

Salud psíquica: una comprensión formal Psychic health: a formal understanding

Benjamín Suazo Zepeda
Universidad Finis Terrae, Santiago, Chile
psbenjaminsuazo@gmail.com

Resumen: Advirtiendo la relevancia del concepto de *salud psíquica*, se propone una definición formal del mismo, fundamentada en la filosofía de santo Tomás de Aquino. Se comprende, así, como una *disposición aptitudinal ordenada del apetito sensitivo, como parte en cuanto parte de la operación voluntaria*. Tal definición permite comprender la salud psíquica en su especificidad, como perfección de la dimensión sensible superior, distinguiéndola, por un lado, de la salud corpórea y, por otro, de la virtud. A la vez, ella permite establecer un diálogo fecundo con tales realidades en orden a alcanzar la madurez humana.

Palabras clave: salud psíquica, Tomás de Aquino, virtud, madurez psicológica, Psicología clínica

Abstract: Noting the relevance of the *psychic health* concept, we propose a formal definition of it, based on the philosophy of Thomas Aquinas. It is understood, thus, as an *ordered aptitud disposition of the sensitive appetite, as part qua part of the voluntary operation*. Such definition allows to understand psychological health in its specificity, as the perfection of the superior sensible dimension, distinguishing it, on the one hand, from psychic health and, on the other hand, from virtue. At the same time, it allows establishing a fruitful dialogue with such realities in order to reach human maturity.

Keywords: psychic health, Thomas Aquinas, virtue, psychic maturity, clinical Psychology

Recibido: 15/11/20

Aprobado: 22/06/21

El concepto de *salud psíquica* se encuentra en el trasfondo de innumerables realidades y de importantes discusiones en la actualidad. Por un lado, es el objeto formal de una disciplina, a saber, de la Psicología clínica. A su vez, está a la base de políticas públicas y proyectos de ley que buscan favorecer la salud mental. También, está en el centro de programas de educación afectiva, en el concepto de bienestar emocional y en la educación cotidiana del hogar, por dar solo algunos ejemplos. Por otro lado, desde el punto de vista del desarrollo interior de la persona, tiene una relevancia decisiva. Alcanzar una comprensión formal y verdadera de la salud psíquica nos permitirá dar razón de un eslabón necesario para alcanzar mayores grados de

libertad y unidad interior. En efecto, tal perfección de la dimensión sensible se requiere para múltiples tareas de la vida humana. De verse obstaculizada, realidades como la deliberación, la amistad, la prudencia, la paz y la misma felicidad pueden verse seriamente comprometidas.

A pesar de su relevancia, su definición es escasamente tematizada, y menos desde una perspectiva formal. En cambio, suele ser abordada desde un punto de vista empírico bajo conceptos amplios y ambiguos como *bien-estar psicológico subjetivo* (BPS) (Vielma y Alonso, 2010) o incluso *felicidad*¹, pero de un modo restringido, puramente subjetivo y desvinculado de una concepción antropológica general.

Desde una concepción filosófica realista y perenne, se vuelve necesario iluminar este concepto por medio de una definición formal. Para llevar a cabo tal tarea, se requiere de un sistema teórico previo que ilumine acerca del ser humano. En la filosofía tomista, en particular en su antropología y ética, encontramos esta fuente de saber que nos permite identificar lo esencial y determinante de este concepto. En particular, un esquema completo de las facultades humanas y una reflexión analógica sobre el bien nos conducen por camino seguro hacia una definición verdadera, aunque ciertamente perfectible, de la salud psíquica. Esto permitirá iluminar una realidad capital para la vida humana en orden, por un lado, a alcanzar la madurez y, por otro, para avanzar en la conformación de una *sana psicología* (Verdier, 2013).

Delimitación general de la salud psíquica a partir de las facultades humanas

Si comenzamos, pues, nuestra tarea de definir el concepto de salud psíquica, lo primero es reparar en la importancia de las facultades humanas. El conocimiento de las facultades es, para el psicólogo o el educador², análogo al conocimiento que tiene el médico de la anatomía del cuerpo humano. En efecto, el educador y el psicólogo –aunque no sea privativo de estas disciplinas– han de vérselas con la operación del ser humano, y las facultades humanas pueden entenderse como principios próximos de operación (*S. Th.* I, q. 77, a. 1 ad. 4). De modo que, si la comprensión de una realidad cualquiera

¹ Quizás el índice más conocido sea el Happy Planet Index, disponible en: <http://happyplanetindex.org/about>.

² Para un estudio de las facultades humanas: Verneaux (2016); de los sentidos internos en particular: Juanola (2015).

se resuelve en sus principios, la comprensión de todas las realidades esencialmente operativas se resolverá en los principios de la operación.

