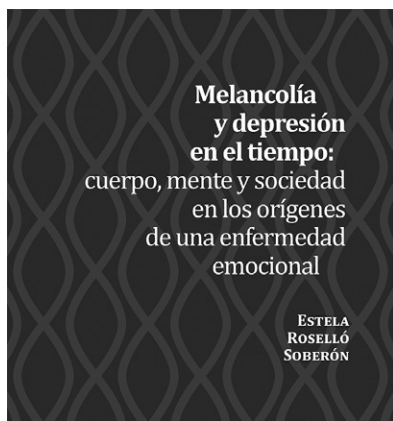


# La melancolía en la experiencia humana: un viaje interior por el tiempo y la historia de Occidente

ESTELA ROSELLÓ SOBERÓN\*



\*Estela Roselló Soberón  
Doctora en Historia  
por el Colegio de  
México, investigadora  
del Instituto de  
Investigaciones  
Históricas de la  
UNAM nivel II del  
Sistema Nacional de  
Investigadores (SNI).  
Ha publicado algunos  
libros de difusión de la  
historia entre niños y  
adolescentes y sobre  
temas especializados en  
historia cultural de las  
mujeres, el cuerpo, las  
emociones y la otredad,  
publicados por la  
Universidad de Valencia  
y El Colegio de México.

El mundo en que vivimos nos enfrenta con innumerales sensaciones y emociones cotidianas vinculadas con la soledad, la tristeza y la desesperanza. La experiencia del dolor y el sufrimiento generados por la pena, el hastío y la pérdida de sentido vital ha sido una constante en la vida de los seres humanos que han habitado el mundo en diferentes momentos y geografías históricas. Nadie está exento de poder sentirse triste y solo; desvinculado de los otros y extraviado en sentimientos de pesar, culpa, angustia y enojo aparentemente inexplicables. Sin embargo, si bien la experiencia de estas emociones puede considerarse un común denominador de la humanidad, en realidad, esta se ha vivido a lo largo del tiempo a partir de los distintos significados culturales que cada época y cada sociedad le ha dado. En el caso de la civilización occidental, durante muchos siglos, la experiencia de ese sufrimiento antes descrito llevó el nombre de melancolía.

*Melancolía y depresión en el tiempo: cuerpo, mente y sociedad en los orígenes de una enfermedad emocional* es una invitación a navegar a través de la historia de un padecimiento físico, emocional, moral y mental que se construyó culturalmente a lo largo de muchos siglos. En Occidente, la melancolía se erigió como un padecimiento cuyos síntomas y manifestaciones cotidianas fueron reconocidos lo mismo por los marinos y las esclavas de la Antigüedad grecolatina, que por los frailes y las monjas de los conventos de la Edad Media, los poetas y reyes de las monarquías europeas, los genios y filósofos de la Ilustración, los burgueses de las grandes ciudades de los imperios decimonónicos o las mujeres histéricas encerradas en los asilos de principios del siglo XX. Durante siglos, las mujeres y los hombres melancólicos compartieron la certeza de ser diferentes, de ser “raros”, de estar enfermos y, en el mayor de los casos, de merecer ser rechazados, temidos y alienados.

El vivir fuera de la racionalidad aceptada, el no poder cumplir con las reglas y normas del *status quo* y el vincularse e interpretar la rea-

lidad a partir de una sensibilidad diferente a la de los demás colocó a los melancólicos de Occidente en rincones oscuros, habitaciones frías, celdas solitarias en donde el sujeto se confrontaba consigo mismo para enfrentar el doloroso, pero paradójicamente también liberador, encuentro con la autoconciencia. Efectivamente, la historia de la melancolía occidental es una de las tramas centrales en la historia de la construcción del Yo y del sujeto consciente de su individualidad.

La pérdida del gusto por la vida, la falta o el aumento de apetito, bajar o subir de peso, el insomnio o el sueño excesivo, la agitación constante, el cansancio, la culpa, la falta de concentración, el miedo inexplicable, el deseo de aislarse de los otros, la desolación, la sensación de ser incomprendido, así como los tormentosos pensamientos sobre la muerte han acompañado a las y los melancólicos durante siglos. La melancolía ha estado allí, asechando con sus sombras y pesares físicos y mentales a todo aquel que se derrumba frente a la irremediable fragilidad humana.

