



*Universitat
Abat Oliba CEU*

Obertura del curs acadèmic 2024-2025
Apertura del curso académico 2024-2025

**Salut, normalitat i maduresa des
d'una perspectiva antropològica**

**Salud, normalidad y madurez desde
una perspectiva antropológica**

Martín F. Echavarría
Catedràtic de Psicologia General
Catedrático de Psicología General
Universitat Abat Oliba CEU



CEU | Ediciones

Salut, normalitat i maduresa des d'una perspectiva antropològica

Martín F. Echavarría
Catedràtic de Psicologia General
Universitat Abat Oliba CEU

Universitat Abat Oliba CEU



*Universitat
Abat Oliba CEU*



Asociación
Católica de
Propagandistas

La Universitat Abat Oliba CEU es una obra de la Asociación Católica de Propagandistas.
La Universitat Abat Oliba CEU és una obra de l'Associació Catòlica de Propagandistes.

Salut, normalitat i maduresa des d'una perspectiva antropològica

Salud, normalidad y madurez desde una perspectiva antropológica

Qualsevol forma de reproducció, distribució, comunicació pública o transformació d'aquesta obra només pot ser realitzada amb l'autorització dels seus titulars, amb excepció prevista per la llei. Adreça's a CEDRO (Centre Espanyol de Drets Reprogràfics) si necessita reproduir algun fragment d'aquesta obra (www.conlicencia.com; 91 702 19 70 / 93 272 04 47).

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra (www.conlicencia.com; 91 702 19 70 / 93 272 04 45).

© Martín F. Echavarría, 2024

© de la edición, Fundación Universitaria San Pablo CEU, 2024

CEU Ediciones

Julián Romea 18, 28003 Madrid

Teléfono: 91 514 05 73

Correo electrónico: ceuediciones@ceu.es

www.ceuediciones.es

Maquetació/Maquetación: Andrea Nieto Alonso (CEU Ediciones)

Dipòsit legal/Depósito legal: M-23196-2024

Índex

1. Necessitat d'una fonamentació antropològica de la psicologia	5
2. Normalitat, salut i maduresa.....	8
3. Salut i felicitat.....	12
4. El concepte de maduresa	15
5. Maduresa i virtut.....	16

Índice

1. Necesidad de una fundamentación antropológica de la psicología	23
2. Normalidad, salud y madurez	26
3. Salud y felicidad.....	30
4. El concepto de madurez	33
5. Madurez y virtud.....	35

1. Necessitat d'una fonamentació antropològica de la psicologia

El cor de cada persona és un misteri arrelat en la seva espiritualitat i destinació transcendent. Sant Tomàs d'Aquino deia que la persona és “*perfectissimim in tota natura*” (*Summa Theologiae*, I, q. 29, a. 3, co), el més perfecte i digne que hi ha a la naturalesa. Cap ciència pot esgotar el coneixement de la persona amb la seva metodologia; cal acostar-se a estudiar-la amb humilitat i respecte. Cal, també, una concepció profunda i integral de la persona humana. Aquest punt és especialment important per a aquells que ens dediquem a la psicologia.

El cèlebre psicoterapeuta Viktor Frankl deia, i tenia tota la raó, que darrere de cada psicoteràpia hi ha una antropologia. Ho feia amb aquestes paraules:

[...] de hecho, toda Psicoterapia se hace su Antropología –sin excluir el Psicoanálisis-: nada menos que el psicoanalista Paul Schilder es quien ha reconocido que el Psicoanálisis es una “visión de la realidad”. Mi opinión personal es que toda Psicoterapia se basa en premisas antropológicas, a no ser que el psicoterapeuta no se haya hecho consciente de ello, en cuyo caso se apoya en implicaciones antropológicas. Lo cual es aún más grave [...]¹.

El que diu Frankl sobre la psicoteràpia també és vàlid per a la psicologia en general. Però, molt sovint, aquesta antropologia en què es basen la psicologia i la psicoteràpia és reduccionista i no fa justícia a la profunditat de la persona. Sant Joan Pau II ho esmentava en una allocució als membres de la Rota Romana, en què advertia els jutges que no han de deixar-se influenciar per psicologies basades en pressupòsits antropològics insuficients:

Ese peligro no es solamente hipotético, si consideramos que la visión antropológica, a partir de la cual se mueven muchas corrientes en el campo de la ciencia psicológica en el mundo moderno, es decididamente, en su conjunto, irreconciliable con los elementos esenciales de la antropología cristiana, porque se cierra a los valores y significados que trascienden al dato inmanente y que permiten al hombre orientarse hacia el amor de Dios y del prójimo como a su última vocación.

1 V. E. Frankl (1999). *La idea psicològica de l'home*. Madrid: Rialp, 130.

Esta cerrazón es irreconciliable con la visión cristiana que considera al hombre un ser “creado a imagen de Dios, capaz de conocer y amar a su propio Creador” (GS, n. 12) y al mismo tiempo dividido en sí mismo (cfr. *ibid.*, n. 10). En cambio, esas corrientes psicológicas parten de la idea pesimista según la cual el hombre no podría concebir otras aspiraciones que aquellas impuestas por sus impulsos, o por condicionamientos sociales; o, al contrario, de la idea exageradamente optimista según la cual el hombre tendría en sí y podría alcanzar por sí mismo su propia realización².

L'home s'orienta cap a Déu per mitjà de la virtut de la caritat, i qualsevol antropologia que faci impossible la vocació de la persona humana a l'amor de Déu i del proïsme és incompleta i deficient. L'home té, per dir-ho com ho fa Pascal, grandesa i misèria alhora³. La grandesa de l'home consisteix en el seu caràcter d'imatge de Déu. La misèria, en l'*status naturae lapsae*, l'estat de naturalesa caiguda, que el divideix per dins. L'home és persona i, per tant, un ésser dotat d'interioritat, intel·ligència i llibertat, fet a imatge de Déu i elevat per la gràcia de la filiació divina. Ara bé, també és un ésser escindit per dins, afectat profundament pel misteri de la caiguda des de la seva condició originària.

Hi ha dues línies en les antropologies secularistes: la que emfatitza la grandesa, encara que estigui desconnectada de Déu, i la que emfatitza la misèria. Podem ubicar fàcilment autors i escoles importants de la psicologia contemporània en aquestes dues línies: la del pessimisme i la de l'optimisme antropològic. Chesterton deia que pessimisme i optimisme són eufemismes per referir-se als dos grans pecats contra la virtut teològica de l'esperança: la desesperació i la presumpció⁴. Una visió antropològica integral no pot descuidar ni la grandesa ni la misèria de l'home. No és ni pessimista, ni optimista, sinó esperançada.

En la posició pessimista, “según la cual el hombre no podría concebir otras aspiraciones que aquellas impuestas por sus impulsos, o por condicionamientos sociales”, hi ha clarament la psicoanàlisi freudiana i de qui interpreta la psicoanàlisi en una línia determinista, i el culturalisme i altres formes de determinisme social. De la posició optimista, que sosté “la idea exageradamente

2 Joan Pau II (1987). “La incapacidad psíquica y las declaraciones de nulidad matrimonial. Discurso al tribunal de la Rota Romana”. *Acta Apostolicae Sedis*, LXXIX, 1453-1459.

3 Cfr. B. Pascal (1993). *Pensamientos*. Barcelona: España, 50: “121 (418-328) Es demasiado peligroso hacer ver al hombre hasta qué punto es semejante a las bestias, sin mostrarle su grandeza. Y es igualmente demasiado peligroso hacerle ver su grandeza sin su miseria”; cfr. Francisco (2023). “Carta Apostólica *Sublimitas et miseria hominis*, en el cuarto centenario del nacimiento de Blaise Pascal”. Santa Seu: https://www.vatican.va/content/francesco/es/apost_letters/documents/20230619-sublimitas-et-miseria-hominis.html

4 Cfr. C. K. Chesterton (2003). *Autobiografía*. Barcelona: Acanalado, 377-378.

optimista según la cual el hombre tendría en sí y podría alcanzar por sí mismo su propia realización”, en són partidaris gran part dels psicòlegs humanistes i cognitivoconductuals.

La psicologia, entesa com a ciència empírica, no pot acabar d’oferir la imatge completa de l’èsser humà. Quan intenta aconseguir-ho de manera independent, cau en el reduccionisme. Per això necessita recórrer a un coneixement més profund i sapiencial, que és el de la filosofia i la teologia.

Diversos autors de la història de la psicologia, com Allers, Lersch, Frankl, Arnold, Rychlak o May, entre molts altres⁵, han insistit en la necessitat que la psicologia s’obri a una fonamentació filosòfica. De la teologia, se n’han dit molt poques coses, però és igual d’important per tenir-ne una concepció integral⁶.

Per tal de comprendre de quina manera els coneixements de la psicologia empírica poden obrir-se a una raó metafísica i teològica, cal tenir una concepció integrada i orgànica del saber. Segons la Constitució Apostòlica *Ex corde Ecclesiae* (16), el document de sant Joan Pau II que es refereix a les universitats catòliques, “en una universidad católica la investigación abarca necesariamente: a) la consecución de una integración del saber; b) el diálogo entre fe y razón; c) una preocupación ética, y d) una perspectiva teológica”⁷.

Sobre el primer punt, sant Joan Pau II va escriure:

Guiados por las aportaciones específicas de la filosofía y de la teología, los estudios universitarios se esforzarán constantemente en determinar el lugar correspondiente y el sentido de cada una de las diversas disciplinas en el marco de una visión de la persona humana y del mundo iluminada por el Evangelio y, consiguientemente, por la fe en Cristo-Logos, como centro de la creación y de la historia.

5 R. Allers (1950). *Naturaleza y educación del carácter*. Barcelona: Labor; Ph. Lersch (1956). *Aufbau der Person*. Munic: J.A. Barth; V.E. Frankl (1990). *El hombre doliente. Fundamentos antropológicos de la psicoterapia*. Barcelona: Herder; Arnold, M. B. (1977). *Psychology and the Image of Man*. *Religious Education*, 54, 30-36; Rychlak, J. F. (1977). *The Psychology of Rigorous Humanism*. Nova York: John Wiley & Sons; R. May (1985). *La psicología y el dilema del hombre*. Buenos Aires: Gedisa.

6 Cfr. I. Andereggen i Z. Seligman (1997). *La psicología ante la gracia*. EDUCA: Buenos Aires; P. C. Vitz, W. J. Nordling i C. S. Titus (2020). *A Catholic Christian Meta-Model of the Person. Integration with Psychology and Mental Practice*. Sterlin (VA): Divine Mercy University Press; J. D. A. Juanola (2021). “Psicología y espiritualidad: ¿aceptar o superar la condición humana?”. A M. Lafuente Gil, M. Álvarez Segura i M. F. Echavarría (eds.). *Antropología y ciencias de la salud mental*. Madrid: Dykinson, 269-281.

7 Joan Pau II (1990). “Constitución Apostólica *Ex corde Ecclesiae*, sobre las universidades católicas”. Santa Seu: https://www.vatican.va/content/john-paul-ii/es/apost_constitutions/documents/hf_jp-ii_apc_15081990_ex-corde-ecclesiae.html

És una concepció jeràrquica del saber, en què la saviesa corona i illumina els coneixements científics. No s'han de confondre objectes, ni s'han d'extrapolar enunciats, sinó que s'ha d'entendre que les veritats parcials convergeixen cap a la Veritat primera. Aquí, la teologia hi juga un paper essencial, fins al punt que sant Joan Pau II afirma que qualsevol universitat catòlica ha de tenir una facultat o, com a mínim, una càtedra de teologia.

