

La psicoterapia como camino de conformidad

Por Zelmira Seligmann¹

RESUMEN

El ser humano es movido a obrar conforme al bien propio de su naturaleza racional, pues es la razón la que ordena las conductas a su fin. Solo la razón puede dirigir el obrar según el orden que expresa y constituye la personalidad sana. Quien no se eleva hacia el fin propio natural, buscando la perfección, pierde el orden de su ser y se dispone a las enfermedades psíquicas. Cuando la personalidad es sana, adecua lo sensible a la razón y la razón a su fin último: Dios. Es tarea del psicoterapeuta estudiar rigurosamente el natural ordenamiento de las conductas y suscitar una verdadera «metanoia» para que el ser humano reconozca su condición creatural y franquee los desvíos éticos que lo alejan de su fin trascendente.

Palabras clave: orden, ley natural, fin último, creatura, psicoterapia, salud mental

ABSTRACT

The human being is moved to act according to the good of his rational nature, since it is reason that orders behaviors to an end. Only reason can direct the action according to the order that expresses and constitutes the healthy personality. He who does not rise to his own natural end, seeking perfection, loses the order of his being and disposes himself to psychic illnesses. When the personality is healthy, it adapts the sensible to reason and reason to its ultimate goal: God. It is the task of the psychotherapist to study rigorously the natural ordering of behaviors and to create a true "metanoia" so that the human being recognizes his creative condition and overcomes the ethical deviations that distance him from his transcendent end.

Keywords: order, natural law, ultimate goal, creature, psychotherapy, mental health

¹ Universidad Católica Argentina, doctora en Filosofía; zelmiraseligmann@gmail.com.

Tomaré la definición de ley que ofrece Santo Tomás en la *Suma Teológica* para analizar dos de sus componentes más importantes para el tema de la psicología: el **orden** y el **fin**.

Santo Tomás afirma:

La ley es una regla y medida de nuestros actos según la cual uno es inducido a obrar o dejar de obrar; pues *ley* deriva de *ligar*; porque obliga en orden a la acción. Ahora bien, la regla y medida de nuestros actos es la razón, que, como ya vimos, constituye el primer principio de los actos humanos, puesto que propio de la razón es ordenar al fin, y el fin es, según enseña el Filósofo, el primer principio en el orden operativo. (1989, pp. 704)²

[...] la definición de la ley, la cual no es sino una ordenación de la razón al bien común, promulgada por quien tiene el cuidado de la comunidad. (1989, p. 708)³

Esto significa que la ley es una regla de operación, la que nos mueve a obrar de determinada manera, la motivación de nuestras conductas, porque nos liga al bien constitutivo de nuestro ser, al bien propio de la naturaleza. Y como nuestra naturaleza es racional, es la razón la que ordena las cosas a su fin, que es el principio primero de operación (De Aquino, 1989, p. 704)⁴, porque todo el que obra lo hace por un fin. Lo que Santo Tomás llama «bien común» significa que, en lo práctico, es el bien de todos, es el fin común, es el fin último (De Aquino, 1989, p. 706)⁵.

Entonces, aquí analizaremos estas dos notas de la ley: el **orden** que debe haber en la personalidad sana, y el hecho de que ella se ordenará intrínsecamente si tiende al verdadero **fin**, o se desordenará si se aleja de él. Y veremos cómo esto se relaciona con la salud y la enfermedad psíquicas, con el orden y el desorden psíquicos. El fin último objetivo es uno solo, se lo sigue o no se lo sigue. Muchas veces se buscan como fines otras cosas (por ejemplo, el dinero, lo honores, etc.) que no satisfacen plenamente esa búsqueda de la fe-

² Cf. *S. Th.* I-II q. 90 a. 1 corpus.

³ *S. Th.* I-II q. 90 a. 4 corpus.

⁴ Cf. *S. Th.* I-II q. 90 a. 1 corpus.

⁵ Cf. *S. Th.* I-II q. 90 a 2 ad 2.

licidad que todo hombre posee. Esas cosas, que pueden ser medios lícitos, frustran y dejan un vacío profundo en el alma si se buscan como fin, pues debe buscarse como fin último aquel bien que es capaz de perfeccionar la naturaleza, pero también elevarla, que puede dar saciedad y plenitud a todos los deseos del hombre. El fin último es el Bien supremo, porque bien y fin se identifican.