Ahora bien, si intentamos una delimitación fenomenológica, estar psicológicamente sano se asocia a una cierta estabilidad emocional, a un estar vigoroso no en cuanto al cuerpo, sino en cuanto a la dimensión interior. Esta primera distinción externo/interno puede ayudar a notar la diferencia que existe entre una perfección del cuerpo que llamamos salud corpórea y una perfección interior en la que ha de encontrarse la salud psíquica. Ahora bien, si miramos la dimensión interior, podemos hacer una nueva distinción. Un ejemplo puede ayudarnos. Si una persona experimenta contrariedades fuertes respecto al temor, puede que, aun así, luche contra ellas y esforzadamente las venza. Esto sería meritorio y digno de estima. Probablemente, diríamos que es un acto valioso y bueno, en la medida en que la persona no se deja vencer por el temor, sino que prevalece la consideración de lo que se juzga como bueno. El ejemplo nos permite distinguir dos tipos de bienes interiores: uno que dice relación directamente a las emociones, que llamamos salud psíquica, y que en el ejemplo se encuentra desordenado; otro que dice relación a actos buenos desde un punto de vista racional, que llamamos bien moral o virtud, y que en el ejemplo se encuentra conservado.

Pues bien, si intentamos dar el salto del fenómeno al fundamento (Wojtyła, 2011), podemos proponer que las facultades involucradas en estos bienes interiores (bien psíquico y bien moral) son la razón, la voluntad, el apetito sensitivo, la cogitativa, la memoria y, de cierta manera, la imaginación. A continuación de la imaginación encontramos el sensorio común, los sentidos externos y luego las facultades vegetativas. Estas facultades son relevantes, pero evidentemente no se encuentran asociadas de modo directo a estos bienes.

De acuerdo a esto, es posible entender el bien moral como una disposición de la dimensión racional que llamamos hábito y que se puede dividir en virtud o vicio, según la disposición sea conforme a la recta razón, o no. Esto es apoyado por el mismo santo Tomás, quien, siguiendo a Averroes (comm. 18, libro III *De anima*), afirma que el hábito radica primeramente en la voluntad, puesto que es “aquello de que uno usa cuando quiere” (*S. Th.* I-II, q. 50, a. 5 in c.). De ahí que, si volvemos al ejemplo de quien enfrenta el temor, podemos notar que, aunque el temor se encuentre desordenado, existe una perfección en cuanto al acto libre del individuo, esto es, un acto de la voluntad que contradice el acto de temor del apetito sensitivo. Si este acto naciera de una disposición general de la voluntad, podríamos decir que existe un hábito. Además, puesto que el

mérito y el demérito son realidades que se encuentran solo en los seres racionales (S. Th. I-II, q. 71, a. 5 ad. 1), decimos que es un acto meritorio³.

Si ahora volvemos la mirada a la salud psíquica, podemos comprenderla como un bien psíquico, específicamente, una perfección del apetito sensitivo. En virtud de la salud psíquica una persona puede experimentar tranquilidad emocional, esto es, armonía en los movimientos sensitivos internos. No obstante, no podemos representarnos la perfección de la afectividad sensible equiparando dicha armonía con movimientos emocionales suaves, porque a veces las circunstancias requieren movimientos fuertes e intensos de la afectividad. Mas bien, debemos pensar en que las emociones se muevan de modo proporcionado a la realidad. Por ello, es apropiado hablar de una afectividad realista. Aquí tiene plena aplicación el principio que el ser es lo más perfecto (S. Th. I, q. 4, a. 1 ad. 3), en la medida que las emociones serán buenas y convenientes si son proporcionadas a la realidad, cuya determinación última está dada por el ser.

Del mismo principio realista se deriva otra conclusión, a saber, que no hay emociones buenas y otras malas. No hay que buscar reaccionar *a priori* más con alegría que con ira. Más bien, de acuerdo a la circunstancia actual, será adecuado reaccionar, con alegría unas veces, y con ira en otras.

Esto nos lleva a una definición capital: la salud psíquica debe comprenderse como una disposición del apetito sensitivo para *dejarse mover* por la parte racional del individuo. El principal obstáculo que surge a la mentalidad contemporánea para comprender este planteamiento estriba en una asimilación racionalista del mismo, herencia del modernismo. Para prevenir de tal comprensión errónea, habría que explicitar que no se trata de una anulación de la afectividad por parte de la dimensión racional, tampoco de un sobreinvolucramiento de la razón en cada uno de los instantes de la vida. Se trata más bien de alcanzar una unidad interior en la que el sentir siga al querer y éste a una recta razón, pero de modo tal que el querer sea incorporado de modo habitual, al punto que muchos juicios sobre lo que ha de hacerse se lleven a cabo de un modo connatural y espontáneo.

Si se observa bien, para que el sentir siga al querer, se requieren las dos perfecciones advertidas: una por parte de la voluntad y otra por parte del apetito sensitivo, ya que tanto la dimensión racional como la sensible deben estar bien dispuestas para la operación. Virtud moral y salud psíquica son, así, realidades complementarias en orden a la operación.

³ “El mérito no puede darse a no ser que uno haga voluntariamente lo que debe” (S. Th. I-II, q. 71, a. 5 ad. 1).

El trastorno psíquico como privación de la salud psíquica

La privación de la salud psíquica es el trastorno psíquico⁴. Como los contrarios se iluminan mutuamente, podemos profundizar nuestro conocimiento de la salud psíquica conociendo el trastorno psíquico y captar con claridad cuál es el lugar de cada una de las facultades sensibles.