Aquesta disciplina és especialment important per a la psicologia. La metodologia de la recerca que es fa servir en psicologia inevitablement aporta un coneixement exterior i fragmentari de l'ésser humà, de manera que no pot portar de cap manera a conèixer l'home interior en profunditat i completament.

2. Normalitat, salut i maduresa

El que s'ha dit fins ara s'aplica especialment al coneixement de la plenitud humana, que en psicologia es tracta amb els noms de *normalitat*, *salut* i *maduresa*. Per això, aquí em proposo encarar aquest tema central, especialment per a la pràctica de la psicologia, des d'una perspectiva antropològica integral. Gordon Allport, el pare de la psicologia de la personalitat, expressava que la perspectiva merament empírica és insuficient amb les paraules següents:

[...] para que podamos afirmar que una persona es *mentalmente sana, normal y madura*, debemos saber qué son la salud, la normalidad y la madurez. La psicología por sí sola no puede decirnoslo. Está implicado hasta cierto punto el juicio ético⁸.

Salut, normalitat i maduresa remetent a algun tipus d'haver-de-ser i, en última instància, a l'ètica, diu Allport. A la vegada, es pot afegir que els criteris ètics depenen de la concepció de l'ésser humà que tinguem, ja que l'haver-de-ser se sosté sobre el ser. Cal que examinem, doncs, aquests tres conceptes –salut, normalitat i maduresa– i començarem pel de normalitat. Les paraules *normalitat* i *anormalitat* es fan servir molt en l'àmbit de la psicologia i de la psiquiatria, però no ens en qüestionem el significat gaire sovint. De fet, de vegades es fan servir gairebé com a sinònims, com en el passatge d'Allport, tot i que poden significar conceptes diversos.

Kurt Schneider, un gran teòric de la psiquiatria, que també es va doctorar en filosofia amb una tesi dirigida per Max Scheler, és una de les poques persones que ha tractat la qüestió sistemàticament i que ha intentat definir el que llavors

8 G. W. Allport (1966). *La personalidad. Su configuración y su desarrollo*. Barcelona: Herder, 329.

s'anomenava personalitat psicopàtica, que correspon al que avui anomenem trastorn de la personalitat en línies generals. Diu Schneider que les personalitats psicopàtiques són aquelles que, a causa de ser anormals, pateixen o fan patir a la societat⁹. Schneider sosté que, en aquesta definició, el concepte clau és el d'*anormalitat*, i per això pretén definir-lo adequadament. Segons Schneider, hi hauria dues maneres de definir els conceptes de normalitat i anormalitat, el criteri valoratiu i el criteri estadístic:

Hay dos clases de conceptos de normalidad, según se adopte la norma del término medio o la norma del valor. Normal, en el sentido de la norma del término medio, es, precisamente, el término medio. Normal, en el sentido de la norma del valor, es lo que corresponde al ideal subjetivo personal: el hombre normal es, para uno, Goethe; para otro, Bismarck; para un tercero, san Francisco. En el sentido de la norma del término medio, puramente cuantitativa, es anormal lo que se aparte de dicho término medio, de lo ordinario y frecuente. En la identificación de lo excepcional, extraordinario e infrecuente no interviene ninguna apreciación del valor. En el sentido de la norma del valor, es anormal lo que se oponga a la imagen ideal. Esta está determinada por la jerarquía ideológica personal de los valores¹⁰.

El criteri valoratiu no es podria assumir des de la psiquiatria. En efecte, com que és una ciència, hauria de prescindir de qualsevol valoració i atènyer-se als fets. Per això, Schneider opta per un concepte estadístic de normalitat. Normal seria allò que correspon a la mitjana estadística. Així ho explica Schneider:

Desde ahora, y en atención al concepto de normalidad media, definimos las personalidades anormales del modo siguiente: *Las personalidades anormales son variaciones, desviaciones, de un campo medio, imaginado por nosotros, pero no exactamente determinable, de las personalidades.*

Desviaciones hacia el más o hacia el menos, hacia arriba o hacia abajo. Es indiferente, pues, que estas desviaciones de la normalidad media correspondan a valores positivos o negativos en el aspecto ético o social. Partiendo de esta normalidad media, es exactamente tan anormal el santo o el gran poeta como el criminal desalmado; los tres caen fuera del término medio de las personalidades¹¹.

9 K. Schneider (1962). *Las personalidades psicopáticas*. Barcelona: Editorial Científico-Médica, 26.

10 Schneider. *Las personalidades psicopáticas*, 26.

11 Schneider. *Las personalidades psicopáticas*, 26-27.

Aquestes afirmacions de Schneider, tot i que puguin semblar xocants, es consideren acceptables en la mesura que pretenen mantenir la neutralitat axiològica de la ciència. Tot i això, resulten problemàtiques des de molts punts de vista. El primer problema té a veure amb la mateixa definició de personalitat psicopàtica, ja que i és aquella que pateix o fa patir causa de la seva anormalitat, se sobreentén que aquest patiment derivaria de l'anormalitat estadística, cosa que resulta, com a mínim, curiosa. D'altra banda, ell mateix reconeix que, tot i això, la concepció implica una valoració: que és millor no patir o no fer patir que no pas patir o fer patir¹².

A més a més, es podria observar que, si bé una ciència matematitzada és metodològicament aliena als valors, és a dir, al judici sobre el bé i el mal (“*in mathematicis non est bonum*”)¹³, això mateix resulta problemàtic per a un saber pràctic, o fins i tot tècnic¹⁴. Tant la medicina com la psicologia clínica, i les altres ciències de la salut, consisteixen a detectar alguna cosa que es considera com un mal i a curar-la, és a dir, conduir la persona cap a un altre estat que es considera millor. Això no es pot fer sense un judici sobre el que és bo i el que és dolent en tots els àmbits. Si el sant o el gran poeta són anormals, què cal fer a la pràctica? Sotmetre el sant a psicoteràpia perquè s'assembli a l'home mitjà de les grans ciutats? Hauríem d'intentar, per exemple, que una santa Teresa de Calcuta, que tindria una manera de fer molt allunyada de la de la mitjana de qualsevol població, es compri una televisió de plasma i faci servir Netflix? És evident que aquí hi ha un problema que exigeix anar més enllà del que la formalització estadística de les dades permet conèixer.

Per aquest motiu, el també psiquiatra i filòsof Rudolf Allers deia això:

Supongamos que en un país hubiera 999 hombres afectados por la tuberculosis y solo uno que no estuviera enfermo. ¿Se podría concluir que el “hombre normal” es aquel cuyos pulmones están carcomidos por la enfermedad? Lo *normal* no se confunde con la *media*¹⁵.

12 Cfr. K. Schneider (1997). *Psicopatología clínica*. Madrid: Fundación Archivos de Neurobiología, 41-42: “Ya el mero hecho de que la segunda parte de nuestra definición de psicópata esté formada de acuerdo con un punto de vista (sociológicamente) valorativo que es muy relativo veda su empleo puramente psicológico”.

13 Cfr. Tomàs d'Aquino. *Summa Theologiae*, I, q. 5, a. 3, arg. 4.

14 Cfr. Aristòtil (1944). *Metafísica*. Madrid: Gredos, 134 (l. III, c. 2, 996a 29ss): “[...] en las cosas inmóviles no parece posible que haya tal principio ni Bien en sí alguno. Por eso en las matemáticas nada se demuestra recurriendo a tal causa, ni hay demostración alguna ‘porque así es mejor o peor’, sino que nadie se acuerda en absoluto de ninguna de tales causas, y precisamente por ello algunos sofistas –como Aristipo– las menosprecian: y es que en las demás artes y oficios, como en la construcción y en la zapatería, todo se dice ‘porque así es mejor o peor’, pero las matemáticas no hacen razonamiento alguno acerca de bienes y males”.

15 R. Allers (1999). “El amor y el instinto. Estudio psicológico”. A Andereggen i Seligman, 324. Cfr. R. Allers, *Reflexiones sobre la patología del conflicto*, a Andereggen i Seligman, 292: “La medicina, tratando a un

Encara que tothom pugui tenir una opinió diferent sobre els valors (o més ben dit, sobre el que és bo), hi ha una realitat que es descobreix si fem servir la raó de manera recta i si fem les eleccions adequades en el sentit que subjectivament estem disposats d'acord amb la jerarquia objectiva de valors. És necessari que hi hagi un debat sobre tot això, però el debat és propi del caràcter racional de l'ésser humà i, per tant, és bo i no se n'ha de fugir.

Un altre tema és determinar què és normal. Per a un gran teòric dels trastorns de la personalitat com Millon, allò que és normal implica *trets adaptatius*¹⁶. Aquesta expressió, que és molt habitual en la pràctica clínica, és més problemàtica del que sembla. Suposa una premissa antropològica tàcita que ve del reduccionisme biològic, segons la qual totes les capacitats d'un ésser viu, també les de l'home, no tindrien cap altre sentit que l'adaptació al medi ambient. Els límits d'aquesta perspectiva es posen de manifest quan l'exposem a exemples límit. Què era allò adaptatiu a l'Alemanya del III Reich? Adaptar-se és sempre el millor per a l'ésser humà?

Com ensenyava Francisco Canals Vidal, en línia amb Aristòtil i amb l'Aquinate, l'home no només obra des de la indigència, sinó també des de la plenitud¹⁷. Gordon Allport també sostenia una teoria similar, i per aquest motiu elimina l'adaptació de la seva definició definitiva del concepte de personalitat¹⁸; en aquesta línia també trobem afirmacions de l'eminent psicòleg de la personalitat Joseph Nuttin¹⁹. Quan tenim conductes dirigides a aconseguir aliment o protecció, per exemple, obrem des de la indigència. Ara bé, quan comuniquem una perfecció que ja tenim, obrem des de la plenitud. Un exemple, adequat al nostre context, és el fet d'ensenyar. Encara que, circumstancialment, ensenyar sigui un acte que es pugui identificar amb el fet de satisfer una necessitat, l'acte d'ensenyar en ell mateix consisteix, no a adaptar-se, ni equilibrar-se ni satisfer cap necessitat, sinó a comunicar el saber que es té i que és una perfecció. I aquesta perfecció és un gran bé, un bé comú, el bé comú de qualsevol comunitat acadèmica. La vida acadèmica no se centra ni en l'alumne, ni en el professor, sinó en

enfermo, no tiene solamente la intención de liberarlo de sus sufrimientos y de hacerle capaz de ganarse la vida; quiere también y sobre todo restaurar el estado 'normal', porque sabe que lo 'normal' es lo que 'debe' ser. [...] La medicina no puede más que aceptar, sea inconscientemente, sea incluso contra su voluntad, la idea de un *ordo* más allá de los hechos, un estado de cosas que no existe siempre pero que *debe* existir y cuya realización solo constituye el estado 'normal'".

16 T. Millon i G. S. Everly (1994). *La personalidad y sus trastornos*. Barcelona: Martínez Roca, 20.

17 Cfr. F. Canals Vidal (2016). "El logos, ¿indigencia o plenitud?", a *Obras completas*. Barcelona: Editorial Balmes, 13-248.