La personalidad es sana cuando está ordenada, y esto significa que las potencias inferiores: lo sensible, las pasiones, deben ordenarse a la razón, y la razón a Dios, que es su fin último⁶. Por eso, para profundizar en el tema de la ley natural, que se refiere a las conductas humanas —las que estudiamos los psicólogos y tratamos de corregir los psicoterapeutas—, debemos analizar el tema del orden y de la ordenación de las conductas al fin.

Primero, hay que aclarar que el desorden y la enfermedad psíquica son ya consecuencia de un desorden más profundo: el pecado original, el cual, según Santo Tomás, es una «disposición desordenada», porque la mente no está sometida a Dios, que es su fin último.

De un segundo modo se llama hábito la disposición de una naturaleza compuesta de muchos elementos, por la cual se ha bien o mal para algo, y principalmente cuando tal disposición se ha convertido como en (una segunda) naturaleza, como es claro en la enfermedad y en la salud. Y en este sentido es hábito el pecado original. Pues es cierta disposición desordenada, proveniente de la ruptura de aquella armonía constitutiva de la justicia original; así como también la enfermedad corporal es cierta disposición desordenada del cuerpo por la que se destruye el equilibrio constitutivo de la salud. De ahí que al pecado original se le llame *enfermedad de la naturaleza*. (De Aquino, 1989, p. 641)⁷

Este desorden se acrecienta luego con los pecados personales. Por eso, solo la gracia, que es lo principal que se perdió con el pecado original, ordena al fin último y da plenitud a una personalidad sana.

⁶ Seguiré la definición de *personalidad* dada por el Dr. Echavarría, quien afirma que la personalidad es «el conjunto ordenado de hábitos operativos» (Echavarría, 2005, pp. 811-812).

⁷ S. Th. I-II q 82 a. 1 corpus.

El orden y el desorden se relacionan íntimamente con la definición misma de salud y enfermedad psíquicas.

Afirma Santo Tomás:

Y puede hablarse de enfermedad del alma a semejanza de las enfermedades del cuerpo. Mas se dice que el cuerpo del hombre está enfermo cuando está debilitado o impedido en la ejecución de su propia actividad por algún desorden de sus partes, de modo que los humores y miembros del sujeto no se sometan a la virtud rectora y motriz del organismo. De ahí que se califique de enfermo el miembro cuando no puede realizar la acción de un miembro sano: como el ojo cuando no puede ver claramente, según dice el Filósofo en el libro X de las *Historia de los animales*. Por donde se habla de enfermedad del alma cuando está impedida en su propia acción a causa de algún desorden de sus partes.

Mas, así como las partes del cuerpo se dicen desordenadas cuando no siguen el orden de la naturaleza, así también se dicen desordenadas las partes del alma cuando no se someten al orden de la razón; pues la razón es la fuerza rectora de las partes del alma. Así, pues, se dice que se da el pecado de debilidad cuando la facultad concupiscible o irascible se ve afectada por alguna pasión fuera del orden de la razón, y por esto se le presenta un impedimento a la acción debida del hombre. De ahí que el Filósofo, en el libro I *Ethic.*, compare al incontinente con el parálítico, cuyos miembros se mueven en sentido contrario de lo que él dispone. (1989, pp. 610-611)⁸

Aquí nos dice claramente Santo Tomás que el alma está enferma cuando no sigue el orden natural, porque no puede obrar humanamente, según la naturaleza humana que sigue la razón, o sea, es como un loco que hace cosas irracionales, sin sentido, no sabe a dónde va ni qué es lo que tiene que hacer.

El **orden** proviene de Dios, que —al ser causa de todas las cosas— les concede un bien y un fin propio. En Dios hay un doble orden de origen: uno en cuanto a las criaturas que proceden de Él (esto es común a las tres Personas), y otro dentro de la Santísima Trinidad, en cuanto una persona divina procede de otra (el Padre engendra al Hijo, y el Padre y el Hijo espiran el Espíritu Santo) (De Aquino, 2001,

⁸ S. Th. I-II q. 77 a.3 corpus.

p. 398)⁹. Así, toda la creación es ordenada al ser efecto de su causa, y la inteligencia humana es capaz de captar ese orden. La armonía del universo es un modo de participación de la bondad de Dios, por eso la creación tiene un orden.