El trastorno psíquico es una indisposición del apetito sensitivo para poder actuar desde la recta razón. En ese sentido, es un tipo de mal que le puede acaecer al ser humano, una privación que indispone operativamente, en cuanto el apetito sensitivo está hecho para obedecer el mandato de la razón (*S. Th.* I-II, q. 56 a. 4.). Además, junto con Echavarría (2009, p. 395), podemos agregar que “la *aegritudo animalis* es *sui generis*, y no es perfectamente reducible ni a la enfermedad corporal, ni al vicio moral”.

Como todo mal, no tiene una causa formal ni final, pero sí una causa agente que accidentalmente produce este efecto malo:

Es necesario afirmar que todo mal tiene alguna causa. Pues el mal es la ausencia del bien que debe poseerse. El que a algo le falte su natural y debida disposición no puede tener su causa más que en algo que le aparte de su disposición, como no se mueve, por ejemplo, un cuerpo pesado sin que alguien lo empuje hacia arriba, como tampoco falla un agente en su acción a no ser por la presencia de algún obstáculo. (*S. Th.* I, q. 49, a. 1 in c.)

La causa agente del trastorno psíquico, corresponde a experiencias emocionales en la vida de un sujeto que no han podido ser integradas desde la dimensión racional. Entendemos por *experiencias emocionales* todo aquello que acaece en la vida del sujeto y que es juzgado por la cogitativa como conveniente o nocivo y a cuyo juicio reacciona el apetito sensitivo mediante el acto de la pasión: hechos particulares traumáticos (una muerte, incendio, abuso, etc.), dinámicas de relaciones humanas adversas, circunstancias emocionalmente dañinas, etc. Por tanto, la causa agente es, desde un punto de vista externo y remoto, circunstancias vitales vividas por el sujeto. Pero, en un sentido propio y directo, es la cogitativa, al ser ella la facultad interior que juzga sensiblemente tales circunstancias como convenientes o nocivas.

Las múltiples experiencias emocionalmente intensas que no han sido sanadas o superadas volverán a hacerse presentes en la vida actual del sujeto.

⁴ Para ampliar este estudio: Suazo (2017).

Esto se realiza mediante asociaciones sensibles entre el estímulo actual y el fragmento de la vida sensible no resuelto. El ejemplo más simple es el de las fobias: un objeto despierta temor por experiencias de peligro no sanadas con dicho objeto. No obstante, el esquema se mantiene invariable para toda psicopatología. En este juego de asociaciones sensibles, cada facultad tiene su lugar. La persona mediante su *cogitativa* realiza un juicio particular respecto a una situación evaluándola como nociva o conveniente de un modo desordenado. Mediante el *apetito sensitivo* se reacciona sensiblemente alejándose o aproximándose con una intensidad desordenada al objeto sensible. Estas experiencias son almacenadas por la *memoria*, facultad que puede conservar el mismo objeto de la afectividad y sus valencias (Rodríguez, 1993). En lo sucesivo, la cogitativa evaluará las circunstancias actuales, influida por las experiencias que no han podido ser adecuadamente elaboradas. La asociación sensible se sintetiza en un *experimentum* desordenado, entendido como un juicio de la cogitativa conservado en la memoria (Vázquez, 2012; Echavarría, 2002). Esto permite dar cuenta del hecho que los trastornos psíquicos son disposiciones y no se reducen a ser reacciones que se agotan en lo actual.

Por tanto, las vivencias emocionales se encuentran conservadas en la memoria por medio de los objetos que la causaron. Si estas vivencias no han sido correctamente elaboradas, esto es, si el sujeto no puede aproximarse a ellas de modo realista y proporcionado desde un punto de vista sensible, entonces ejercerán una influencia nociva en lo actual. Se involucrarán en la experiencia presente del sujeto que se encuentra juzgando sensiblemente la realidad y se expresará en afectos desordenados, a su vez, esto constituirá una nueva experiencia sensible nociva. Queda así instalada una dinámica afectiva desordenada.

Esto requiere dos puntualizaciones. En primer lugar, que puede darse un trastorno psíquico por alejamiento de un objeto cuando la cogitativa juzga nocividad. Es el terreno de las fobias, depresiones, traumas, ansiedades, entre otras. Pero también puede darse por la búsqueda desordenada de ciertos bienes, como es el caso de adicciones y parafilias⁵. Por atracción o alejamiento, puede existir un desorden de la afectividad, marcado por una sensibilidad que no ha sido sanada.

La segunda puntualización tiene que ver con que, la mayor parte de las veces, el problema emocional no es causado directamente por las experiencias vividas, sino por la consecuencia que las experiencias han dejado en la relación sensible del sujeto consigo mismo. Es decir, dependiendo de la experiencia, la

⁵ Contrastar nociones en American Psychiatric Association (2013).

cogitativa realiza un juicio respecto a la propia valía, capacidad, seguridad, sinceridad, responsabilidad, etc. Por eso es que muchas veces la persona aquejada por un problema emocional no asocia conscientemente las experiencias sensibles con su desorden actual. En la psicología actual esta realidad es nombrada muchas veces como problema de autoestima (Ortega, Mínguez y Rodes, 2000; Naranjo, 2007) y autoconcepto (Esnaola, Goñi y Madariaga, 2008).