18 Cfr. C. S. Hall i G. Lindszey (1980). *La teoría personalística. Allport*. Buenos Aires: Paidós, 17.

19 Cfr. J. Nuttin (1982). *Teoría de la motivación humana*. Barcelona: Paidós.

la *veritat*, que dona sentit a l'activitat acadèmica de tots dos. Per això, quan la veritat es comunica, qui la té no la perd. I, quan un la rep, no pren res a l'altre, a diferència del que passa quan es reparteix un bé material, que pretén saciar una indigència, com ara un pastís. Així doncs, la quantitat de subjectes que podrien participar d'aquest bé és infinit. En conseqüència, tot i que en unes circumstàncies determinades es cobri per ensenyar, allò que es cobra no és estrictament un salari, sinó honoraris. Els honoraris són una retribució simbòlica per un servei que és impagable materialment.

Dit d'una altra manera, tot i que a un cert nivell el que és normal pot tenir a veure amb el fet d'adaptar-se, la normalitat completa té a veure amb la plenitud, especialment quan aquest concepte tendeix a apropar-se al de maduresa.

Evidentment, el concepte de normalitat és polisèmic. A més de la normalitat estadística i la normalitat de plenitud, hi ha una altra sèrie de normalitats parcials: la del funcionament correcte dels òrgans i facultats, encara que no es portin a la màxima actualitat possible; o la normalitat relativa segons l'edat, ja que el que es considera normal en una edat pot ser anormal en una altra edat. Plorar pel dolor físic de la gana, quan arriba l'hora de menjar, és normal per a un nadó, però no per a una persona de trenta anys. Ara bé, fins i tot cadascun d'aquests significats parlen d'assolir un cert grau de perfecció.

3. Salut i felicitat

Passem al concepte de salut. Aquest concepte és fonamental per a la medicina i per a les altres ciències de la salut, i és molt important també per a la psicologia clínica. Per als clàssics, com sant Tomàs, la salut és una disposició de l'organisme –per als antics, dels humors– que fa que sigui apte per viure i per exercir les operacions vitals. Els autors antics no ignoraven que hi havia condicions psicosocials en la salut i que no només depenia de factors físics, però, tot i això, per a ells consistia essencialment en un equilibri del cos. Entre els autors contemporanis en el camp de la salut mental, Schneider opta per un criteri semblant²⁰. Contraposaven els conceptes de salut i malaltia, que consisteix en una disposició de l'organisme inadequada per causes purament orgàniques, o també psicosocials²¹. També era freqüent una extensió analògica d'aquest concepte, i es parlava de

20 Cfr. Schneider. *Psicopatologia clínica*, 25-40.

21 Cfr. M. F. Echavarría (2008). "Las enfermedades mentales según Tomás de Aquino (I). Sobre el concepto de enfermedad". *Studia Mediaevalia*, 1(1), 91-116.

salut i malaltia psíquica (*animalis*)²² o moral i espiritual. Quan aquests autors estenien aquest concepte fora de l'àmbit corporal, no concebien predicar salut i malaltia unívocament segons totes aquestes realitats, sinó segons algun tipus d'analogia, el primer model de la qual era la malaltia corporal.

Tot i que aquesta manera d'entendre les coses encara se sosté avui, hi ha autors que eleven el concepte de salut a una escala diferent. El cèlebre psicoanalista i pediatra Donald Winnicott, per exemple, en un llibre que porta el títol tan suggeridor de *La naturaleza humana*, diu que “sanos” són aquells que “se hallan más próximos a ser aquello para lo cual vinieron dotados al mundo”²³. Aquesta definició acostava clarament el concepte de salut al de maduresa o perfecció humana integral.

Passa una cosa semblant amb la definició de salut de la constitució de l'OMS. En primer lloc, em sembla important assenyalar que no es pot donar per descomptat que sigui la definició de salut que cal considerar millor a priori. L'OMS és una organització política, i la definició d'una organització política, encara que sigui política sanitària, no ha de ser necessàriament la que adoptin els científics i especialistes. Correspon al conjunt d'acadèmics ocupar-se d'aquest tipus de definicions. En qualsevol cas, aquesta organització defineix la salut d'aquesta manera a la seva constitució de 1964: “La salut és un estat de complet benestar físic, mental i social, i no solament l'absència d'afeccions o malalties”²⁴. Aquesta definició s'acostuma a considerar molt completa pel seu enfocament holístic, ja que no es limita als aspectes corporals, sinó que inclou els aspectes psicosocials, i no és només el contrari del concepte de malaltia, sinó que implica una plenitud.

És evident que una comprensió integral de la salut ha d'incloure les consideracions psicològiques i socials. Ara bé, cal diferenciar el següent: el benestar psicològic i el benestar social són aspectes d'un concepte unívoc de salut, o bé la salut consisteix en aquestes tres formes de benestar de manera anàloga? L'home és una unitat i tot està relacionat amb ell, però no per aquest motiu tot és el mateix. El benestar en cadascun d'aquests tres àmbits és importantíssim per al bé integral de l'home, però tot i això incloure'ls tots tres en un concepte unívoc de salut té alguns perills. Fixem-nos en un cas patent. Una persona recta que viu en un règim tirànic està en una situació que no és de benestar social. Se sobreentén que té un problema de salut? O fins i tot, se sobreentén que té una malaltia?

22 Cfr. M. F. Echavarría (2006). “La enfermedad psíquica (*aegritudo animalis*) según santo Tomás”. *Proceedings of the International Congress on Christian Humanism in the Third Millennium: The Perspective of Thomas Aquinas*. Ciutat del Vaticà: Pontificia Academia Sancti Thomae Aquinatis, 441- 453.

23 Cfr. D. Winnicott (1993). *La naturaleza humana*. Buenos Aires: Paidós, 40.

24 Cfr. Organització Mundial de la Salut (1946). *Constitució*. OMS: <https://www.who.int/es/about/governance/constitution>

Sempre cal tenir present el perill de la persecució política encoberta de política sanitària, que hi ha hagut en moltes circumstàncies històriques, com ara durant el període de terror en la revolució francesa²⁵ i en el règim soviètic²⁶, per exemple.

S'acostuma a considerar que el que s'oposa privativament a la salut és la malaltia. Tot i això, l'OMS defineix la malaltia d'aquesta manera: "Alteració i desviació de l'estat fisiològic en una o diverses parts del cos, per causes en general conegudes, manifestada per símptomes i signes característics, i l'evolució dels quals és més o menys previsible"²⁷. Aquí, clarament, la malaltia no inclou intrínsecament els aspectes psicològic i social en la definició. És una alteració de l'estat fisiològic o d'algunes parts del cos. Per més que la malaltia pugui tenir determinants psicosocials, aquest aspecte no s'inclou en la definició. I encara que la definició de l'OMS digui que salut és allò que no és només absència de malaltia, ens podem plantejar si no és lògic que salut i malaltia s'entenguin com a conceptes oposats. El que passa és que, amb la paraula *malaltia*, no s'està significat l'estat d'equilibri i ordre de l'estat fisiològic o de les parts del cos, que seria exactament el contrari, sinó un estat de plenitud completa de l'ésser humà.

És molt significatiu que la definició de salut de l'OMS sorprenentment s'assembli a una altra definició clàssica. Em refereixo a la definició de *felicitat* o *benaurança* (*beatitudo*, en llatí) del filòsof Severino Boecio (s. v-vi d.C.): "El estado perfecto por la reunión de todos los bienes"²⁸. Val la pena comparar les dues definicions. És patent que l'"estat perfecte" de Boecio és parangonable a l'"estat de complet benestar" de la definició de l'OMS. Es pot dubtar, i amb raó, que la noció actual de benestar (*wellbeing*) sigui completament idèntica a la de perfecció de la filosofia clàssica; però, si entenem *ben-estar* com el fet d'estar bé, és a dir, de manera completa, és difícil no entendre-ho com allò que clàssicament s'ha anomenat *perfecció*. Aquest estat implica, segons l'OMS, el benestar físic, mental i social complet. A la vegada, la "reunió de tots els béns" de què parla Boecio inclou els que sant Tomàs anomena els tres béns de l'home: béns exteriors, béns del cos i béns de l'ànima²⁹. Aquests tres béns es poden relacionar amb el benestar social, físic i mental, respectivament.

25 Per exemple, cfr. J. Postel (2000). "Del acontecimiento histórico al nacimiento del asilo". J. Postel i C. Quérel (Eds.). *Nueva historia de la psiquiatría*. Mèxic: FCE, 158-159.

26 Cfr. C. Koupernik (2000). "Rusia". Postel i Quérel. *Nueva historia de la psiquiatría*, 566-567.

27 Cito aquesta definició de manera ordinària, però no n'he trobat la referència original. Per exemple, a la pàgina web del National Cancer Institute, dels Estats Units: <https://www.cancer.gov/publications/dictionaries/cancer-terms/def/disease>

28 Boecio (1985). *La consolación de la filosofía*. Madrid: Sarpe, 93 (III, 2, 3).

29 Cfr. *Summa Theologiae*, II-II, q. 85, a. 3, ad 2.

De tot això, en traiem que, quan l'OMS defineix salut, més enllà de les paraules, la cosa mateixa que defineix és el que clàssicament s'ha anomenat *felicitat*, és a dir, la *beatitudo* dels llatins i l'*eudaimonia* d'Aristòtil. De fet, és molt suggeridor que, en els últims vint anys, especialment en el camp de l'actual *psicologia positiva* (*Positive Psychology*), s'hagi recuperat la paraula i el concepte d'*eudaimonia* per referir-se a l'estat de desenvolupament mental complet, i s'hagi associat també a termes emparentats com ara *wellbeing*, *happiness* i *flourishing*³⁰.

És evident que, per la seva metodologia i el seu abast, la ciència experimental no pot desenvolupar adequadament aquests conceptes, sinó que s'hi acosta d'una manera exterior i superficial. L'aportació d'aquests enfocaments depèn de si les dades es llegeixen a la llum d'una concepció més profunda, de tipus antropològic, tant des de la filosofia com des de la teologia.

4. El concepte de maduresa

El tercer concepte que ens interessa analitzar és el de *maduresa*. Per tot el que ja s'ha dit, segons alguna de les seves accepcions, tant la normalitat com la salut tenen significats que és més adequat relacionar amb la paraula *maduresa*, que a la vegada remet a la paraula *madur*. Hi ha dues accepcions d'aquesta paraula al diccionari de la RAE que són interessants per al nostre propòsit: “Dicho de una persona o de una cosa: Que ha alcanzado un estado de desarrollo adecuado para su realización, utilización o funcionamiento”; “Dicho de una persona: Que tiene la prudencia y sensatez propias de la persona adulta”³¹.

Analitzem aquestes dues accepcions. Quan parlem d'una persona, diem que algú és madur quan s'ha desenvolupat i ha completat un procés de realització. Aquest concepte de realització ens recorda a l'autorealització de la psicologia humanista i també al fet d'estar “próximo a ser aquello para lo cual se vino dotado al mundo”, que és com Winnicott definia la salut. També recorda a la realització de les pròpies potencialitats, parlant en termes aristotèlics. De fet, el que en català s'anomena *autorealització* en anglès és *self-actualization*, és a dir, actualització d'un mateix. Es refereix a un estat d'actualitat que es contraposa a la potencialitat. La pregunta que quedaria per fer és en què consisteix aquesta realització o actualització d'un mateix.