Afirma Santo Tomás:

La armonía existente en las cosas creadas por Dios manifiesta la unidad del mundo. Pues se dice que en este mundo hay unidad y armonía en cuanto que unas cosas están ordenadas a otras. Todas las cosas que provienen de Dios están ordenadas entre sí y también al mismo Dios. (2001, p. 471)¹⁰

Y esto es muy importante en psicología. Primero, porque, para hablar de salud, hay que hablar de orden natural, de un obrar según la naturaleza, y de una personalidad ordenada en sí misma y hacia afuera, en relación a los otros seres. Hay un orden de las cosas entre sí y de todas las cosas a su debido fin. Por eso, cuando este orden se rompe en las personas, se desordena en cierta medida una armonía más amplia como es el orden familiar, social, y hasta ambiental. El desorden de la personalidad, que es la enfermedad psíquica, genera trastornos en todas las áreas en las que la persona se mueve y tiene influencia; en las relaciones con los demás y con el mundo circundante. La psicoterapia debe tener en cuenta esta dimensión comunitaria, porque la personalidad desordenada enferma su entorno, su alrededor. Las familias se enferman, las instituciones se enferman, la sociedad se enferma. El deseo de poder y la ambición han generado grandes guerras, han hecho mucho daño a toda la sociedad humana. Por el contrario, una persona sana y santa, con la fuerza de la gracia, puede cambiar no solo su familia, sino también la sociedad y la historia. Pensemos simplemente en uno como San Francisco de Asís.

Segundo, porque el tema del orden de origen en la Santísima Trinidad, si bien es un tema teológico, no es extraño a las consideraciones de la psicología: por un lado, porque el fin último del hombre es sobrenatural, y su sublime vocación es la inserción en la vida trinitaria. Ciertamente es *sobre-natural*, pero es lo único que puede

⁹ S. Th. I q. 41 a. 1 ad 1.

¹⁰ S. Th. I q. 47 a. 3 corpus.

darle esa felicidad plena que todo hombre desea en lo más profundo de su ser y que, al final, en la visión de Dios, no puede perderse. Por otro lado, porque muchos de los filósofos y psicólogos modernos y contemporáneos introducen la temática teológica en sus teorías, tergiversando el dogma principal de la religión católica.

Sigmund Freud, en su conocida obra *Totem y tabú*, sienta las bases del psicoanálisis hablando de Jesucristo, quien, cuando elimina al «padre» con el parricidio, se pone en el lugar de Dios al sustituir a Dios Padre. Por eso es central en el pensamiento psicoanalítico el conflicto edípico, porque se reproduce en la psiquis de cada uno, según Freud, lo que sucedió en el pecado original. Aquí hay un grave desorden. En el fondo, hay un planteo muy profundo contrario el orden trinitario y su reflejo en las creaturas, y no solo a nivel especulativo, sino principalmente práctico, pues luego debe ser asumido por la persona psicoanalizada, que debe ponerse en el lugar de Dios, desplazando a Dios de su vida. Para Sigmund Freud, la humanidad tiene que sentirse orgullosa del pecado original, de aquel crimen original en el que el hijo cumple sus deseos contrarios al padre, pues se convierte en dios al lado del padre o, mejor dicho, en sustitución del padre, en sustitución de Dios¹¹. El hombre obra como si fuera dios,

¹¹ «La tendencia del hijo a ocupar el lugar del dios padre se exterioriza cada vez con mayor claridad. [...] En el mito cristiano, el pecado original de los hombres es indudablemente un pecado contra Dios Padre. Ahora bien: si Cristo redime a los hombres del pecado original sacrificando su propia vida, habremos de deducir que tal pecado era un asesinato. Conforme a la Ley de Talión, profundamente arraigada en el alma humana, el asesinato no puede ser redimido sino con el sacrificio de otra vida. El holocausto de la propia existencia indica que lo que se redime es una deuda de sangre. Y si este sacrificio de la propia vida procura la reconciliación con Dios Padre, el crimen que se trata de expiar no puede ser sino el asesinato del padre. Así, pues, en la doctrina cristiana confiesa la Humanidad más claramente que en ninguna otra su culpabilidad, emanada del crimen original, puesto que sólo en el sacrificio de un hijo ha hallado expiación suficiente. La reconciliación con el padre es tanto más sólida cuanto que simultáneamente a este sacrificio se proclama la total renunciación a la mujer, causa primera de la rebelión primitiva. Pero aquí se manifiesta una vez más la fatalidad psicológica de la ambivalencia. Con el mismo acto con el que ofrece al padre la máxima expiación posible alcanza también el hijo el fin de sus deseos contrarios al padre, pues se convierte a su vez en dios al lado del padre, o más bien en sustitución del padre.» (Freud, 1913, pp. 502-503). Cf. también: «Moisés y la religión monoteísta» (Freud, 1939).