Memoria, cogitativa y apetito sensitivo completan una tríada de facultades que configuran de manera directa nuestras reacciones sensibles respecto al mundo. La imaginación está permanentemente en el trasfondo, pero tiene por característica ser *sicut in pictura* (Droste, 2008, p. 164), lo cual implica que no tiene fuerza para mover el apetito, por ser más bien puramente contemplativa. Así, una imagen, por terrorífica que sea, no moverá al temor, sino solo cuando la cogitativa realice su acto: juzgue a partir de dicha imagen un *mal futuro difícil de enfrentar* (S. Th. I-II, q. 41 a. 2). Por esta razón, la imaginación participa de modo necesario, pero indirecto, en los desórdenes psicológicos.

Las facultades descritas nos permiten identificar la raíz de los problemas psicológicos. Pascal (*Pensamientos*, 277) decía que “el corazón tiene razones que la razón no entiende”. Esto podemos explicarlo diciendo que la afectividad no carece de lógica, sino que tiene una lógica propia, la cual no es otra que ésta: el apetito sensitivo se mueve por la cogitativa, a su vez ésta se ve determinada por experiencias anteriores conservadas en la memoria, lo cual conocemos como *experimentum afectivo*. Profundizando en cada uno de estos elementos en una persona particular aquejada por un problema emocional, se llega a tener un diagnóstico preciso de su problema afectivo y, en buena parte, de la ayuda que necesita recibir.

Por último, la enfermedad o desorden psíquico comparte un elemento esencial con la enfermedad corpórea, a saber, que el sujeto es arrastrado por un agente hacia un lugar extraño a la naturaleza del sujeto (Echavarría, 2008). Bien podemos atribuir a la experiencia de *ser arrastrado*, la denominación común de *enfermedad* para los desórdenes corpóreos y psíquicos⁶.

Una objeción posible

Habiendo delimitado y descrito de modo sintético el desorden psíquico, podemos volver a preguntarnos por la naturaleza de la salud psíquica desde un punto de vista formal. La principal dificultad que asoma dice relación con poder determinar si acaso la salud psíquica es una realidad de orden moral,

⁶ Para profundizar en esto, Suazo (2017).

de tal modo que podemos identificarla con las virtudes morales que perfeccionan el apetito sensitivo. En efecto, las virtudes morales que perfeccionan el apetito sensitivo son dos: templanza y fortaleza (*S. Th.* I-II, q. 60 a. 4). La primera se le atribuye al apetito concupiscible y la segunda al apetito irascible. Estas virtudes implican una doble perfección, como explica santo Tomás:

Que se den, en efecto, en los apetitos irascible y concupiscible algunas virtudes, es claro. Porque el acto que procede de una potencia, en cuanto que es movida por otra, no puede ser perfecto si no están ambas potencias bien dispuestas para el acto, como el acto del artífice no puede resultar perfecto si no están bien dispuestos para la obra tanto el artífice como el instrumento de que se sirve. (*S. Th.* I-II, q. 56, a. 4 in c.)

Ahora bien, a esto habría que decir que la virtud mira formalmente la capacidad de actuar desde la voluntad y conforme a la recta razón:

La virtud es el buen uso del libre albedrío, a saber, porque a eso es a lo que se ordena la virtud como a su propio acto, pues el acto de la virtud no es otra cosa que el buen uso del libre albedrío. (*S. Th.* I-II, q. 55, a. 1 ad. 2)

El apetito sensitivo mismo, a modo de instrumento, puede participar de este acto, siendo una instancia motora al servicio del bien moral. Así, la templanza es el buen uso del libre albedrío respecto a los placeres y la fortaleza el buen uso del libre albedrío respecto a los temores.

Una consideración del apetito sensitivo desde el dominio de la voluntad puede hacerse y con mucho provecho para la psicología y para la filosofía moral. El mismo santo Tomás de Aquino lo hizo, por ejemplo, en el *Tratado de los vicios y pecados*, nombrándolo como pecado de incontinencia o debilidad (*S. Th.* I-II, q. 77)⁷.

Sin embargo, al mirar la salud psíquica no se repara en la capacidad que tiene el ser humano para actuar desde la razón o al mismo apetito sensitivo como potencia motora. En efecto,

Los apetitos irascible y concupiscible pueden considerarse de dos modos. Uno, en sí mismos, en cuanto son partes del apetito sensitivo, y en este sentido no les compete ser sujeto de virtud. Pueden considerarse

⁷ También es posible consultar un desarrollo contemporáneo de la incontinencia en Serrano (2011).

de otro modo, en cuanto participan de la razón, al ser naturalmente capaces de obedecer a la razón, y en este sentido pueden ser sujeto de virtud humana, pues de ese modo son principio de actos humanos, en cuanto participan de la razón. (*S. Th.* I-II, q. 56, a. 4 in c.)