La segona accepció és tan interessant com la primera. Abans de res, m'agradaria parar atenció a l'expressió *persona adulta*. La persona adulta és madura. La paraula

30 Cfr. F. Ruiz-Fuster, A. Bernal-Martínez de Soria i M. F. Echavarría (2024). “Emotional Regulation and Arnold's Self-Ideal: A Way to Flourishing”. *Frontiers in Psychology*, 15, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1425850>

31 Real Academia Española (s.f.). *Diccionario*. <https://dle.rae.es/maduro>

adult/a ve del llatí *adultus/a*, que és el participi perfet passiu del verb *adulesco* o *adolesco*, que significa “créixer”. *Adultus* és, per tant, el que ha crescut. Cal diferenciar l’*adolescens* de l’*adultus*. *Adolescens* és el participi present del mateix verb, *adolesco*, i significa “el que està creixent” (i no, com es diu a vegades, algú que “adolece”). Adult o madur és, per tant, aquell que ha arribat a desenvolupar-se del tot. En aquest sentit, també hi està relacionat el concepte de perfecció. De fet, segons l’origen del terme, la paraula *perfectus* està composta de les paraules *per* i *facere*, i significa que alguna cosa ha arribat a la seva actualització a través d’un moviment o un procés. Per ser madur o perfecte cal haver arribat a la pròpia realització a través de la lenta recepció de la pròpia perfecció per mitjà del desenvolupament. Per això, segons l’etimologia del terme, Déu no és perfecte, sinó que des de l’eternitat és Acte pur, Perfecció sense límits. L’home, en canvi, abans de ser adult és adolescent, és algú que creix. Per tant, l’adolescència no és una anomalia, sinó un estat de moviment, de creixement cap a la maduresa. Un adolescent de quaranta anys no és un adolescent, sinó que és una persona atrofiada mentalment i moralment. Així doncs, l’adult és el punt de referència necessari de l’adolescent, ja que l’adultesa és l’objectiu final d’aquest moviment de creixement. Com que no hi ha res que passi de la potència a l’acte sense ser acte³², la presència formativa de l’adult és absolutament necessària per a l’adolescent i, en general, per al menor d’edat en creixement.

A més, en aquesta accepció de la paraula *maduresa* hi ha la idea que la persona madura té “prudència i sensatesa”. Si entenem aquestes paraules en el sentit clàssic, segons el qual signifiquen virtuts, trobem que el concepte de maduresa està relacionat amb el concepte de virtut.

5. Maduresa i virtut

Aquesta relació entre la maduresa i la virtut no ha passat desapercebuda per a la psicologia recent. De fet, és la intuïció que hi ha darrere de la proposta de Martin Seligman de desenvolupar una *psicologia positiva*. Seligman ho explica així:

Durante los últimos cincuenta años la psicología se ha dedicado a un único tema, la enfermedad mental, y los resultados han sido bastante buenos [...]. Pero este progreso se ha obtenido a un precio elevado. Parece ser que el alivio de los estados que hacen que la vida resulte espantosa ha relegado a un segundo plano el desarrollo de los estados que hacen que merezca la pena vivir. No obstante, las personas desean algo más que corregir sus debilidades. Quieren que la vida tenga sentido,

32 Cfr. Tomàs d’Aquino, *Summa Theologiae*, I, q. 2, a. 3, co.

y no solo dedicarse a ir tirando a trancas y a barrancas hasta el día de su muerte. [...] Ha llegado el momento de contar con una ciencia cuyo objetivo sea entender la emoción positiva, aumentar las fortalezas y las virtudes y ofrecer pautas para encontrar lo que Aristóteles denominó la “buena vida”³³.

Seligman va recuperar tant el concepte aristotèlic d'*eudaimonia* com el de virtut en l'àmbit de la psicologia. La seva proposta era investigar aquests temes amb la metodologia de la recerca de la psicologia actual. Això va suposar la recuperació d'un determinat marc antropològic que donava un espai important al lliure albir, que havia quedat desdibuixat durant dècades pel desenvolupament de la psicologia des de la psicopatologia. La proposta de Seligman ha provocat una allau de publicacions en aquesta línia en els últims vint anys i ha renovat el diàleg entre la psicologia i l'ètica de les virtuts. No obstant això, també han sortit a la llum debilitats de base del plantejament inicial. La primera és el relativisme, sobre el qual és impossible desenvolupar un concepte de virtut. En conseqüència, ens trobem amb una indefinició sobre el bé de l'home, que és nuclear per a la definició d'aquesta “bona vida” de què parlava Aristòtil³⁴. I, finalment, també amb una certa superficialitat, que és conseqüència necessària del fet d'enfocar-ho exclusivament amb aquesta metodologia, que moltes vegades porta a un optimisme simple.

Ara bé, tornem al concepte de virtut³⁵. La paraula *virtut* (*areté* en grec) ve del terme llatí *virtus*, l'arrel del qual és *vis*, que significa “força”. Els clàssics conceben les virtuts com a forces o excel·lències del caràcter (*ethos*), que fan que el caràcter s'ordini a l'operació perfecta (*ergon*), és a dir, a la realització del màxim potencial, una realització que passa a formar part de la manera de ser, de la personalitat, i que, per tant, té estabilitat perquè és un estat, no una mera situació passatgera. Les virtuts abracen totes les àrees de l'operació humana, perquè hi ha una virtut que regula cadascuna d'aquestes àrees: la *prudència*, el pensament pràctic; la *justícia*, la relació d'igualtat amb els altres; la *fortalesa*, la persistència a obrar bé tot i la por i les dificultats³⁶; la

33 M. E. P. Seligman (2003). *La auténtica felicidad*. Córdoba: Vergara, 11.

34 Cfr. B. Fowers (2012). “An Aristotelian framework for the human good”. *Journal of Theoretical and Philosophical Psychology*, 32(1), 10-23. <https://doi.org/10.1037/a0025820>

35 Sobre la relació de les virtuts en la psicologia positiva de Seligman amb la concepció de sant Tomàs d'Aquino, cfr. C. S. Titus (2017). “Aquinas, Seligman, and Positive Psychology: A Christian Approach to the Use of the Virtues in Psychology”. A *The Journal of Positive Psychology*, 12(5), 447-458, DOI: 10.1080/17439760.2016.1228005. Sobre l'actualitat de la concepció cristiana de les virtuts per a la psicologia actual, cfr. M. F. Echavarría i F. de los Bueis (eds.) (2023). *Virtud, psicología y salud mental. El aporte de la concepción cristiana de las virtudes a la psicología*. Madrid: Dykinson.

36 El concepte clàssic de *fortalesa* pot ser clau per a la interpretació de la noció psicològica de resiliència; cfr. C. S. Titus (2006). *Resilience and the Virtue of Fortitude: Aquinas in Dialogue with the Psychosocial Sciences*.

temprança, la moderació del desig. Aquestes quatre virtuts, anomenades cardinals, en realitat en sintetitzen moltes altres que també tenen els seus àmbits específics, com ara la *mansuetud*, que modera la ira; la *humilitat*, que regula l'amor propi; l'*eu-trapèlia*, que fa referència als jocs i l'ús del temps lliure; la *magnanimitat*, que és una mena de grandesa en les aspiracions morals; etc.

Ara bé, totes depenen radicalment de l'amor. Si ens moderem, si lluitem, si regulem els nostres afectes i conductes, és per quelcom que val la pena. I això que val la pena és el que estimem. Amb molta raó, sant Tomàs deia que l'amor és la causa per la qual fem tot el que fem³⁷. I sant Agustí redueix totes les virtuts, d'alguna manera, a l'amor de caritat³⁸. Per això l'Aquinate, com a autor cristià i deixeble de sant Agustí, també considera que la caritat és la més perfecta de les virtuts, fins i tot més que la fe i l'esperança, com deia sant Pau (1 Cor, 13-13). *Caritas* en llatí es fa servir per designar un amor molt valuós, que és especialment el que es té cap als amics. En el cristianisme, passa a designar la virtut per la qual s'estima Déu amb un amor d'amistat superlatiu i el proïsme, com a un mateix.

No és aquest el context per desenvolupar sistemàticament el tema de l'amor de caritat. En diré simplement un parell de coses que permetran entendre la importància de l'amor per a la maduresa personal. L'amor, com a moviment afectiu, explica tant l'ordre com el desordre de la vida personal: no n'hi ha prou d'estimar, cal estimar bé. Ningú és madur si, abans de tot, no pot estimar una altra persona com a ell mateix, és a dir, amb amor d'amistat. Amistat és estimar l'altre, no per a un mateix, sinó perquè arribi a ser ell mateix. Josef Pieper, el cèlebre filòsof tomista, deia que l'amor és una mena d'afirmació afectiva de l'altre, és dir-li d'alguna manera: "Que bé que existeixis"³⁹.

Washington DC: Catholic University of America Press. Sobre l'actualitat del tema de la resiliència, cfr. M. Kazmierczak, M. Signes i C. Carreira (eds.) (2023). *Aproximaciones interdisciplinares a la resiliencia en la sociedad del siglo XXI*. Madrid: Dykinson; L. Amado Luz (2018). *Construir la resiliencia en la universidad*. Madrid: CEU Ediciones.

37 Cfr. *Summa Theologiae*, I-II, q. 28, a. 6.

38 Cfr. S. Agustí (1975). "Sobre las costumbres de la Iglesia católica", c. 15. *Obras de San Agustín*. Madrid: La Editorial Católica, 254-255: "Como la virtud es el camino que conduce a la verdadera felicidad, su definición no es otra que un perfecto amor a Dios. Su cuádruple división no expresa más que varios afectos de un mismo amor, y por eso no dudo en definir estas cuatro virtudes –que ojalá estén tan arraigadas en los corazones como sus nombres en las bocas de todos– como distintas funciones del amor. La templanza es el amor que totalmente se entrega al objeto amado; la fortaleza es el amor que todo lo soporta por el objeto de sus amores; la justicia es el amor únicamente esclavo de su amado y que ejerce, por lo tanto, señorío conforme a la razón; finalmente, la prudencia es el amor que con sagacidad y sabiduría elige los medios de defensa contra toda clase de obstáculos".

39 J. Pieper (2017). *Las virtudes fundamentales*. Madrid: Rialp, 303: "Amar algo o a alguna persona significa dar por 'bueno', llamar 'bueno' a ese algo o a ese alguien. Ponerse de cara a él y decirle: 'Es bueno que existas, es bueno que estés en el mundo'".

Això ens porta a un altre aspecte de la maduresa, vinculat amb la plenitud interior i amb l'amor: la *generativitat*. El psicoanalista Erich Fromm es referia a la personalitat madura amb l'expressió "orientació productiva" de la personalitat⁴⁰ per les seves arrels neomarxistes, que li feien veure l'actualització de l'ésser humà des de la categoria de *producció*. Des del meu punt de vista, és més adequat parlar de *fecunditat*, *fertilitat* o *generativitat*. Així com un organisme viu és madur en la mesura que és capaç d'engendrar un altre ésser viu semblant, això també passa en l'ordre de la vida personal. Una personalitat madura es caracteritza per comunicar vida, una vida que radica en la plenitud de la interioritat. Una persona humana pot engendrar biològicament, però també està cridada a una plenitud que li permeti engendrar espiritualment. Per això, sant Tomàs diu que la finalitat del matrimoni no és només la generació de la prole, sinó la seva "conducción y promoción al estado perfecto del hombre en cuanto hombre, que es el estado de virtud"⁴¹.

Finalment, i per aquest mateix motiu, l'amor madur implica l'autodonació, que no és res més que un cert oblit d'un mateix per entregar-se a la persona estimada. Per això, sant Tomàs, seguint el Pseudo-Dionisio Areopagita, deia que l'amor produeix èxtasi, sortida d'un mateix⁴². I Frankl explicava, influït per Adler, que molts trastorns neuròtics depenen de la hiperreflexió, és a dir, d'un egocentrisme que impedeix a la persona transcendir-se a si mateixa⁴³. Sant Tomàs explica que la sortida d'un mateix es produeix en qualsevol amistat de debò, tot i que de manera incompleta, ja que cap ésser humà s'ordena a un altre ésser humà segons tot el que hi ha dins seu⁴⁴. L'amor d'amistat humà està regulat per l'amor a si mateix, que és com la seva mesura. Només amb l'amor cap a Déu, que n'és la causa radical i el fi últim, l'home s'ordena segons tot el que té a dins. Això és el nucli de l'amor de caritat, que inclou i ordena tots els amors i totes les virtuts, i així porta la maduresa més enllà del que cap ciència humana pot preveure ni calcular: "transcendeix tota ciència", com diu sant Joan de la Creu.