es el que decide sobre lo que está bien o mal; las conductas, la moral, no surgen de la naturaleza creada por Dios con un bien propio y ordenada a su fin, sino que es una construcción *a priori* de la razón, como una rebeldía al creador. Por eso para Freud, la ley fundamental aparece en el complejo de Edipo, que es el núcleo de toda la dinámica psíquica, la motivación última de las conductas humanas; el hijo que ocupa el lugar del padre. El mito del rey Edipo sirve para proclamar la necesidad de lograr una identificación «positiva y adulta» a través de la superación del conflicto. Y a esto se llega «matando» al padre y ocupando su lugar. La rebeldía origina desorden, y el desorden es rebeldía. Para el psicoanálisis, Dios es solo una proyección inconsciente de esa relación conflictiva que se resuelve con la eliminación del padre (o sea Dios). El psicoanálisis lleva al ateísmo práctico. El complejo de Edipo simboliza la rebelión a Dios, la actitud que debe asumir todo hombre para encontrarse a sí mismo y lograr la propia identidad, eliminando a Dios de su vida, como fin de su obrar. Esto es una desviación radical del fin último

Para Freud el fin del hombre es la muerte, la vuelta a lo inorgánico. Recordemos que Freud era materialista y ateo, y entonces describe muy bien la psicología del hombre en pecado que, rechazando su ordenación al fin último, se constituye en fin en sí mismo, poniéndose en el lugar del verdadero fin, como afirmaba el filósofo Kant, a quien Freud sigue. Pero el psicoanálisis, esta teoría psicológica iniciada por Freud y que se sigue enseñando como verdadera en países como Argentina y Francia, en universidades católicas, y sobre todo que está en la raíz de otras corrientes de psicología contemporáneas, incluso de algunas que pretenden contraponerse al psicoanálisis —pero no escapan a sus fundamentos, que se encuentran en la filosofía moderna antropocéntrica—, esta teoría, decíamos, no puede explicar ni comprender las conductas del hombre normal, de su movimiento hacia un fin perfectivo, no puede explicar cómo es la personalidad virtuosa que se despliega sanamente y desarrolla todas sus potencialidades.

Si queremos comprender al hombre, debemos conocer el fin al que configura su personalidad. Y esto lo ha analizado en el siglo xx, en relación a la neurosis y otras patologías, el psiquiatra Alfred Adler, contemporáneo pero disidente de Freud. Vemos así que el tema del fin que aparece en la definición de la ley es central en la temática psi-

cológica, pues, como hemos dicho, en el orden práctico, el principio de las conductas es el fin, es la motivación de todo comportamiento humano.

Santo Tomás, en la segunda parte de la *Suma de Teología*, desarrollará el tema del hombre como imagen de Dios:

Después de haber tratado del ejemplar, de Dios, y de cuanto produjo el poder divino según su voluntad (cf. 1 q.2 introd.), nos queda estudiar su imagen, es decir, el hombre, como principio que es también de sus propias acciones por tener libre albedrío y dominio de sus actos. (1989, p. 27)¹²

Y entonces en las primeras cinco cuestiones, analiza al fin, porque dice: «el fin es principio del obrar humano, como señala el Filósofo en *II Phys*. Luego es propio del hombre el obrar siempre por un fin» (1989, p. 37)¹³.

El fin es un bien, es un bien que perfecciona; el bien último es aquello que completa, que da plenitud. Primero, se quiere el fin y, luego, las cosas que se ordenan al fin. «El fin, aunque es lo último en la ejecución, es lo primero en la intención del agente. Y de este modo tiene razón de causa» (De Aquino, 1989, p. 38)¹⁴.