Ya desde el siglo V a. C., los dramaturgos griegos describieron a personajes afectados por una tristeza inexplicable que pronto devenía en furia destructiva. Sófocles, Aristófanes y Esquilo describieron a hombres y mujeres que padecían estas oscilantes emociones. Pero no fue sino Eurípides el creador del gran héroe melancólico de la tragedia griega. Orestes, hijo de Agamenón y Clitemnestra, cumple la terrible orden de Apolo y asesina a su madre. El funesto crimen basta para que el joven príncipe reciba el castigo de las Furias, quienes lo atormentan con una congoja lúgubre e insoportable que sólo desaparece ante la irrupción de fuertes sentimientos de furia destructiva. Electra, hermana de Orestes, cuida al enfermo; triste frente a un hermano que no reconoce, lo alimenta, lo cubre y lo acompaña en su lecho. Orestes no se repone; no come, no habla; llora y no vuelve a lavar su piel. Su físico es el de un loco salvaje y furibundo que ha perdido la conexión con la razón, la cordura y la civilización. A partir de aquel momento, el melancólico de Occiden-

te vive en el vaivén entre la lúgubre congoja y el violento frenesí. Manía y depresión; una dualidad que no era sino la doble cara de una misma moneda.

Fue entre los siglos V y III a. C. que la literatura, la filosofía y la medicina grecolatinas definieron con mayor precisión la condición de la melancolía. Por un lado, temperamento o personalidad producidos por la presencia predominante del humor negro en el cuerpo de cierto tipo de sujetos; por otro, un padecimiento generado por el exceso de dicho humor, a causa de algún tipo de trastorno o desequilibrio físico o emocional. De acuerdo con Hipócrates, y más tarde con Galeno, la enfermedad melancólica era causa de un tipo de locura. Fue Aristóteles, en su *Problema* XXX, el primero en explicar que la manía y la melancolía eran dos síntomas distintos de un mismo padecimiento. La causa: el exceso de humor negro que debía regularse con diferentes tipos de terapias físicas y emocionales.

Las teorías médicas y filosóficas de Aristóteles, Hipócrates y Galeno sobre el padecimiento melancólico estuvieron vigentes durante muchos siglos, y fueron la base para comprender y tratar a las personas que padecían de este particular trastorno en las sociedades occidentales entre el siglo V a. C. y el XX de nuestra era. Así, por ejemplo, durante la Edad Media, los médicos curaban a sus pacientes melancólicos a partir de dietas adecuadas, procedimientos depurativos y actividades físicas. Desde muy pronto, las teorías galénicas asociaron el padecimiento melancólico con los problemas gástricos: inflamación, pesadez, dolor. Por ello, muchos médicos recomendaron dietas con alimentos ligeros, libres de quesos fuertes, vino y carnes grasas. Las sangrías y las ventosas fueron muy socorridas en la idea de que, al extraer sangre del cuerpo, los humores recuperaban su equilibrio en el cuerpo. Por último, los paseos al aire libre, colocar al enfermo en un espacio con aire y luz, hacerle escuchar música alegre, mantenerlo acompañado y rodearlo de conversaciones interesantes y optimistas también fueron consejos médicos típicos

para curar la melancolía entre los siglos XIII y XX.