40 Cfr. E. Fromm (1990). *Man for Himself. An Inquiry into the Psychology of Ethics*. Nova York: Holt, 82-96.

41 Cfr. Tomàs d'Aquino, *Scriptum super Sententiis*, IV, dist.26, q.1, a.1. Per desenvolupar una filosofia de l'educació a partir d'aquesta definició, cfr. E. Martínez García (2002). *Persona y educación en santo Tomás de Aquino*. Madrid: Fundación Universitaria Española.

42 *Summa Theologiae*, I-II, q. 28, a. 3.

43 Cfr. Frankl. *La idea psicològica del hombre*, 30-33.

44 Cfr. *Super De divinis nominibus expositio*, c. IV, l. 10. D'aquesta obra, veure'n la traducció excellent d'A. Mini, editada per E. Martínez i L. Prieto: S. Tomàs d'Aquino (2023). *Comentario al libro Sobre los nombres divinos de Dionisio*. Pamplona: EUNSA.

Salud, normalidad y madurez desde una perspectiva antropológica

Martín F. Echavarría
Catedrático de Psicología General
Universitat Abat Oliba CEU

Universitat Abat Oliba CEU

1. Necesidad de una fundamentación antropológica de la psicología

El corazón de cada persona es un misterio que hunde sus raíces en su espiritualidad y su destinación trascendente. Santo Tomás de Aquino decía que la persona es “*perfectissimum in tota natura*” (*Summa Theologiae*, I, q. 29, a. 3, co), lo más perfecto y digno que hay en toda la naturaleza. Ninguna ciencia puede agotar con su metodología el conocimiento de la persona. Es necesario acercarse a su estudio con humildad y respeto. Es necesaria también una concepción profunda e integral de la persona humana. Esto es especialmente importante para quienes nos dedicamos a la psicología.

El célebre psicoterapeuta Viktor Frankl decía, con razón, que detrás de cada psicoterapia hay una antropología. Estas son sus palabras:

[...] de hecho, toda Psicoterapia se hace su Antropología –sin excluir el Psicoanálisis–: nada menos que el psicoanalista Paul Schilder es quien ha reconocido que el Psicoanálisis es una “visión de la realidad”. Mi opinión personal es que toda Psicoterapia se basa en premisas antropológicas, a no ser que el psicoterapeuta no se haya hecho consciente de ello, en cuyo caso se apoya en implicaciones antropológicas. Lo cual es aún más grave [...]¹.

Lo que dice Frankl sobre la psicoterapia vale también para la psicología en general. Pero, con frecuencia, esa antropología en la que se basan la psicología y la psicoterapia es reduccionista y no hace justicia a la profundidad de la persona. San Juan Pablo II lo señalaba en una alocución a los miembros de la Rota Romana, advirtiendo a los jueces que no deben dejarse sugestionar por psicologías basadas en insuficientes presupuestos antropológicos:

Ese peligro no es solamente hipotético, si consideramos que la visión antropológica, a partir de la cual se mueven muchas corrientes en el campo de la ciencia psicológica en el mundo moderno, es decididamente, en su conjunto, irreconciliable con los elementos esenciales de la antropología cristiana, porque se cierra a los valores y significados que trascienden al dato inmanente y que permiten al hombre orientarse hacia el amor de Dios y del prójimo como a su última vocación.

1 V. E. Frankl (1999). *La idea psicológica del hombre*. Madrid: Rialp, 130.

Esta cerrazón es irreconciliable con la visión cristiana que considera al hombre un ser “creado a imagen de Dios, capaz de conocer y amar a su propio Creador” (GS, n. 12) y al mismo tiempo dividido en sí mismo (cfr. *ibid.*, n. 10). En cambio, esas corrientes psicológicas parten de la idea pesimista según la cual el hombre no podría concebir otras aspiraciones que aquellas impuestas por sus impulsos, o por condicionamientos sociales; o, al contrario, de la idea exageradamente optimista según la cual el hombre tendría en sí y podría alcanzar por sí mismo su propia realización².

El hombre se orienta hacia Dios por medio de la virtud de la caridad, y cualquier antropología que haga imposible la vocación de la persona humana al amor de Dios y del prójimo es incompleta y deficiente. El hombre tiene, para decirlo con Pascal, tanto grandeza como miseria³. La grandeza del hombre consiste en su carácter de imagen de Dios. Su miseria, en el *status naturae lapsae*, el estado de naturaleza caída, que lo divide interiormente. El hombre es persona, por lo tanto, un ser dotado de interioridad, inteligencia y libertad, hecho a imagen de Dios y elevado por la gracia a la filiación divina. Pero también es un ser escindido interiormente, afectado profundamente por el misterio de la caída desde su condición originaria.

Hay dos líneas en las antropologías secularistas: la que enfatiza su grandeza, aunque desconectada de Dios, y la que enfatiza su miseria. Con facilidad podemos ubicar a importantes autores y escuelas de la psicología contemporánea en estas dos líneas, la del pesimismo y la del optimismo antropológico. Chesterton decía que pesimismo y optimismo son eufemismos para referirse a los dos grandes pecados contra la virtud teologal de la esperanza: la desesperación y la presunción⁴. Una visión antropológica integral no debe descuidar ni la grandeza ni la miseria del hombre. No es ni pesimista, ni optimista, sino esperanzada.

En la posición pesimista, “según la cual el hombre no podría concebir otras aspiraciones que aquellas impuestas por sus impulsos, o por condicionamientos sociales”, tenemos claramente al psicoanálisis freudiano y de quienes interpretan el psicoanálisis en línea determinista, así como el culturalismo y otras formas de determinismo social. En la posición optimista, que sostiene “la idea

2 Juan Pablo II (1987). “La incapacidad psíquica y las declaraciones de nulidad matrimonial. Discurso al tribunal de la Rota Romana”. *Acta Apostolicae Sedis*, LXXIX, 1453-1459.

3 Cfr. B. Pascal (1993). *Pensamientos*. Barcelona: España, 50: “121 (418-328) Es demasiado peligroso hacer ver al hombre hasta qué punto es semejante a las bestias, sin mostrarle su grandeza. Y es igualmente demasiado peligroso hacerle ver su grandeza sin su miseria”; cfr. Francisco (2023). “Carta Apostólica *Sublimitas et miseria hominis*, en el cuarto centenario del nacimiento de Blaise Pascal”. Santa Sede: https://www.vatican.va/content/francesco/es/apost_letters/documents/20230619-sublimitas-et-miseria-hominis.html

4 Cfr. C. K. Chesterton (2003). *Autobiografía*. Barcelona: Acantilado, 377-378.

exageradamente optimista según la cual el hombre tendría en sí y podría alcanzar por sí mismo su propia realización”, tenemos a gran parte de los psicólogos humanistas y de los cognitivo-conductuales.

La psicología, entendida como ciencia empírica, no puede darnos por ella misma esa imagen completa del ser humano. Cuando intenta hacerlo autónomamente cae en el reduccionismo. Por ello necesita recurrir a un conocimiento más profundo y sapiencial, que es el de la filosofía y la teología.

Varios autores en la historia de la psicología, como Allers, Lersch, Frankl, Arnold, Rychlak, o May, entre muchos otros⁵, han insistido sobre la necesidad de que la psicología se abra a una fundamentación filosófica. Sobre la teología, se ha dicho muy poco, aunque es igualmente importante para una concepción integral⁶.

Para poder comprender de qué manera los conocimientos de la psicología empírica pueden abrirse a una razón metafísica y teológica, es necesario tener una concepción integrada y orgánica del saber. Según la Constitución Apostólica *Ex corde Ecclesiae* (16), el documento de san Juan Pablo II que se refiere a las universidades católicas, “en una universidad católica la investigación abarca necesariamente: a) la consecución de una integración del saber; b) el diálogo entre fe y razón; c) una preocupación ética, y d) una perspectiva teológica”⁷.

Respecto de lo primero, san Juan Pablo II escribía allí mismo:

Guiados por las aportaciones específicas de la filosofía y de la teología, los estudios universitarios se esforzarán constantemente en determinar el lugar correspondiente y el sentido de cada una de las diversas disciplinas en el marco de una visión de la persona humana y del mundo iluminada por el Evangelio y, consiguientemente, por la fe en Cristo-Logos, como centro de la creación y de la historia.

5 R. Allers (1950). *Naturaleza y educación del carácter*. Barcelona: Labor; Ph. Lersch (1956). *Aufbau der Person*. München: J.A. Barth; V. E. Frankl (1990). *El hombre doliente. Fundamentos antropológicos de la psicoterapia*. Barcelona: Herder; Arnold, M. B. (1977). *Psychology and the Image of Man. Religious Education*, 54, 30-36; Rychlak, J. E. (1977). *The Psychology of Rigorous Humanism*. New York: John Wiley & Sons; R. May (1985). *La psicología y el dilema del hombre*. Buenos Aires: Gedisa.

6 Cfr. I. Andereggen y Z. Seligman (1997). *La psicología ante la gracia*. EDUCA: Buenos Aires; P. C. Vitz, W. J. Nordling y C. S. Titus (2020). *A Catholic Christian Meta-Model of the Person. Integration with Psychology and Mental Practice*. Sterlin (VA): Divine Mercy University Press; J. D. A. Juanola (2021). “Psicología y espiritualidad: ¿aceptar o superar la condición humana?”. En M. Lafuente Gil, M. Álvarez Segura y M. F. Echavarría (eds.). *Antropología y ciencias de la salud mental*. Madrid: Dykinson, 269-281.

7 Juan Pablo II (1990). “Constitución Apostólica *Ex corde Ecclesiae*, sobre las universidades católicas”. Santa Sede: https://www.vatican.va/content/john-paul-ii/es/apost_constitutions/documents/hf_jp-ii_apc_15081990_ex-corde-ecclesiae.html

Es una concepción jerárquica del saber, en la que los conocimientos científicos son coronados e iluminados por la sabiduría. No se trata de confundir objetos, ni de extrapolar enunciados, sino de comprender que las verdades parciales convergen hacia la Verdad primera. Aquí, la teología juega un papel esencial, a tal punto que san Juan Pablo II afirma que toda universidad católica debería tener una facultad o, al menos, una cátedra de teología.

Esto es especialmente importante para la psicología. La metodología de investigación que se usa en la psicología no puede dar sino un conocimiento exterior y fragmentario del ser humano. De ninguna manera puede llevar a conocer al hombre interior en su profundidad y de manera completa.

2. Normalidad, salud y madurez

Lo dicho hasta aquí se aplica especialmente al conocimiento de la plenitud humana, que es abordada en psicología con los nombres de *normalidad*, *salud* y *madurez*. Me propongo, por ello, encarar aquí este tema tan central, especialmente para la práctica de la psicología, desde una perspectiva antropológica integral. Que la perspectiva meramente empírica es insuficiente en este tema lo expresaba con estas palabras Gordon Allport, el padre de la psicología de la personalidad:

[...] para que podamos afirmar que una persona es *mentalmente sana, normal y madura*, debemos saber qué son la salud, la normalidad y la madurez. La psicología por sí sola no puede decírnoslo. Está implicado hasta cierto punto el juicio ético⁸.