El fin es la causa del obrar que configura el modo de vivir, las reglas de la vida práctica; el fin ordena los medios que conforman nuestro carácter, nuestra propia forma de actuar, nuestra personalidad. Hay fines intermedios que se quieren para el fin último, pero hay un fin último por el cual se desean todas las demás cosas. Y así se hacen las pautas o normas según las cuales uno quiere vivir; así toda la vida se va organizando en base al fin que se persigue, que puede ser plenamente consciente o puede estar más o menos inconsciente, pero estructura la personalidad.

No siempre está consciente, porque dice Santo Tomás:

No es necesario que uno piense siempre en el fin último cuando desea o hace algo, sino que la eficacia de la primera intención, que

¹² S. Th. I-II prólogo.

¹³ S. Th. I-II q 1 a 1 sc.

¹⁴ S. Th. I-II q 1 a 1 ad 1.

mira al fin último, permanece en el deseo de cualquier otra cosa, aun cuando no se piense de hecho en el fin último. Del mismo modo que no es necesario que quien va por un camino vaya pensando a cada paso en el final del trayecto. (1989, p. 44)¹⁵

Por eso afirma Santo Tomás:

Lo que un hombre acepta como fin último domina su afecto, porque de ello toma las normas que regulan toda su vida. Por eso se dice de los glotones, Flp 3,19, *su dios es su vientre*, pues consideran los placeres del vientre como fin último. Pero, como se lee en Mt 6,24, *nadie puede servir a dos señores*, no subordinados entre sí. Por tanto, un hombre no puede tener a la vez muchos fines últimos no subordinados entre sí. (1989, p. 43)¹⁶

Esto quiere decir que, según dónde se ponga el último fin, se construye toda nuestra personalidad. El fin domina los afectos, dice Santo Tomás: los deseos, lo que uno ama, lo que odia, por lo cual uno está triste o alegre, lo que busca y de lo que huye, etc. Todas nuestras conductas y afectos se subordinan a ese fin querido por la voluntad, que luego, a lo largo de la vida, aparece consciente o más o menos consciente. El sentido de la vida (entendido como fin) es uno solo, porque el poder de la voluntad no alcanza a hacer que dos cosas opuestas existan juntamente. No puede seguir como fines últimos dos cosas a la vez (De Aquino, 1989, p. 44)¹⁷, por eso subordina todo lo demás a lo que sigue como fin.

Santo Tomás afirma que: «En los hombres se dan distintos intereses vitales, porque buscan el bien supremo en cosas distintas» (1989, p. 45)¹⁸.

Ya en la Antigüedad, Aristóteles decía:

Porque el bien y la felicidad pareceme que con razón la juzgan, según el modo de vivir de cada uno. Porque el vulgo y gente común por la suma felicidad tienen el regalo, y por esto aman la vida de regalo y

¹⁵ S. Th. I-II q 1 a 6 ad 3.

¹⁶ S. Th. I-II q 1 a 5 sc.

¹⁷ Cf. S. Th. I-II q 1 a 5 ad 3.

¹⁸ S. Th. I-II q 1 a 7 ad 2.

pasatiempo. Porque tres son las vidas más insignes: la ya dicha, y la política, y la tercera la contemplativa. El vulgo, pues, a manera de esclavos, parece que del todo eligen vida más de bestias que de hombres. (2014, l. 1, c. 5)¹⁹

Para Santo Tomás, el fin último puede considerarse de dos modos:

1.º) desde el punto de vista subjetivo, en cuanto todos desean el fin porque todos apetecen su propia perfección, todos buscan el bien y

2.º) respecto de la realidad en que consiste ese fin y bien, que debe ser capaz de colmar todos los deseos y dar la felicidad (1989, pp. 44-45)²⁰. Y es en esto que no todos están de acuerdo, algunos se equivocan, porque, dependiendo de dónde ponen el sumo bien, algunos quieren las riquezas, otros los placeres, la fama u otras cosas. Y de aquí surgen los diversos modos de vida, como muy bien observaba Aristóteles y hemos visto más arriba. Muchos se engañan en este aspecto, en aquello en lo que reside el bien y fin; ponen toda su vida en cosas que no pueden darle plenitud y así frustran sus anhelos más íntimos de felicidad. Y de aquí surgen las diversas patologías psíquicas, como muy bien observó el psiquiatra Alfred Adler cuando dice que las neurosis se estructuran por fines ficticios, artificiosos, según los cuales se organiza un estilo de vida neurótico, que abarca toda la personalidad (Adler, 1994).