La consolidación del cristianismo como eje del sistema de ideas, creencias y valores que dio sentido a la vida en Occidente a partir de la Edad Media incidió en la resignificación de la experiencia melancólica europea. El retiro del mundo, propio de los monjes y las monjas, implicó la renuncia a los placeres y al eros de la vida. El dejar atrás al mundo supuso una pérdida y un motivo de luto y duelo para todos aquellos que optaron por adorar a Dios sobre todas las cosas. La afección, como nueva expresión melancólica cristiana, se apoderó de muchos monjes y monjas que cayeron en una falta de motivación y hastío absoluto en su vida diaria. Por su parte, el mandato cristiano de reprimir el deseo y el instinto sexual devino, también, en una nueva variante de la experiencia melancólica medieval que se quedó en la vida cotidiana de muchos hombres y mujeres de los siglos XVI, XVII y XVIII, enfermos de mal de amor o loco amor. La melancolía amorosa afectaba a hombres y mujeres que, presas del deseo por un otro indiferente, sufrían ataques de tristeza inconsolable, suspiros, desmayos, falta de apetito y de aire, llanto y otros muchos síntomas más que paralizaban e inutilizaban al enfermo de amor durante su padecimiento. Habría que pasar todavía algún tiempo para que el sufrimiento por el amor no correspondido se convirtiera en otra cosa, para que diera origen a otro tipo de dolor quizás más sublime, pero no por ello menos profundo. Fue Ficino, sin duda, quien lograría plasmar esa nueva expresión de la melancolía occidental que no era otra que el inquietante anhelo por conseguir la Unidad con lo Divino, la Bondad, la Belleza y la Perfección. De manera irremediable, esta nueva forma de insaciable deseo generaba en quien la sufría una absoluta e incurable desolación. Si el sufrimiento por el amor carnal inconsumible había sido propio de hombres y mujeres comunes y corrientes, esta nueva expresión de dolor existencial se asociaba más con seres de sensibilidad exquisita y extraordinaria, con seres identificados

con el *genio*, concepto que siempre estuvo, también, estrechamente vinculado con el ser y el mal de los melancólicos.

Para Occidente, ha habido momentos cuyas atmósferas emocionales se han nublado de manera más intensa con los claroscuros de la melancolía. El barroco de los siglos XVI y XVII fue, sin duda, un período fundamental en la evolución y el desarrollo de este padecimiento tan propio del sujeto moderno. El clima de intolerancia religiosa, de guerras, hambrunas y consolidación de monarquías absolutas sumió a los sujetos europeos en fuertes sentimientos de opresión y miedo que necesariamente ensimismaron a hombres y mujeres necesitados de examinar sus conciencias. El padecimiento melancólico en los siglos de Shakespeare, Cervantes o Calderón de la Barca se llenó de sentimientos de culpa, soledad existencial y sentido trágico de una vida que, irremediamente, dejaba al sujeto solo en un mundo incierto, lleno de dudas e interrogantes irresolubles. Allí, en ese universo de luces y sombras, Hamlet y Segismundo se lamentan ante la confusión, la vulnerabilidad y el eterno sufrimiento existencial del ser humano.

A lo largo del tiempo, la melancolía ha dejado en claro que mente y cuerpo son inseparables, y que lejos de lo que planteaba Descartes y su pensamiento racionalista, el ser humano no puede escindirse ni vivirse solamente desde una de aquellas dos dimensiones. Los filósofos ilustrados tuvieron que hacerse cargo de nuevos sentimientos de sufrimiento moral, corporal y mental que los confrontó con la experiencia de la soledad y de la importancia que esta tenía para la autoconstrucción del sujeto y del individuo. Es Rousseau, sin duda, el filósofo más interesado en la experiencia de la melancolía humana, una experiencia que para él resulta sin duda agri dulce, y que oscila entre la tristeza generada por la soledad del alma y el gozo del autoconocimiento al que solamente puede accederse mediante el silencio, la autorreflexión y, también, la contemplación de lo sublime en la Naturaleza.

Los siglos XVIII y XIX fueron siglos complejos en la consolidación y definición médica, filosófica y artística de la experiencia melancólica. Se trata de los siglos en que la melancolía “se pone de moda”. Artistas, poetas, músicos, pintores y jóvenes de las incipientes burguesías europeas encontraron en la melancolía una manera de estar en la vida y en el mundo que los acercaba con la exclusividad. Ser melancólico no era para todos; experimentar este tipo de sufrimiento requería, por un lado, de genio, y por otro, de una extrema y exquisita sensibilidad. Son los años en que Flaubert, Mozart, Goethe, George Sand y otros más sufrían y padecían su condición de seres humanos distintos, elevados, incomprensidos y extraordinarios, destinados a tocar lo sublime a costa de mucho dolor y aflicción. Ser melancólico causaba pesar, pero también colocaba a los que decían padecerlo en un sitio reservado a quienes se creían capaces de acceder a estados de conciencia y sentimiento que dotaban de superioridad intelectual, moral y sentimental.