Salud, normalidad y madurez remiten a algún tipo de deber ser y, en última instancia, a la ética, dice Allport. A su vez, se puede agregar, los criterios éticos dependen de la concepción del ser humano que tengamos porque el deber ser se apoya sobre el ser. Examinemos, pues, estos tres conceptos –salud, normalidad y madurez– comenzando por el de normalidad. Las palabras *normalidad* y *anormalidad* son muy usadas en el ámbito de la psicología y de la psiquiatría, pero no es frecuente que nos preguntemos por su significado. De hecho, a veces se usan casi como sinónimos, como en el pasaje de Allport, aunque de por sí pueden significar conceptos diversos.

Kurt Schneider, un gran teórico de la psiquiatría, quien además se doctoró en filosofía con una tesis dirigida por Max Scheler, es uno de los pocos que han

8 G. W. Allport (1966). *La personalidad. Su configuración y su desarrollo*. Barcelona: Herder, 329.

abordado la cuestión sistemáticamente tratando de definir lo que en aquel tiempo se llamaba personalidad psicopática, que corresponde, en líneas generales, a lo que hoy se llama trastorno de la personalidad. Dice Schneider que las personalidades psicopáticas son aquellas que, a causa de su anormalidad, sufren o hacen sufrir a la sociedad⁹. Schneider sostiene que, en esta definición, el concepto clave es el de *anormalidad*, y pretende, por eso, definirlo adecuadamente. Según Schneider, habría dos maneras de definir los conceptos de normalidad y anormalidad, el criterio valorativo y el criterio estadístico:

Hay dos clases de conceptos de normalidad, según se adopte la norma del término medio o la norma del valor. Normal, en el sentido de la norma del término medio, es, precisamente, el término medio. Normal, en el sentido de la norma del valor, es lo que corresponde al ideal subjetivo personal: el hombre normal es, para uno, Goethe; para otro, Bismarck; para un tercero, san Francisco. En el sentido de la norma del término medio, puramente cuantitativa, es anormal lo que se aparte de dicho término medio, de lo ordinario y frecuente. En la identificación de lo excepcional, extraordinario e infrecuente no interviene ninguna apreciación del valor. En el sentido de la norma del valor, es anormal lo que se oponga a la imagen ideal. Esta está determinada por la jerarquía ideológica personal de los valores¹⁰.

El criterio valorativo sería inasumible para la psiquiatría. En efecto, siendo esta una ciencia, debería prescindir de toda valoración y atenerse a los hechos. Por eso, Schneider aboga por un concepto estadístico de normalidad. Normal sería lo que corresponde a la media estadística. Así lo explica Schneider:

Desde ahora, y en atención al concepto de normalidad media, definimos las personalidades anormales del modo siguiente: *Las personalidades anormales son variaciones, desviaciones, de un campo medio, imaginado por nosotros, pero no exactamente determinable, de las personalidades.*

Desviaciones hacia el más o hacia el menos, hacia arriba o hacia abajo. Es indiferente, pues, que estas desviaciones de la normalidad media correspondan a valores positivos o negativos en el aspecto ético o social. Partiendo de esta normalidad media, es exactamente tan anormal el santo o el gran poeta como el criminal desalmado; los tres caen fuera del término medio de las personalidades¹¹.

9 K. Schneider (1962). *Las personalidades psicopáticas*. Barcelona: Editorial Científico-Médica, 26.

10 Schneider. *Las personalidades psicopáticas*, 26.

11 Schneider. *Las personalidades psicopáticas*, 26-27.

Estas afirmaciones de Schneider, por cuanto suenen chocantes, pueden parecer quizás aceptables en la medida en que pretenden mantener la neutralidad axiológica de la ciencia. Sin embargo, se manifiestan problemáticas desde muchos puntos de vista. La primera tiene que ver con su propia definición de personalidad psicopática. Si esta es aquella que a causa de su anormalidad sufre o hace sufrir, de aquí se seguiría que tal sufrimiento derivaría de su anormalidad estadística, lo cual resulta, como mínimo, curioso. Él mismo reconoce, por otro lado, que, a pesar de lo dicho, su propia concepción implica una valoración: la de que es mejor no sufrir o no hacer sufrir que sufrir o hacer sufrir¹².

Además de esto, se podría observar que, si bien una ciencia matematizada es ajena metodológicamente a los valores, es decir, al juicio sobre lo bueno y lo malo (*"in mathematicis non est bonum"*)¹³, esto es más problemático para un saber práctico, o incluso técnico¹⁴. Tanto en la medicina como en la psicología clínica, como en las otras ciencias de la salud, se trata de detectar algo que se considera como un mal y de sanarlo, es decir, de conducir a la persona a otro estado que se considera mejor. Esto no se puede hacer sin un juicio sobre lo bueno o lo malo en cada ámbito de que se trate. Si el santo o el gran poeta son anormales, ¿qué hay que hacer en la práctica? ¿Someter al santo a psicoterapia para que se parezca al hombre medio de las grandes ciudades? ¿Tendríamos que intentar, por ejemplo, que una santa Teresa de Calcuta, cuyo modo de ser está muy lejos del de la media de cualquier población, se compre una televisión de plasma y use Netflix? Es evidente que aquí hay un problema que exige ir más allá de lo que la formalización estadística de los datos permite conocer.

Por este motivo, el también psiquiatra y filósofo Rudolf Allers decía lo siguiente:

Supongamos que en un país hubiera 999 hombres afectados por la tuberculosis y solo uno que no estuviera enfermo. ¿Se podría concluir que el "hombre normal" es aquel cuyos pulmones están carcomidos por la enfermedad? Lo *normal* no se confunde con la *media*¹⁵.

12 Cfr. K. Schneider (1997). *Psicopatología clínica*. Madrid: Fundación Archivos de Neurobiología, 41-42: "Ya el mero hecho de que la segunda parte de nuestra definición de psicópata esté formada de acuerdo con un punto de vista (sociológicamente) valorativo que es muy relativo veda su empleo puramente psicológico".

13 Cfr. Tomás de Aquino. *Summa Theologiae*, I, q. 5, a. 3, arg. 4.

14 Cfr. Aristóteles (1994). *Metafísica*. Madrid: Gredos, 134 (l. III, c. 2, 996a 29ss): "[...] en las cosas inmóviles no parece posible que haya tal principio ni Bien en sí alguno. Por eso en las matemáticas nada se demuestra recurriendo a tal causa, ni hay demostración alguna 'porque así es mejor o peor', sino que nadie se acuerda en absoluto de ninguna de tales causas, y precisamente por ello algunos sofistas –como Aristipo– las menosprecian: y es que en las demás artes y oficios, como en la construcción y en la zapatería, todo se dice 'porque así es mejor o peor', pero las matemáticas no hacen razonamiento alguno acerca de bienes y males".

15 R. Allers (1999). "El amor y el instinto. Estudio psicológico". En Andereggen y Seligman, 324. Cfr. R. Allers, *Reflexiones sobre la patología del conflicto*, en Andereggen y Seligman, 292: "La medicina, tratando a un

Aunque cada uno pueda opinar de manera distinta acerca de los valores (o mejor, de lo que es bueno), hay una realidad que se puede descubrir si usamos rectamente nuestra razón y si hacemos las elecciones adecuadas de modo de estar dispuestos subjetivamente de acuerdo con la jerarquía objetiva de valores. Sobre estos temas habrá necesariamente debate, pero el debate es algo propio del carácter racional del ser humano y, por lo tanto, algo bueno, no algo de lo que se deba huir.

Otra cuestión es determinar qué es lo normal. Para un gran teórico de los trastornos de la personalidad como Millon, lo normal implica tener *rasgos adaptativos*¹⁶. Esta expresión, que es muy común en la práctica clínica, es más problemática de lo que parece. Supone una premisa antropológica tácita, venida del reduccionismo biologista, según la cual todas las capacidades de un viviente, también del hombre, no tendrían otro sentido que la adaptación al medio ambiente. Los límites de esta perspectiva se ponen de manifiesto cuando la exponemos a ejemplos límite. ¿Qué era lo adaptativo en la Alemania del III Reich? ¿Adaptarse es siempre lo mejor para un ser humano?

Como enseñaba Francisco Canals Vidal, en línea con Aristóteles y con el Aquinate, el hombre no obra solo desde la indigencia, sino también desde la plenitud¹⁷. Algo semejante sostenía también Gordon Allport, que por este motivo elimina la adaptación de su definición definitiva del concepto de personalidad¹⁸; también encontramos afirmaciones en esta línea en el eminente psicólogo de la personalidad Joseph Nuttin¹⁹. Cuando realizamos conductas dirigidas a conseguir alimento o protección, por ejemplo, obramos desde la indigencia. Pero cuando comunicamos una perfección que ya tenemos, obramos desde la plenitud. Un ejemplo de ello, adecuado a nuestro contexto, es el acto de enseñar. Aunque, circunstancialmente, el enseñar sea un acto que se pueda conectar con la búsqueda de satisfacer una necesidad, en sí mismo, el acto de enseñar es un acto que consiste, no en adaptarse, ni en equilibrarse, ni en satisfacer cualquier otra

enfermo, no tiene solamente la intención de liberarlo de sus sufrimientos y de hacerle capaz de ganarse la vida; quiere también y sobre todo restaurar el estado 'normal', porque sabe que lo 'normal' es lo que 'debe' ser. [...] La medicina no puede más que aceptar, sea inconscientemente, sea incluso contra su voluntad, la idea de un *ordo* más allá de los hechos, un estado de cosas que no existe siempre pero que *debe* existir y cuya realización solo constituye el estado 'normal'".

16 T. Millon y G. S. Everly (1994). *La personalidad y sus trastornos*. Barcelona: Martínez Roca, 20.

17 Cfr. F. Canals Vidal (2016). "El logos, ¿indigencia o plenitud?", en *Obras completas*. Barcelona: Editorial Balmes, 13-248.

18 Cfr. C. S. Hall y G. Lindszey (1980). *La teoría personalística*. Allport. Buenos Aires: Paidós, 17.

19 Cfr. J. Nuttin (1982). *Teoría de la motivación humana*. Barcelona: Paidós.

necesidad, sino en comunicar el saber tenido, que es una perfección. Y esa perfección es un gran bien, un bien común, el bien común de cualquier comunidad académica. La vida académica no se centra ni en el alumno, ni en el profesor, sino en la *verdad*, que da sentido a la actividad académica de ambos. Por eso, al comunicarla, quien la tiene no la pierde. Y, al recibirla uno, no le quita nada de lo que recibe el otro, a diferencia de lo que sucede cuando se reparte un bien material, que viene a saciar una indigencia, como un pastel. Por eso, de por sí la cantidad de sujetos que podrían participar de ese bien es infinito. En consecuencia, aunque en determinadas circunstancias se cobre por enseñar, eso que se cobra no es estrictamente un salario, sino honorarios. Los honorarios son una retribución simbólica por un servicio que, de por sí, es impagable materialmente.

Dicho de otra manera, aunque a un cierto nivel lo normal pueda tener que ver con la adaptación, la normalidad completa tiene que ver con la plenitud, especialmente cuando este concepto tiende a acercarse al de madurez.