Así, desde la salud psíquica, se contempla el apetito sensitivo como dispuesto, en sí mismo, de manera conveniente para ser movido por la razón. Tal disposición responde a su estructura interna, en la cual existe un movimiento que le es propio de acuerdo a su naturaleza, a saber, ser movido por la imaginación y los sentidos:

se dice que el entendimiento o la razón ordenan al apetito concupiscible e irascible con poder político, porque el apetito sensitivo tiene cierta autonomía que le permite enfrentarse al mandato de la razón. Pues el apetito sensitivo, por naturaleza, no sólo puede ser movido por la facultad estimativa en los animales y por la cogitativa en el hombre, siendo ésta dirigida por la razón universal, sino también por la imaginación y los sentidos. (*S. Th.* I, q. 81, a. 3, ad. 2)

La salud psíquica dice relación a la disposición del apetito sensitivo, en cuanto, pudiendo ser movido por la imaginación en lugar de la razón, no lo hace, sino que se encuentra apta para dejarse mover por ella. Ahora bien, hay que recordar que, para santo Tomás, el concepto de imaginación tiene en ocasiones una amplitud mayor que la sola facultad (Rodríguez, 1993), nombrando a veces la vida sensible en general. Para el caso, podemos reemplazar *imaginación* por *cogitativa*, al ser esta última, la facultad superior y síntesis de la vida sensible. El apetito sensitivo es una facultad o potencia pasiva, que recibe su objeto exclusivamente de la cogitativa (Rodríguez, 1993). Así, la afectividad en virtud de su movimiento natural propio –ser movido por la cogitativa– puede alterar el orden natural total, a saber, ser movido en última instancia por la razón y la voluntad. En virtud del *experimentum* patológico, la cogitativa puede transformarse en motor inmóvil del apetito sensitivo. Sin embargo, puede también encontrarse en óptima condición si es que está libre de obstáculos sensibles.

Esto permite despejar la objeción, en la medida que la salud psíquica es una perfección de la misma sensibilidad y no mira directamente el buen uso del libre albedrío. Mira más bien directamente aquella posibilidad del apetito sensitivo, dada su misma disposición interna, de no responder al acto de la razón y ser movido por la imaginación, esto es, por la cogitativa que puede desoír la razón. Expliquemos mejor esto mediante una definición formal de la salud psíquica.

Definición de *salud psíquica*

Lo anterior nos permite alcanzar una definición formal de la salud psíquica, a saber, una *disposición aptitudinal ordenada del apetito sensitivo, como parte en cuanto parte de la operación voluntaria*. Analicémosla⁸.

Hablamos de una *disposición* porque, como ya hemos visto, la salud psíquica no es una realidad meramente actual, sino que implica algo estable. Por tanto, está dentro del predicamento aristotélico *cualidad*: “se llaman disposiciones aquellas cualidades de la primera especie a las que conviene por propia condición ser fácilmente admisibles, por tener causas variables, como son la enfermedad y la salud” (*S. Th.* I-II, q. 49, a. 2 ad 3). A su vez, no la llamamos hábito porque, según hemos visto, hábito “es aquello con lo que uno obra cuando quiere” (Averroes comm. III *De Anima*, citado en *S. Th.* I-II, q. 51, a. 1 obj. 1), esto es, un modo específico de disposición que está en la voluntad y por lo mismo es libre y pertenece a la parte moral. En cambio, la salud psíquica es una cualidad del apetito sensitivo y pertenece a la parte sensible.

A su vez, es una *disposición aptitudinal* en cuanto que nombra una ausencia de obstáculos, o una disposición a obedecer, ya que lo propio suyo es *ser movido* (*S. Th.* I, q. 81, a. 3 in c.). Una disposición aptitudinal implica que no mueve hacia algún estado afectivo particular, como a veces se podría pensar. En efecto, hay quienes identifican ser psicológicamente sano con ser seguro, positivo, esperanzado (optimista) o algo similar. Sin embargo, esto no es así. Como hemos visto, para que el movimiento del apetito sensitivo sea sano, éste debe obedecer a la razón y la razón a la realidad. Por lo mismo, dice relación a una proporción con la realidad. Y esto se ve claro en que no podemos decir de alguien que es sano si frente a un verdadero peligro se mueve con indiferencia frente a él, o si frente a un acto propio desordenado surge alegría. Una mirada realista de la afectividad asume que, frente a las propias torpezas, se debiera sentir vergüenza, frente a las pérdidas, tristeza, frente a los verdaderos logros, alegría, etc. Así, el apetito sensitivo es una herramienta adecuada para enfrentar las circunstancias particulares de un modo no puramente espiritual, sino incorporado. Pero esto sólo será posible si está apto para dejarse-decir y dejarse-mover. Esta es la *disposición aptitudinal* ordenada a lograr.

La segunda parte de la definición apunta a la perspectiva formal que se asume, a saber, *como parte en cuanto parte de la operación voluntaria*. En cuanto la salud psíquica cualifica al ser humano para operar bien, y la conducción total

⁸ Un desarrollo más amplio se encuentra en Suazo (2017).

de la operación es asumida por la voluntad, de algún modo la salud psíquica es una realidad que habilita para los actos voluntarios y los perfecciona. Pero la salud psíquica mira formalmente el funcionamiento del apetito sensitivo en todo lo que le compete como parte. En efecto, si consideramos el apetito sensitivo desde el punto de vista de la virtud, en cuanto parte de la operación voluntaria, le corresponde mover, porque participa, como instrumento, de la capacidad motora de la virtud (*S. Th.* I-II, q. 56, a. 4); pero si lo miramos desde la salud psíquica, al apetito sensitivo, visto formalmente como parte, le compete más bien ser-movido. Por tanto, no desvinculamos la salud psíquica de la voluntad, la cual siempre tiene razón de todo y asume la conducción universal del individuo. Pero nos fijamos en una realidad que ocurre *al interior* de la dimensión sensible y que tiene razón de parte.