La historia de la melancolía no puede dejar fuera la condición muy particular de las mujeres. Desde tiempos antiguos, los filósofos y médicos grecolatinos hablaron de la relación entre el útero y la enfermedad melancólica. De acuerdo con ellos, las mujeres eran mucho más propensas a padecer melancolía que los hombres; esto a causa de su naturaleza frágil, inferior y ciertamente mucho más relacionada con el universo emocional que con el racional. Brujas, locas, monjas, enamoradas e histéricas son protagonistas en las páginas de las historias de la melancolía occidental. No es difícil imaginar las sesiones de hipnosis que el doctor Jean-Martin Charcot presidía para curar a mujeres enfermas de histeria en el hospital de la Pitié-Salpêtrière en París; mucho menos el morbo y la curiosidad que dichas sesiones tenían para muchos hombres y mujeres de aquel momento.

Sin duda, en las naciones europeas de fines del siglo XIX y principios del XX, las mujeres fueron sometidas a las exigencias de una moral que promovía la represión sexual

y corporal en aras de mantener “la decencia” de la ética burguesa de las clases medias emergentes. Las demandas patriarcales de aquella sociedad orillaron a muchas mujeres a renunciar a sus propias personas, a cumplir con los mandatos del deseo y las necesidades masculinas de la época. El costo de aquella renuncia fue muy caro y sus consecuencias todavía rondan en la vida de muchas mujeres que aún son presas de la depresión en nuestro mundo contemporáneo.

Ya en el siglo XX, en la década de los años 40, una de las mujeres más excepcionales de la historia y víctima de la melancolía provocada por aquel orden burgués y patriarcal típico de las sociedades católicas, occidentales europeas, escribió una de las más terribles y bellas reflexiones en torno a la fragilidad de la existencia humana. En su ensayo “La muerte de la polilla”, Virginia Woolf describió sus sentimientos mientras observaba una pequeña polilla en el quicio de su ventana. La contemplación de aquel diminuto ser conectó a la escritora con la fuerza de la existencia. Fascinada, Woolf contemplaba, perpleja y conmovida, el revolotear de aquel ser que en su pequeñez le recordaba las posibilidades infinitas de la vida misma. Y, así, mientras la observaba, reflexionaba: “parecía que hubieran metido en ella una fibra muy delgada pero pura, de la enorme energía del mundo en su cuerpo frágil y diminuto. Y cada vez que la polilla cruzaba de un lado a otro del vidrio yo imaginaba que un filamento de luz vital se volvía visible. No era ni más ni menos que la vida. Algo maravilloso y a la vez patético había en ella”.

Después de un buen rato, la polilla comenzó a perder su vitalidad; y, así, el pequeño bicho intentó vencer la muerte, pero a pesar de las apuestas de la escritora por la vida, la polilla sucumbió ante su destino fatal. Para Woolf, la escena recordó la fragilidad de la existencia y aquello de lo que, al final, nadie podía escapar. La polilla había muerto de manera digna, pero inconsciente. Por fortuna, los seres humanos no somos polillas. Mientras que estas no tienen más remedio

que cumplir su ciclo biológico, los seres humanos contamos con voluntad, con razón y con libertad. Sin duda, tal como lo señalarían los autores humanistas del siglo XVI, estos son componentes esenciales de la dignidad humana. La historia de la melancolía, en su carácter de historia de la construcción de

la persona y del Yo, sigue siendo de revisión obligada para todos aquellos interesados en explorar las rutas más íntimas y recónditas para caminar hacia el equilibrio, la salud y el bienestar, mismos que son escenario obligado para que esa dignidad pueda desarrollarse plenamente en la existencia de todo ser.