Evidentemente, el concepto de normalidad es polisémico. Además de la normalidad estadística y la normalidad de plenitud, tenemos otra serie de normalidades parciales: la del funcionamiento correcto de los órganos y facultades, aunque estas no se lleven a la máxima actualidad posible; o la normalidad relativa según la edad, ya que lo que cae dentro de la normalidad en una edad puede ser anormal en otra. Llorar por el dolor físico del hambre, llegada la hora de comer, es normal para el bebé, pero no para una persona de 30 años. Pero, incluso en cada uno de estos significados, se está hablando de lograr un cierto grado de perfección.

3. Salud y felicidad

Pasemos al concepto de salud. Este concepto es fundamental para la medicina y para las otras ciencias de la salud, y es muy importante también para la psicología clínica. Para los clásicos, como santo Tomás, la salud es una disposición del organismo –para los antiguos, de los humores– que lo hace apto para vivir y para ejercer las operaciones vitales. Estos autores antiguos no ignoraban que había condiciones psicosociales de la salud y que esta no dependía solo de factores físicos, pero, no obstante, la hacían consistir esencialmente en un equilibrio del cuerpo. Entre los autores contemporáneos en el campo de la salud mental, Schneider se atiene a un criterio semejante²⁰. A la salud contraponían la enfermedad, que consistía en una inadecuada disposición del organismo, por causas

20 Cfr. Schneider. *Psicopatología clínica*, 25-40.

puramente orgánicas, o también psicosociales²¹. Era frecuente también una extensión analógica de este concepto, y así se hablaba de salud y enfermedad psíquica (*animalis*)²², o moral y espiritual. Al hacer esta extensión del concepto fuera del ámbito corporal, estos autores no concebían que salud y enfermedad se predicaran unívocamente de todas estas realidades, sino según algún tipo de analogía, cuyo primer modelo era la enfermedad corporal.

Aunque esta manera de entender las cosas se sostenga también hoy, hay autores que elevan el concepto de salud a un nivel distinto. El célebre psicoanalista y pediatra Donald Winnicott, por ejemplo, en un libro que lleva el sugerente título de *La naturaleza humana*, dice que “sanos” son aquellos que “se hallan más próximos a ser aquello para lo cual vinieron dotados al mundo”²³. Esta definición acerca claramente el concepto de salud al de madurez o perfección humana integral.

Algo semejante sucede con la definición de salud de la constitución de la OMS. Primeramente, me parece importante señalar que no debe darse por descontado que esta sea la definición de salud que deba considerarse a priori la mejor. La OMS es una organización política, y la definición de una organización política, aunque se trate de política sanitaria, no debe ser necesariamente la que adopten los científicos y especialistas. Corresponde al foro académico el ocuparse de este tipo de definiciones. En todo caso, esta organización define la salud de la siguiente manera en su constitución de 1946: “La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”²⁴. Esta definición suele ser considerada como muy completa por su enfoque holístico, ya que no se limita a los aspectos corporales, sino que abarca los aspectos psicosociales, y no es el mero contrario del concepto de enfermedad, sino que implica una plenitud.

Es claro que una comprensión integral de la salud debe incluir las consideraciones psicológicas y sociales. Sin embargo, hay que distinguir: ¿son el bienestar psicológico y social aspectos de un concepto unívoco de salud?, ¿o, más bien, la salud se predica de estas tres formas de bienestar de manera análoga? El hombre es una unidad, y todo está relacionado, pero no por eso todo es lo mismo.

21 Cfr. M. F. Echavarría (2008). “Las enfermedades mentales según Tomás de Aquino (I). Sobre el concepto de enfermedad”. *Studia Mediaevalia*, 1(1), 91-116.

22 Cfr. M. F. Echavarría (2006). “La enfermedad psíquica (*aegritudo animalis*) según santo Tomás”. *Proceedings of the International Congress on Christian Humanism in the Third Millennium: The Perspective of Thomas Aquinas*. Vatican City: Pontificia Academia Sancti Thomae Aquinatis, 441- 453.

23 Cfr. D. Winnicott (1993). *La naturaleza humana*. Buenos Aires: Paidós, 40.

24 Cfr. Organización Mundial de la Salud (1946). *Constitución*. OMS: <https://www.who.int/es/about/governance/constitution>

Aunque el bienestar en cada uno de estos tres ámbitos sea importantísimo para el bien integral del hombre, incluirlos a los tres en un concepto unívoco de salud tiene sus peligros. Pongamos un caso patente. Una persona recta que vive en un régimen tiránico está en una situación que no es de bienestar social. ¿Se sigue que tiene un problema de salud? Aún más, ¿una enfermedad? Tenemos que tener presente siempre el peligro de la persecución política encubierta de política sanitaria, que se dio en muchas circunstancias históricas, como durante el período del terror en la revolución francesa²⁵ y en el régimen soviético²⁶, por ejemplo.

Suele considerarse que lo que se opone privativamente a la salud es la enfermedad. Sin embargo, la OMS define así la enfermedad: “Alteración y desviación del estado fisiológico en una o varias partes del cuerpo, por causas en general conocidas, manifestada por síntomas y signos característicos, y cuya evolución es más o menos previsible”²⁷. Aquí, claramente, la enfermedad no incluye intrínsecamente en su definición los aspectos psicológico y social. Es una alteración del estado fisiológico o de partes del cuerpo. Por más que esta enfermedad pudiera tener determinantes psicosociales, este aspecto no se incluye en la definición. Aunque la definición de la OMS dice que entienden por salud algo que no es mera ausencia de enfermedad, nos podemos preguntar si no es lógico que salud y enfermedad se entiendan como conceptos opuestos. Lo que sucede es que, con el nombre de *enfermedad*, no se está significando el estado de equilibrio y orden del estado fisiológico o de las partes del cuerpo, que sería exactamente el opuesto de la enfermedad, sino un estado de plenitud completa del ser humano.

Es muy significativo que la definición de salud de la OMS se parezca sorprendentemente a otra definición clásica. Me refiero a la definición de *felicidad* o *bienaventuranza* (*beatitudo*, en latín) del filósofo Severino Boecio (s. v-vi d.C.): “El estado perfecto por la reunión de todos los bienes”²⁸. Comparemos ambas definiciones. Es patente que “el estado perfecto” de Boecio es parangonable al “estado de completo bienestar” de la definición de la OMS. Se puede dudar, con razón, que la noción actual de bienestar (*wellbeing*) sea completamente idéntica a la de perfección de la filosofía clásica; pero, si se toma *bien-estar* como el estar bien, y esto de manera completa, es difícil no entender esto como lo que clásicamente se ha

25 Por ejemplo, cfr. J. Postel (2000). “Del acontecimiento histórico al nacimiento del asilo”. J. Postel y C. Quérel (Eds.). *Nueva historia de la psiquiatría*. México: FCE, 158-159.

26 Cfr. C. Koupernik (2000). “Rusia”. Postel y Quérel. *Nueva historia de la psiquiatría*, 566-567.

27 Esta definición es citada ordinariamente, aunque no he encontrado la referencia original. Por ejemplo, en la página web del National Cancer Institute, de Estados Unidos: <https://www.cancer.gov/publications/dictionaries/cancer-terms/def/disease>

28 Boecio (1985). *La consolación de la filosofía*. Madrid: Sarpe, 93 (III, 2, 3).

llamado *perfección*. Ese estado implica, según la OMS, el completo bienestar físico, mental y social. A su vez, la “reunión de todos los bienes” de la que habla Boecio, incluye los que santo Tomás llama los tres bienes del hombre: bienes exteriores, bienes del cuerpo y bienes del alma²⁹. Estos tres bienes pueden, respectivamente, relacionarse con el bienestar social, físico y mental.

De todo esto se sigue que, cuando la OMS define la salud, más allá de las palabras, la cosa misma que está definiendo es lo que clásicamente se ha llamado *felicidad*, es decir, la *beatitudo* de los latinos y la *eudaimonía* de Aristóteles. De hecho, es muy sugerente que, en los últimos veinte años, especialmente en el campo de la hoy llamada *psicología positiva* (*Positive Psychology*), se haya recuperado la palabra y el concepto de *eudaimonía* para referirse al estado de completo desarrollo mental, asociándolo también a términos emparentados como *well-being*, *happiness* y *flourishing*³⁰.

Es evidente que, por su método y alcance, la ciencia experimental no puede desarrollar adecuadamente estos conceptos, sino acercarse a ellos de una manera exterior y superficial. El aporte que estos enfoques puedan traer depende de que los datos se lean a la luz de una concepción más profunda, de tipo antropológico, tanto desde la filosofía como desde la teología.

4. El concepto de madurez

El tercer concepto que nos interesa analizar es el de *madurez*. Por lo ya dicho, según alguna de sus acepciones, tanto la normalidad como la salud significan algo para lo que puede ser más adecuada la palabra *madurez*. Esta, a su vez, remite a la palabra *maduro*. Hay dos acepciones de esta palabra en el diccionario de la RAE que nos parecen interesantes para nuestro propósito: “Dicho de una persona o de una cosa: Que ha alcanzado un estado de desarrollo adecuado para su realización, utilización o funcionamiento”; “Dicho de una persona: Que tiene la prudencia y sensatez propias de la persona adulta”³¹.

Analicemos estas dos acepciones. Cuando hablamos sobre una persona, se dice que alguien es maduro cuando se ha desarrollado hasta el punto de su realización. Este concepto de realización nos recuerda la autorrealización de

29 Cfr. *Summa Theologiae*, II-II, q. 85, a. 3, ad 2.

30 Cfr. F. Ruiz-Fuster, A. Bernal-Martínez de Soria y M. F. Echavarría (2024). “Emotional Regulation and Arnold’s Self-Ideal: A Way to Flourishing”. *Frontiers in Psychology*, 15, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1425850>

31 Real Academia Española (s.f.). *Diccionario*. <https://dle.rae.es/maduro>

la psicología humanista y también aquel estar “próximo a ser aquello para lo cual se vino dotado al mundo” con el que Winnicott definía la salud. También, la realización de las propias potencialidades, hablando en términos aristotélicos. De hecho, lo que llamamos en español *autorrealización* se dice en inglés *self-actualization*, actualización de uno mismo. Se refiere a un estado de actualidad, que se contrapone a la potencialidad. La pregunta que quedaría por hacer es en qué consiste esa realización o actualización de sí.

La segunda acepción es igualmente interesante. Quiero llamar la atención, primeramente, sobre la expresión *persona adulta*. Madura es la persona adulta. La palabra *adulto/a* procede del latín *adultus/a*, que es el participio perfecto pasivo del verbo *adulesco* o *adolesco*, que significa “crecer”. *Adultus* es, por lo tanto, el que ha crecido. Diferente del *adultus* es el *adolescens*. *Adolescens* es el participio presente del mismo verbo, *adolesco*, y significa “el que está creciendo” (y no, como se dice a veces, alguien que “adolece”). Adulto o maduro es, por lo tanto, el que ha llegado al término de su desarrollo. Está, por eso, también relacionado con el concepto de perfección. De hecho, según el origen del término, la palabra *perfectus* está compuesta de las palabras *per* y *facere*, y significa que algo ha llegado a su actualización a través de un movimiento o proceso. Para ser maduro o perfecto hay que haber llegado a la propia realización por la recepción paulatina de la propia perfección, por un medio de un desarrollo. Por eso, según la etimología del término, Dios no es perfecto, sino que es, desde toda la eternidad, Acto puro, Perfección sin límites. El hombre, en cambio, antes de ser adulto es adolescente, alguien que crece. Por lo tanto, la adolescencia no es una anomalía, sino un estado de movimiento, de crecimiento hacia la madurez. Un adolescente de cuarenta años no es un adolescente, es una persona mental y moralmente atrofiada. El adulto es así el punto de referencia necesario del adolescente, en cuanto la adultez es el término de ese movimiento de crecimiento. Como nada pasa de la potencia al acto sino por algo que está en acto³², la presencia formativa del adulto es de total necesidad para el adolescente y, en general, para el menor en crecimiento.