Santo Tomás, sobre esta desviación del fin, que se da propiamente en el pecado, dice: «Quienes pecan se apartan de aquello en lo que se encuentra realmente el fin último, pero no de la intención del fin último, que buscan equivocadamente en otras cosas» (1989, p. 45)²¹.

Santo Tomás recorre los diversos bienes que puede apetecer el hombre y en los cuales no puede radicar la felicidad o bienaventuranza: las riquezas, la fama, los honores, el poder, los bienes del cuerpo, el placer, los bienes del alma, los bienes creados, etc. Pero la felicidad debe tener carácter de fin último y supremo bien, sin sombra de

¹⁹ Aristoteles, *Ética a Nicomaco*, I, 5.

²⁰ Cf. *S. Th.* I-II q 1 a 7.

²¹ *S. Th.* I-II q 1 a 7 ad 1.

mal, plenamente saciativo, por lo cual, una vez logrado, no se desea nada más, porque aquietta todo apetito. En fin, la felicidad debe ser «el bien perfecto y suficiente» del hombre. De esto se deduce que en esta vida no pueda alcanzarse la perfecta felicidad, pero puede tenerse una participación, que es la felicidad imperfecta.

Es necesario conocer la realidad para no equivocarse sobre uno mismo y su fin. Ciertamente muchos se engañan respecto de la realidad en que reside el verdadero bien y fin, aquel capaz de dar plenitud al espíritu humano y, por lo tanto, la felicidad. En lo profundo de este error, hay una actitud rebelde de ponerse en el lugar de Dios, de rechazar la posición de humilde creatura y querer que la realidad sea toda según su capricho.

Y esto es muy importante en la psicoterapia porque —como advertía el psiquiatra Rudolf Allers— la psicoterapia debe ser una verdadera «metanoia», un cambio profundo y radical donde la persona tome una actitud humilde de creatura frente al Creador. Hay que reconocer humildemente la finitud creatural y aceptar que poseemos una ley natural —que es participación de la ley eterna en la creatura racional— y que contiene preceptos naturales que constituyen el bien y el orden, un sistema orgánico de normas éticas de la conducta humana. Todos los preceptos de la ley natural se fundamentan en este primero «obrar y perseguir el bien y evitar el mal». Hay tres inclinaciones básicas en la ley natural: las dos primeras, la de conservación y la unión sexual, son comunes con los animales, y la tercera inclinación, que corresponde al bien propio de la naturaleza racional, es la tendencia a conocer las verdades acerca de Dios y a vivir en sociedad (De Aquino, 1989, pp. 731-732)²².

Y entonces nos preguntarnos: ¿cuáles son las conductas sanas que debemos seguir y que son propias de la salud psíquica? La respuesta está en que esas conductas sanas son las prescritas en el decálogo. En los mandamientos, se encuentran las conductas que son de ley natural, porque se regulan por la razón que es la norma de los actos humanos. Los tres primeros preceptos ordenan al hombre a Dios, que es su fin último, y los demás se refieren al prójimo. Transgredir la ley natural siempre enferma porque es un mal que lleva una

²² Cf. *S. Th.* I-II q 94 a. 2 corpus.

pena y un sufrimiento; transgredir los mandamientos enferma mentalmente, porque se obra sin seguir la razón.

Los preceptos del decálogo son inmutables, pues son la obra divina participada en la mente humana, son el verdadero bien de la naturaleza. La ley natural es universal porque no depende de nosotros, sino de Dios y es necesario cumplirla para poder hablar de salud mental.

