de ser fiel a Dios se mezclará en la intencionalidad latente del sujeto con el deseo de su propia perfección, su afán de perfeccionismo, su incapacidad de fracasar o fallar; en definitiva, en el empleo de mecanismos purificadores o restauradores al margen de la reconciliación graciosa.

En creyentes que sean un tanto "logrodependientes" puede manifestarse como una desolación ambivalente el resultado de *fracasos* repetidos a que el sujeto no está acostumbrado o que no cree poder superar. Los objetivos y metas que se habría propuesto pueden ser apostólicos o espirituales, pero en esa intencionalidad conscientemente "buena" se esconde la "menos recta" intención de conseguir metas quizá compensatorias, autoafirmarse en los logros, demostrar a otros quién sabe qué. Otras veces puede manifestarse la desolación como fruto de una frustración por el afecto no correspondido, aunque la persona desolada no se formulará conscientemente un infantil "no me quieren", y aunque no sea esta la única motivación.

Muy común en las desolaciones con doble motivación, y posiblemente implícita en los casos anteriores, es la dinámica generada por la *agresividad*, que se despierta y reprime al mismo tiempo, queda latente y genera culpa. La agresividad puede desatarse por el afecto no correspondido, por el fracaso de un esfuerzo, por la autoimagen negativa, por otras causas intrapsíquicas. Hay mucha agresividad en los humanos y no tenemos habilidad para darle cauce cristiano, por lo que se enquistas y produce culpa; y la culpa entristece notablemente, porque no se reconoce, no se acepta, no se "confiesa" libre y humildemente. Tratar de "sen-

²⁹ Como indica J. Font en *Religión, psicopatología y salud mental*, Paidós, Barcelona, 1999, pp. 174-188.

Desolación, depresión y tristezas ambivalentes

tir y conocer" la fuente de la agresividad (formulándola en el diálogo espiritual, ofreciéndola al Señor, expresándola en alguna manera que no dañe a otros) ayudará a aliviar en mucho, si no en todo, muchas desolaciones ambivalentes.

* * *

En la consideración de las relaciones entre desolación y psicología cabría analizar otros muchos asuntos que aquí no se han abordado. Pretendimos sobre todo proponer una nueva categoría de desolación, que no es tan "clínica" como la depresión, ni tan "espiritual" como la desolación estrictamente tal. Si analizáramos las *propuestas ignacianas contra la desolación*, comprobaríamos probablemente el trasfondo antropológico de sus indicaciones. Y guiados por Ignacio podríamos finalmente llegar a comprender algo de las raíces antropológicas de la cruz, y el sentido también humano que puede tener la adhesión libre al proyecto del Jesús pobre y humillado. Pues en la espiritualidad ignaciana no todo afecto disfórico en la vida espiritual equivale a desolación; muy al contrario, sabemos que el buen ángel puede punzar e inquietar al ánima (EE 314), para llamarle a la conversión. Y mucho más explícitamente, hay un dolor "consolador" que se pide en primera, segunda y tercera semana, fruto del amor al Señor; y es que, para san Ignacio, cuando la persona se conforma activamente con la voluntad divina los sufrimientos de esta vida son "visitación" de Dios, que desea tener una presencia activa y misteriosamente consoladora en cualquier situación de dolor humano.²¹ Por eso, y paradójicamente, la desolación espiritual, fenómeno que refleja patentemente la ambivalencia constitutiva del ser humano, puede abrir al creyente a un auténtico encuentro consigo y con Dios... cuanto permite "la disposición de nuestra miseria en el estado presente".²²

²¹ Ver cartas a Isabel Roser de 10 de noviembre de 1532 (MHSI, *Epp.* 1, pp. 83-88); a Juan de Vega de 12 de abril y 31 de mayo de 1550 (MHSI, *Epp.* 3, pp. 13-15 y 63-64); a Miguel de Nóbrega de 25 de agosto de 1554 (MHSI, *Epp.* 7, pp. 446-448); etc.

²² Carta a Magdalena Angélica Doménech, de 12 de enero de 1554, MHSI, *Epp.* 6, pp. 160-162.