Al mirar el apetito sensitivo como parte, miramos indirectamente al todo, puesto que es de la razón de parte el pertenecer a un todo. Por lo que la formalidad propuesta permite una consideración de la sensibilidad en sí misma, sin desvincularla de la dimensión moral. Así, al considerarla como parte, la salud psíquica mira el apetito sensitivo como facultad movida; por lo mismo, la salud psíquica es algo que le sucede al individuo y no que puede hacer o dejar de hacer. Por eso, una persona se experimenta siendo sana; puede hacer actos que le conduzcan a la salud psíquica, pero no puede hacer actos de salud psíquica desde su libertad. Bajo este aspecto es comparable a la digestión: cae bajo el libre albedrío en cuanto que puedo elegir una comida que, se advierte, producirá tal digestión, pero visto formalmente desde la dimensión biológica, la digestión tiene su propia lógica. La salud psíquica también tiene su propia lógica según lo hemos mostrado, con la diferencia que no podemos desvincularla de la dimensión moral del mismo modo que la digestión. Y esto porque el cuerpo tiene una disposición conveniente tomada de una cierta proporción de sus partes; en cambio, la medida de lo conveniente para la afectividad sensible, es captada por el conocimiento y querer racional, quedando intrínsecamente vinculada la salud psíquica a la dimensión moral.

En síntesis, considerada formalmente como parte, al apetito sensitivo le compete ser movido más que motor, y esto en una cadena de *motores* que se suceden uno a otro de acuerdo al orden natural: en primer lugar, es movido por la cogitativa (y ésta por cada *experimentum affectivo* conservado), luego, por la voluntad, ésta por la razón, que a su vez es informada por la realidad.

Ahora bien, al aproximarse a la sensibilidad desde el punto de vista de la salud psíquica, la disposición moral del individuo se toma desde la potencia, sin llegar a ser lo actual en su consideración. Sin embargo, no por ello es prescindible; más bien, es un supuesto necesario. Si, por ejemplo, una persona se ve aque-

jada por un temor particularmente intenso frente a la evaluación de sus pares, lo primero que debe analizarse es si ese temor es ajustado a la realidad y en qué medida. Si la persona se encuentra socialmente expuesta por alguna situación deshonrosa que le ha sucedido en la actualidad, su temor a la evaluación puede llegar a ser justificado, lo cual es distinto a si no hay ninguna circunstancia que lo explique. Este análisis no es otra cosa que un juicio prudencial. Ahora bien, la salud psíquica mira directamente el funcionamiento del apetito sensitivo en cuanto facultad movida. Por tanto, si se considera que el movimiento del temor es proporcionado a la realidad, es porque el apetito sensitivo no está experimentando dificultad para ser movido por la razón; no hay obstáculos sensibles que lo impidan, lo cual implica que existe salud psíquica. Si, en cambio, el temor es desproporcionado, se analizará qué lo está moviendo a tal desorden. Entonces, podemos descubrir, por ejemplo, que sufrió *bullying* en la etapa escolar, y esa experiencia que nunca maduró desde un punto de vista sensible, configuró un *experimentum afectivo patológico* que lo lleva a aproximarse a diversas situaciones sociales desde un temor al rechazo por parte de sus pares.

Conclusiones y perspectivas de investigación

Si volvemos a recoger los cuestionamientos planteados inicialmente en el trabajo, podemos distinguir una doble importancia de comprender adecuadamente la salud psíquica. Una, dice relación a las ciencias prácticas, y otra es de orden especulativo.

Desde el punto de vista de las ciencias prácticas, reflexionar sobre la salud psíquica es relevante para orientar y enriquecer diversas disciplinas que tienen por objeto la *praxis* humana. En efecto, la *praxis* tiene por objeto ordenar las operaciones del individuo, para lo cual existen disciplinas especulativo-prácticas (ética) y práctico-prácticas (artes y prudencia), que colaboran en conducir a la persona a su felicidad (Martínez, 1999; Millán Puelles, 1984).

La salud psíquica, en cuanto se relaciona con las lógicas que gobiernan la dimensión sensible superior, previo a todo gobierno de la libertad, está sumida, bajo cierto aspecto, en un determinismo. Este aspecto de determinismo –el de las lógicas que gobiernan la sensibilidad–, ha confundido a psicólogos, en la medida que, absolutizando el objeto de su ciencia, han tendido a reducir todas las explicaciones humanas sobre los fenómenos de su competencia, a la sensibilidad⁹. Esto se traduce, finalmente, en una reducción a lo que con-

⁹ Echavarría (2010). En esta obra es posible aproximarse desde un punto de vista equilibrado a las diversas corrientes contemporáneas de psicología.

lleva la sensibilidad: unilateralmente los fenómenos son explicados desde la experiencia del sujeto, desde las motivaciones afectivas inconscientes, juicios automáticos o creencias irracionales (realizados desde la cogitativa), etc. Dentro de los efectos más graves que esto ha provocado está el hecho de que se ha cercenado, o más bien vaciado, el concepto de libertad. Al mismo tiempo, la realidad ha quedado reducida a los estrechos y equívocos márgenes de la subjetividad. No es de extrañar que el último paso, todavía en desarrollo, sea una feroz lucha de subjetividades y poderes desanclados de una realidad extramental. Urge volver a recuperar el concepto de ser y de libertad si queremos dar cuenta equilibrada y verdaderamente del obrar humano y de su madurez.