Dice Santo Tomás:

Pues bien, los preceptos del decálogo contienen la misma intención del legislador, esto es, de Dios, pues los preceptos de la primera tabla que se refieren a Dios, contienen el mismo orden al bien común y final, que es Dios. Los preceptos de la segunda tabla contienen el orden de la justicia que se debe observar entre los hombres, a saber, que a ninguno se haga perjuicio y que se dé a cada uno lo que le es debido. En este sentido se han de entender los preceptos del decálogo. De donde se sigue que absolutamente excluyen la dispensa. (1989, p. 805)²³

La gravedad de la transgresión a estos preceptos primeros y universales radica en que, por tratarse el decálogo de aquellas cosas que son fácilmente aceptadas por la mente humana, las cosas que son más opuestas a la razón se tornan más graves. Como el orden de la razón toma su principio del fin, lo más grave contra la razón es lo que no guarda el debido orden al fin²⁴. El fin de la vida humana es la sociedad con Dios, por eso es lo primero que ordena el decálogo. Buscar la verdad, buscar la causa y el fin de las creaturas, es propio del ser racional. Entonces, lo contrario es «gravísimo». Luego siguen los preceptos que contienen el orden de la justicia que se debe observar entre los hombres: que a nadie se perjudique y que se le dé a cada uno lo debido (De Aquino, 1989, p. 805)²⁵. Ahora comprende-

²³ *S. Th.* I-II q 100 a. 8 corpus.

²⁴ En *S. Th.* I-II q. 71 a. 6 ad 4 se sostiene: «cualquier cosa, por el hecho mismo de ser desordenada, repugna el derecho natural.» (De Aquino, 1989, p. 559). Además, expone aquí el Aquinate la diferencia con el derecho positivo. Derecho natural es el que se contiene primariamente en la ley eterna y secundariamente en la facultad de juzgar de la razón humana.

²⁵ *Cf. S. Th.* I-II q. 100 a. 8 corpus.

mos por qué una sociedad alejada de Dios, con tantas idolatrías, con tantos vicios contra natura (y hasta legalizados), produce tantos enfermos.

Conocemos los mandamientos no solo por la revelación divina, sino también por la voz de la conciencia moral (CCE, n. 2071).

Afirma el Catecismo de la Iglesia católica:

El Decálogo forma un todo indisoluble. Cada una de las «diez palabras» remite a cada una de las demás y al conjunto; se condicionan recíprocamente. Las dos tablas se iluminan mutuamente; forman una unidad orgánica. Transgredir un mandamiento es quebrantar todos los otros (*cf. St 2, 10-11*). No se puede honrar a otro sin bendecir a Dios su Creador. No se podría adorar a Dios sin amar a todos los hombres, que son sus creaturas. El Decálogo unifica la vida teológica y la vida social del hombre. (CCE, n. 2069)

La vida sana es una vida unificada porque el fin último unifica la personalidad. Los fines ficticios hacen una vida dividida, escindida. El decálogo debe ser interpretado a la luz del único mandamiento de la caridad, que es la plenitud de la ley (CCE, n. 2055). Todas las enfermedades del alma se curan con la **caridad**. Por eso Rudolf Allers afirmaba que **santidad y neurosis se excluyen**. La indiferencia, la tibieza y hasta el odio a Dios destruyen las sociedades y las personas, porque tienen su origen en el orgullo que se opone al amor de Dios (CCE, n. 2094).

Con estos conceptos analizados, comprenderemos mejor la verdadera razón de las enfermedades del alma humana y la tarea de la psicoterapia.

El problema es que, decíamos, en el estado de naturaleza herida, no se puede cumplir plenamente el bien natural si no es con la gracia de Dios. Para que el hombre pueda cumplir plenamente con la ley natural y obrar según la razón a lo largo de toda la vida, necesita del auxilio divino. No se pueden cumplir todos los mandamientos sin la ayuda de la gracia divina.

Si la enfermedad es el desorden de la vida psíquica, y esta se desordena porque hay un fin erróneo que dirige toda la vida y estructura la personalidad según ese fin, la salud mental estará entonces en