En segundo lugar, en esta acepción de la palabra *madurez* aparece la idea de que la persona madura tiene “prudencia y sensatez”. Si entendemos estas palabras en su sentido clásico, según el cual estas palabras significan virtudes, nos encontramos con una relación del concepto de madurez con el concepto de virtud.

32 Cfr. Tomás de Aquino, *Summa Theologiae*, I, q. 2, a. 3, co.

5. Madurez y virtud

Esta relación entre la madurez y la virtud no ha pasado desapercibida a la psicología reciente. De hecho, es la intuición que está detrás de la propuesta de Martin Seligman de desarrollar una *psicología positiva*. Así lo explica Seligman:

Durante los últimos cincuenta años la psicología se ha dedicado a un único tema, la enfermedad mental, y los resultados han sido bastante buenos [...]. Pero este progreso se ha obtenido a un precio elevado. Parece ser que el alivio de los estados que hacen que la vida resulte espantosa ha relegado a un segundo plano el desarrollo de los estados que hacen que merezca la pena vivir. No obstante, las personas desean algo más que corregir sus debilidades. Quieren que la vida tenga sentido, y no solo dedicarse a ir tirando a trancas y a barrancas hasta el día de su muerte. [...] Ha llegado el momento de contar con una ciencia cuyo objetivo sea entender la emoción positiva, aumentar las fortalezas y las virtudes y ofrecer pautas para encontrar lo que Aristóteles denominó la “buena vida”³³.

Seligman recuperó para la psicología tanto el concepto aristotélico de *eudaimonía* como el de virtud. Su propuesta fue investigar estos temas con la metodología de la investigación de la psicología actual. Esto supuso, también, la recuperación de cierto marco antropológico en el que ocupa un lugar importante el libre albedrío, que había quedado desdibujado durante décadas por el desarrollo de la psicología desde la psicopatología. La propuesta de Seligman produjo en los últimos veinte años una avalancha de publicaciones en esta línea y renovó el diálogo entre la psicología y la ética de las virtudes. No obstante, han ido saliendo a la luz también las debilidades de base de su planteamiento inicial. La primera de ellas es el relativismo, sobre el cual es imposible desarrollar un concepto de virtud. Como consecuencia, una indefinición sobre el bien del hombre, que es nuclear para la definición de esa “buena vida” de la que hablaba Aristóteles³⁴. Finalmente, una cierta superficialidad, que es consecuencia necesaria de un enfoque de estos temas usando exclusivamente esa metodología, que lleva muchas veces a un optimismo simplón.

33 M. E. P. Seligman (2003). *La auténtica felicidad*. Córdoba: Vergara, 11.

34 Cfr. B. Fowers (2012). “An Aristotelian framework for the human good”. *Journal of Theoretical and Philosophical Psychology*, 32(1), 10-23. <https://doi.org/10.1037/a0025820>

Pero, volvamos al concepto de virtud³⁵. La palabra *virtud* (*areté* en griego) viene del término latino *virtus*, cuya raíz es *vis*, que significa “fuerza”. Las virtudes son concebidas por los clásicos como fuerzas o excelencias del carácter (*ethos*), que hacen que este se ordene a la operación perfecta (*ergon*), es decir, a la realización del máximo potencial, una realización que pasa a formar parte del propio modo de ser, de la personalidad y que, por lo tanto, tiene estabilidad, porque es un estado, no una mera situación pasajera. Las virtudes abarcan todas las áreas de la operación humana, porque para cada una de ellas hay una virtud que la regula: la *prudencia*, el pensamiento práctico; la *justicia*, la relación de igualdad con los demás; la *fortaleza*, la persistencia en la obra buena a pesar del temor y las dificultades³⁶; la *templanza*, la moderación del deseo. Estas cuatro virtudes, llamadas cardinales, en realidad sintetizan muchas otras que tienen también sus ámbitos específicos, como la *mansedumbre*, que modera la ira; la *humildad*, que regula el amor propio; la *eutrapelia*, que se refiere a los juegos y el uso del tiempo libre; la *magnanimidad*, que es una especie de grandeza en las aspiraciones morales; etc.

Todas ellas, sin embargo, dependen radicalmente del amor. Si nos moderamos, si luchamos, si regulamos nuestros afectos y conductas, es por algo que merece la pena. Y eso que merece la pena es lo que amamos. Con mucha razón, santo Tomás decía que el amor es la causa por la que hacemos todo lo que hacemos³⁷. Y san Agustín reduce todas las virtudes, de alguna manera, al amor de caridad³⁸.

35 Sobre la relación de las virtudes en la psicología positiva de Seligman y su relación con la concepción de santo Tomás de Aquino, cfr. C. S. Titus (2017). “Aquinas, Seligman, and Positive Psychology: A Christian Approach to the Use of the Virtues in Psychology”. En *The Journal of Positive Psychology*, 12(5), 447-458, DOI: 10.1080/17439760.2016.1228005. Sobre la actualidad de la concepción cristiana de las virtudes para la psicología actual, cfr. M. F. Echavarría y F. de los Bueis (eds.) (2023). *Virtud, psicología y salud mental. El aporte de la concepción cristiana de las virtudes a la psicología*. Madrid: Dykinson.

36 El concepto clásico de *fortaleza* puede ser clave para la interpretación de la noción psicológica de resiliencia; cfr. C. S. Titus (2006). *Resilience and the Virtue of Fortitude: Aquinas in Dialogue with the Psychosocial Sciences*. Washington DC: Catholic University of America Press. Sobre la actualidad del tema de la resiliencia, cfr. M. Kazmierczak, M. Signes y C. Carreira (eds.) (2023). *Aproximaciones interdisciplinarias a la resiliencia en la sociedad del siglo XXI*. Madrid: Dykinson; L. Amado Luz (2018). *Construir la resiliencia en la universidad*. Madrid: CEU Ediciones.

37 Cfr. *Summa Theologiae*, I-II, q. 28, a. 6.

38 Cfr. S. Agustín (1975). “Sobre las costumbres de la Iglesia católica”, c. 15. *Obras de San Agustín*. Madrid: La Editorial Católica, 254-255: “Como la virtud es el camino que conduce a la verdadera felicidad, su definición no es otra que un perfecto amor a Dios. Su cuádruple división no expresa más que varios afectos de un mismo amor, y por eso no dudo en definir estas cuatro virtudes –que ojalá estén tan arraigadas en los corazones como sus nombres en las bocas de todos– como distintas funciones del amor. La templanza es el amor que totalmente se entrega al objeto amado; la fortaleza es el amor que todo lo soporta por el objeto de sus amores; la justicia es el amor únicamente esclavo de su amado y que ejerce, por lo tanto, señorío conforme a la razón; finalmente, la prudencia es el amor que con sagacidad y sabiduría elige los medios de defensa contra toda clase de obstáculos”.

Por eso, también el Aquinate, como autor cristiano y discípulo de san Agustín, pone a la caridad como la más perfecta de las virtudes, incluso más que la fe y la esperanza, como decía san Pablo (1 *Cor*, 13-13). *Caritas* es una palabra que en latín se utiliza para designar un amor de mucho precio, que es especialmente el que se tiene hacia los amigos. En el cristianismo pasa a designar la virtud por la que se ama a Dios con un amor de amistad superlativo y al prójimo, como a uno mismo.

No es este el contexto para desarrollar sistemáticamente el tema del amor de caridad. Digamos simplemente un par de cosas que permitan entender la importancia del amor para la madurez personal. El amor, como movimiento afectivo, explica tanto el orden como el desorden de la vida personal: no basta con amar, hay que amar bien. Nadie es maduro si, primero que nada, no puede amar a otro como a sí mismo, es decir, con amor de amistad. Por la amistad se quiere al otro, no para uno mismo, sino para que sea él mismo. El célebre filósofo tomista Josef Pieper decía que el amor es una especie de afirmación afectiva del ser del otro, es decirle de alguna manera al otro: “Qué bueno que existas”³⁹.

Esto nos lleva a otro aspecto de la madurez, vinculado con la plenitud interior y con el amor: la *generatividad*. El psicoanalista Erich Fromm se refería a la personalidad madura con la expresión “orientación productiva” de la personalidad⁴⁰. Habla así por sus raíces neomarxistas, que le hacen ver la actualización del ser humano desde la categoría de *producción*. En mi opinión, es más adecuado hablar de *fecundidad*, *fertilidad*, *generatividad*. Así como un organismo vivo es maduro en la medida en que es capaz de engendrar a otro ser vivo semejante, también se da esto en el orden de la vida personal. Una personalidad madura se caracteriza por comunicar vida, una vida que radica en la plenitud de la interioridad. Una persona humana puede engendrar biológicamente, pero está llamada también a una plenitud que le permita engendrar espiritualmente. Por eso, santo Tomás dice que el fin del matrimonio no es solo la generación de la prole, sino su “conducción y promoción al estado perfecto del hombre en cuanto hombre, que es el estado de virtud”⁴¹.

Finalmente, y por lo mismo, el amor maduro implica la auto-donación. Esta no es otra cosa que un cierto olvido de sí para entregarse a la persona amada. Por eso, santo Tomás, siguiendo al Pseudo-Dionisio Areopagita, decía que el amor

39 J. Pieper (2017). *Las virtudes fundamentales*. Madrid: Rialp, 303: “Amar algo o a alguna persona significa dar por ‘bueno’, llamar ‘bueno’ a ese algo o a ese alguien. Ponerse de cara a él y decirle: ‘Es bueno que existas, es bueno que estés en el mundo’”.

40 Cfr. E. Fromm (1990). *Man for Himself. An Inquiry into the Psychology of Ethics*. New York: Holt, 82-96.

41 Cfr. Tomás de Aquino, *Scriptum super Sententiis*, IV, dist.26, q.1, a.1. Para el desarrollo de una filosofía de la educación a partir de esta definición, cfr. E. Martínez García (2002). *Persona y educación en santo Tomás de Aquino*. Madrid: Fundación Universitaria Española.

produce éxtasis, salida de sí⁴². Y Frankl explicaba, influido por Adler, que muchos trastornos neuróticos dependían de la hiperreflexión, es decir, de un egocentrismo que impedía a la persona trascenderse a sí misma⁴³. Santo Tomás explica que la salida de sí mismo se da en toda verdadera amistad, aunque de manera incompleta, porque ningún ser humano se ordena a otro ser humano según todo lo que hay en sí⁴⁴. El amor de amistad humano está regulado por el amor a sí mismo, que es como su medida. Solo hacia Dios, que es su causa radical y fin último, el hombre se ordena según todo lo que hay en sí. Eso es el núcleo del amor de caridad, que incluye y ordena todos los amores y todas las virtudes, y así lleva la madurez más allá de lo que ninguna ciencia humana puede prever ni calcular: “toda ciencia trascendiendo”, como dice san Juan de la Cruz.

42 *Summa Theologiae*, I-II, q. 28, a. 3.

43 Cfr. Frankl. *La idea psicológica del hombre*, 30-33.

44 Cfr. *Super De divinis nominibus expositio*, c. IV, l. 10. De esta obra, ver la excelente traducción de A. Mini, editada por E. Martínez y L. Prieto: S. Tomás de Aquino (2023). *Comentario al libro Sobre los nombres divinos de Dionisio*. Pamplona: EUNSA.