Por otro lado, esclarecer formalmente el concepto de salud psíquica permite introducir en la educación afectiva y moral, de un modo más perfecto, la dimensión de la técnica. Bien comprendido, esto puede ser un aporte para la educación moral. Pensemos que lo que ocurre a nivel de la sensibilidad es el trasfondo sobre el que opera la dimensión racional. En efecto, la afectividad sensible tiene una influencia directa en el acto de la prudencia (*S. Th.* I-II, q. 58, a. 5) por lo cual, verse privado de salud psíquica equivale a tener un obstáculo sensible que impide realizar plenamente el acto prudencial. Ahora bien, desde la perspectiva formal de la salud psíquica volvemos la mirada al apetito sensitivo como facultad pasiva; no tanto a lo que hace un individuo con sus afectos sensibles, sino a aquello que le sucede. Esto permite una mirada complementaria al enfoque moral que centra los esfuerzos en lo que el sujeto puede hacer desde su libertad. En virtud de la profundización de la lógica que gobierna la afectividad, es posible desarrollar técnicas que permiten colaborar en la transformación de los afectos, operando en dicha dimensión con pericia, valiéndose de los mismos procesos naturales de la sensibilidad. Así, diversas disciplinas –por antonomasia la psicoterapia–, mediante dichas técnicas, pueden ayudar a superar de un modo más rápido los obstáculos de la sensibilidad (traumas, adicciones, depresión, ansiedad, etc.).

Lo anterior es lo que, ante todo, unifica el trabajo de la psicología clínica en la actualidad: un cúmulo de técnicas o herramientas prácticas para ayudar a personas que padecen algún sufrimiento. Por ello, comprender la salud psíquica desde esta perspectiva formal permite dar cuenta del desarrollo que ha tenido la Psicología clínica, pero pudiendo reunir, y en parte también reorientar, el mismo desarrollo.

Por último, la perspectiva formal de la salud psíquica, al mirar el apetito sensitivo como potencia pasiva, permite hacerse cargo de manera explícita de todo aquello que es recibido por el sujeto: sus relaciones, hitos significativos

de vida, temperamento, configuración familiar, etapa del ciclo vital, tradiciones y costumbres, cultura local, etc. Todo ello de algún modo impacta en la sensibilidad superior, disponiendo conveniente o desordenadamente para la operación. Así, la afectividad sensible constituye parte importante del terreno a madurar desde la libertad humana. Conocerla, con todos los determinantes que la han configurado de una manera particular, es fundamental para madurar adecuadamente en la vida, partiendo de aquello que el sujeto es, previo a toda deliberación.

Por otro lado, desde un punto de vista especulativo, comprender la salud psíquica permite sustraerse de la trampa modernista que atrapa en el dualismo mente-cuerpo. En efecto, para el espíritu moderno, la mente se identifica ante todo con la parte racional del individuo¹⁰, por lo que introducir la perspectiva de la salud psíquica permite hacerse cargo de aquella región olvidada por el dualismo: la sensibilidad superior (imaginación, memoria, cogitativa, apetito sensitivo)¹¹. El problema sigue vigente, lo cual se puede observar en el hecho de que los temas relativos a los sentidos internos o la misma afectividad, son predominantemente explicados por la psicología académica desde la neurobiología¹². Al mismo tiempo, se observa un rechazo o un ignorar la función que tiene la razón en los procesos afectivos y sensibles. Por tanto, existe un rechazo al modernismo desde el punto de vista de evitar la unilateral importancia que en otro tiempo se le atribuyó a la conciencia racional y la voluntad. Pero el traslado de las explicaciones a la dimensión biológica da cuenta de que el dualismo sigue operante, entre otras razones, por la invisibilización de la dimensión sensible vista desde su formalidad propia.

El vacío intelectual entorno a los temas relativos a la sensibilidad humana, en particular para poder dar cuenta de fenómenos como la psicopatología, permitió que proliferaran a lo largo del siglo XX escuelas de psicología clínica que intentaban, cada una a su modo, explicar este tipo de realidades. Mas, siendo incapaces de salir del dualismo mente-cuerpo, no han logrado explicaciones satisfactorias sobre la afectividad humana.

La experiencia interna del hombre contemporáneo ha resentido este vacío. Concretamente, se le ha dificultado poder educar su afectividad. Habiendo sido relegada por muchos años por una aproximación moralista y, bajo cierto aspecto, reduccionista de la educación humana, la afectividad ha

¹⁰ Es provechoso volver a leer las *Meditaciones metafísicas* de René Descartes. En ella se puede ver con claridad el planteamiento filosófico moderno.

¹¹ Wald (2010).

¹² Por ejemplo, Damasio (2006).

tendido a aparecer con más fuerza. Como un péndulo, la realidad actual se ha movido hacia un afectivismo¹³, lo cual es ampliamente constatable. De algún modo, se confirma que todas y cada una de las partes de nuestra naturaleza busca ser y desarrollarse en plenitud.