ordenar la vida. La psicoterapia debe rectificar los fines que conducían al neurótico por caminos equivocados. La ley natural es la Voluntad de Dios sobre su creatura. En este sentido —en principio—, la psicoterapia será un camino de conformidad a la propia naturaleza. Es necesario cumplir con el orden natural, con los mandamientos de la ley de Dios, que supone el uso de la recta razón. Pero, decíamos, con la herida que tenemos por el pecado original, la inteligencia está oscurecida y la voluntad debilitada, por lo cual se requiere de una ayuda sobrenatural para cumplir plenamente con esa ley natural. Debemos desear y amar los mandamientos que —por provenir de la bondad del Creador— nos llevan por el camino del propio bien, del bien humano, y, por lo tanto, nos ordenan interiormente, nos sanan psíquicamente. Pero también debemos querer y aprovechar la gracia que Dios ofrece para curar las heridas del pecado que nos impiden cumplir con toda la ley natural. Por eso el psicoterapeuta debe secundar la gracia. El psicoterapeuta no debe temer ayudar a las personas a que busquen esa fuerza que viene de Dios, que es necesaria para dirigirse al verdadero fin último, y por los medios ordinarios ya conocidos, como son los sacramentos y el desarrollo de la vida cristiana.

La psicoterapia debe ser un camino de conformidad a la Voluntad de Dios que se manifiesta para todos por igual en el cumplimiento de la ley natural y que requiere de la ayuda de la gracia para darse en plenitud, pero también se manifiesta de manera distinta y original en la tarea que Dios le encomienda a cada uno, en la vocación o llamado personal.

La psicoterapia debe desplegar los bienes propios del ser humano en general, pero también los talentos únicos y originales de cada persona. Debe ser un camino de conformidad y conformación a la vocación sobrenatural. Primero, porque puede ayudar a descubrirla, y luego porque puede ayudar a la perseverancia en los momentos críticos, ya se trate de una vocación matrimonial o consagrada. Puesto que Dios da los dones naturales para el fin sobrenatural. Y los caminos de cada uno, totalmente diferentes entre sí, no escapan al designio divino de querer hacernos santos y felices en la eternidad. Por eso es necesario que la psicoterapia sea también un camino de conformidad a la Voluntad Divina, que se manifiesta en las situa-

ciones personales por las que cada uno debe atravesar: situaciones traumáticas, crisis vitales, religiosas, matrimoniales, laborales, familiares, etc., en donde es necesario afirmar y confirmar, con fuerte determinación, la dirección al fin último al que adhiere, respondiendo con fidelidad a la propia vocación. Es necesario acompañar a las personas que consultan a un psicoterapeuta en estas situaciones, para que perseveren en el camino hacia el fin último, en la vocación a la que ha sido llamado.

En síntesis, dos cosas son necesarias en la psicoterapia para que lleve realmente a la salud mental: rectificar el fin y ayudar a perseverar en el fin a pesar de las dificultades de la vida, conformidad a la naturaleza y a la vocación. Esta es la gran tarea del psicoterapeuta, que solo puede hacerse con la ayuda de la gracia.

Bibliografía

- Adler, A. (1994). *El carácter neurótico*. Barcelona: Planeta-Agostini.
- Aristóteles (2014). *Ética a Nicómaco*. Madrid: Gredos.
- <https://www.dominicos.org/media/uploads/recursos/libros/suma/2.pdf>
- Echavarría, M. (2005). *La praxis de la psicología y sus niveles epistemológicos según santo Tomás de Aquino*. Girona: Documenta universitaria.
- Freud, S. (1913). Tótem y Tabú, algunos aspectos comunes entre la vida mental del hombre primitivo y los neuróticos. En (1948). *Obras completas de Sigmund Freud*. (t. 2). (L. López-Ballesteros y de Torres, trads.). Madrid: Biblioteca Nueva.
- (1934-1939). Moisés y la religión monoteísta. En (1997). *Obras completas de Sigmund Freud*. (t. 9). Madrid: Biblioteca Nueva.
- Iglesia Católica (1997). *Catecismo de la Iglesia Católica*. (CCE, por sus siglas en latín). Vaticano: Librería Editrice Vaticana. Disponible en: http://www.vatican.va/archive/catechism_sp/index_sp.html.
- Tomás de Aquino, (2001). *Suma de Teología* (4.^a ed.). (t. 1). Madrid: Biblioteca de Autores Cristianos. Disponible en: <https://www.dominicos.org/media/uploads/recursos/libros/suma/1.pdf>

- (1989). *Suma de Teología* (2.^a ed.). (t. 2). Madrid: Biblioteca de Autores Cristianos. Disponible en: <https://www.dominicos.org/media/uploads/recursos/libros/suma/2.pdf>