En este contexto, es importante que el pensamiento especulativo alcance conquistas definitivas, expresadas en principios y definiciones sobre la afectividad sensible. En contraste con esto, en la actualidad domina casi exclusivamente una aproximación empirista a partir de antropologías parciales y reduccionistas.

La salud psíquica aparece como una de las primeras realidades a comprender. En su definición debe guardarse un necesario equilibrio entre, por un lado, una justa autonomía que se advierte en la sensibilidad humana y, por otro, con la dimensión moral.

Consideramos deseable que se sigan desarrollando tanto la definición de salud psíquica como algunos de los lineamientos propuestos. Así, los desafíos que propone nuestra cultura pueden ser ocasión para profundizar la imagen de hombre. Esto, a su vez, podría redundar en una posesión más plena por parte del ser humano de su propia naturaleza, para que la afectividad sensible pueda llegar a ser vivida como un don para la cultura y la vida personal.

Referencias

- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th ed.). Washington, DC: Author.
- Damasio, A. (2006). *El error de Descartes: la emoción, la razón y el cerebro humano*. Barcelona: Editorial Crítica.
- Descartes, R. (2011). *Meditaciones metafísicas*. Traducción de Guillermo Grañó Ferrer. Madrid: Alianza Editorial.
- Droste, K. (2008). *La palabra del Padre en el orden natural humano para la contemplación del ser personal*. Barcelona: Universitat Abat Oliba CEU.
- Echavarría, M. (2002). *Experimentum, evaluación de lo particular e inclinación afectiva según santo Tomás*. En Actas de la XXVII Semana Tomista "Valores y afectividad". Buenos Aires: Sociedad Tomista Argentina, Pontificia Universidad Católica Argentina.

¹³ No obstante, el afectivismo como realidad cultural actual tiene múltiples causas y no puede reducirse tan solo a un abandono de la dimensión afectiva. Por nombrar solo una más, los medios de comunicación de masa han tenido una influencia decisiva.

- (2008). Las enfermedades mentales según Tomás de Aquino [I]. *Scripta mediaevalia*, 1(1), 91-115. <https://revistas.uncu.edu.ar/ojs/index.php/scripta/article/view/472>
- (2009). *La Praxis de la Psicología y sus niveles epistemológicos según santo Tomás de Aquino*. La Plata: Universidad Católica de La Plata.
- (2010). *Corrientes contemporáneas de Psicología*. Barcelona: Scire Universitaria.
- Esnaola, I., Goñi, A. y Madariaga, J. (2008). El autoconcepto: perspectivas de investigación. *Revista de Psicodidáctica*, 13(1), 69-96. <https://ojs.ehu.eus/index.php/psicodidactica/article/view/231>
- Juanola, J. (2015). *Actualidad psicológica de la teoría de los sentidos internos en santo Tomás de Aquino*. Universidad Abat Oliba CEU.
- Martínez, E. (1999). *Persona y educación en santo Tomás de Aquino*. Barcelona: Universidad de Barcelona.
- Millán-Puelles, A. (1984). *Léxico filosófico*. Madrid: Rialp.
- Naranjo, M. (2007). Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo. *Actualidades Investigativas en Educación*, 7(3), 1-27. <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/aie/article/view/9296>
- Ortega, P., Mínguez, R. y Rodes, M. (2000). Autoestima: un nuevo concepto y su medida. *Teoría de la Educación*, 12, 45-66. <https://doi.org/10.14201/2868>
- Pascal, B. (1956). *Pensamientos*. Madrid: Losada.
- Rodríguez, V. (1993). *Los sentidos internos*. Barcelona: PPU.
- Serrano, I. (2011). *Debilidad de la voluntad y dominio racional. El problema de la incontinencia y la continencia en la filosofía de Tomás de Aquino*. Pamplona: EUNSA.
- Suazo, B. (2017). *La naturaleza de la Psicología clínica*. Barcelona: Universitat Abat Oliba CEU.
- Tomás de Aquino (1960). *Summa Theologiae*. Madrid: BAC.
- Vázquez, S. (2012). La noción medieval de cogitativa y sus posibles proyecciones en psicología y psicoterapia. *Scripta mediaevalia*, 5(1), 105-116. <https://revistas.uncu.edu.ar/ojs/index.php/scripta/article/view/484>
- Verdier, P. (9-16 de agosto de 2013). Hacia una *Psicología sana*. *L'Ossevatore romano* (español) 32-33, 9-11.
- Verneaux, R. (2016). *Filosofía del hombre*. Barcelona: Herder.
- Vielma, J. y Alonso, L. (2010). El estudio del bienestar psicológico subjetivo. Una breve revisión teórica. *Educere*, 14(49), 265-275. <http://www.saber.ula.ve/handle/123456789/32748>
- Wald, B. (2010). *Razón y emoción. Tomás de Aquino y Josef Pieper, hoy*. Mendoza: Publicación del Centro de Estudios de Filosofía Clásica. Universidad Nacional de Cuyo.
- Wojtyła, K. (2011). *Persona y acción*. Madrid: Palabra.