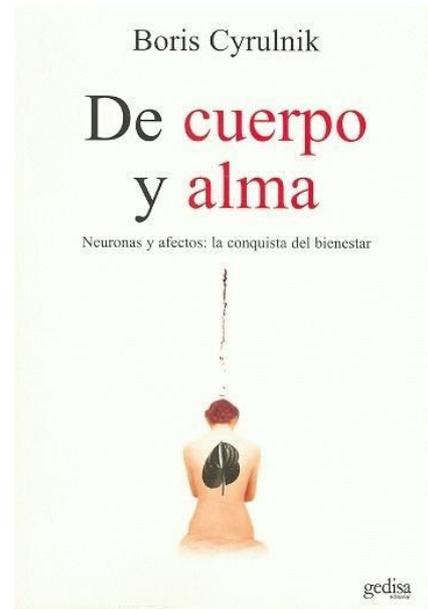


## De Cuerpo y Alma. Neuronas y afectos: la conquista del bienestar

Boris Cyrulnik

Barcelona: Gedisa



### ACERCA DE **CUERPO Y ALMA**, DE BORIS CYRULNIK Comentario de Francesc Vieta

Nos encontramos ante un libro ambicioso en dos sentidos fundamentales. En primer lugar porque pretende aclarar puntos importantes de la relación entre lo corporal (neurológico) y lo mental, y en segundo lugar porque lo quiere hacer para llegar a un público amplio, no sólo el especializado.

El comienzo del libro es en ese sentido muy gráfico e impactante. A través de una fábula nos introduce de lleno en su postura principal. La tradicional y dicotómica elección entre una u otra escuela de conocimiento de la mente y el comportamiento humano parece a los ojos de este autor una cojera ciega que impide el avance con paso equilibrado hacia un saber mayor y más completo. Como él mismo nos expone:

*“Hasta el momento hemos fabricado una representación del hombre cortada en dos partes separadas. Sin embargo es tan inconcebible un hombre sin alma como un alma sin hombre. Al final de libro ¿podrá ese hombre andar sin cojear?”*

Los sorprendentes logros técnicos de las imágenes del cerebro asociados a la clínica neurológica y a la psicología hoy permiten abordar el problema de otro modo. Otro punto donde se observa la relación entre neurológico y psicológico: *“...lo revelan en el scanners las atrofas cerebrales de los niños privados de afecto: sin la presencia de otro no podemos llegar a ser nosotros mismos”*. Como explica Cyrilnuk, el cerebro, que era la causa del impulso hacia el mundo exterior, se transforma en la consecuencia de nuestras relaciones.

Algunas Ideas a destacar en los capítulos:

- ✦ **La resonancia: nexa entre la historia de uno y la biología de otro.** Un ejemplo del tipo de integración que propone llevar a cabo Cyrulnik para interpretar

conjuntamente los datos provenientes de lo genético y lo ambiental se puede apreciar en los estudios llevados a cabo con gemelos monocigóticos separados desde el nacimiento y criados en medios distintos y el complemento que aportan los estudios llevados a cabo con niños, procedentes de distintas familias, criados en los kibutz de Israel por una misma madre. De este modo se puede observar cómo gemelos monocigóticos criados por separado suelen tener un apego similar (que mostraría la relevancia del factor genético); por otra parte dicha información debe complementarse con las conclusiones de los estudios que muestran que los niños genéticamente distintos criados por una misma madre adquieren también estilos de apego similares con mayor frecuencia. En palabras del autor:

*“Para explicar esta aparente oposición, podemos decir que hemos subestimado la genética en nombre de un combate ideológico. Estimábamos que era moral no rebajar al ser humano al nivel de sus determinaciones materiales. Y así mismo se subestimó la importancia del ambiente, que marca su impronta en la materia cerebral y modela su manera de percibir el mundo.”*

- ✦ **El gen de la vulnerabilidad.** Se ha descubierto recientemente un gen facilitador del transporte de la serotonina (1996). A lo largo del primer capítulo el autor muestra cómo, según se pertenezca al grupo de los grandes transportadores de serotonina o al de los pequeños se organizará un estilo de existencia distinto. Dado que la serotonina es un neurotransmisor íntimamente ligado a las emociones positivas y otros procesos cerebrales, podría determinarse que se halló una respuesta genética satisfactoriamente definitiva. Sin embargo, fiel a su propósito integrador, Cyrulnik, nos advierte que es imprescindible complementar estos descubrimientos incuestionables con otros que arrojan luz sobre el desarrollo de las conexiones intersinápticas en la primera infancia, provenientes de la neuropsiquiatría, y que establecen una necesaria e inevitable relación con el factor ambiental. Según el autor *“la conjunción de los datos genéticos, emocionales y sociales nos impide hablar de la vulnerabilidad o de un gen de la resiliencia”*.

- ✦ **La fórmula química de la felicidad.**

En este capítulo se destacan los hallazgos que muestran la proximidad de los circuitos neurológicos del dolor y las zonas de las emociones positivas. Tal realidad invita a comprender por qué emociones opuestas pueden experimentarse alternativa e incluso sucesivamente en el tiempo. Así mismo parece necesaria una alternancia para la discriminación de ambas experiencias.

Una simple relación puede modificar de las secreciones hormonales y de distintas sustancias del organismo y determinar químicamente cuál será el patrón relacional ante posteriores situaciones parecidas. Por otra parte el autor nos aporta conocimiento acerca de las vías neuronales que conducen la experiencia del dolor y que parecen ser las mismas en el caso de dolor físico o de pérdida afectiva. Los traumas relacionales en edades tempranas modifican las estructuras cerebrales del mismo modo que los traumas físicos. *“...un pellizco doloroso físico y una pérdida afectiva convergen hacia la misma autopista neuronal”*.

- ✦ **Los dos inconscientes:** Opone dos tipos de inconsciente: uno asociado al alma, a lo mental (inconsciente freudiano, psicoanalítico o de la represión) y el otro asociado al cuerpo (inconsciente cognitivo o biológico): *“...como dos caballos que tiran del mismo carruaje en direcciones opuestas”*. El inconsciente cognitivo *no*

*sabe que sabe*, ya que se trata de la memoria procedimental o corporal donde no interviene lo verbal; es el cuerpo el que *sabe*. A través de la clínica neurológica se deduce la existencia del inconsciente biológico, como ejemplifican los casos de pacientes afectados por amnesia que no recuerdan, por ejemplo, haber resuelto anteriormente un rompecabezas pero que muestran mayor habilidad cada vez que lo resuelven de nuevo.

#### ✦ **La preocupación por el otro.**

En este capítulo se desarrolla el concepto de la empatía a través de disciplinas como la etiología, las neurociencias y la teoría del Apego. Una de las ideas que secunda el autor es que resulta necesario atribuir un estado mental al otro para que tenga lugar una experiencia de empatía. En este sentido los estudios sobre etiología nos indican que también en el mundo animal es posible atribuir dicho estado mental en el otro. Estos datos resultan de gran interés pues colocan la experiencia empática más allá de la capacidad verbal humana. En las secuencias de interacción temprana de un bebé - humano o también de otras especies mamíferas-, con su figura cuidadora puede observarse como pronto el pequeño posterga la satisfacción inmediata de sus impulsos internos a la espera de la interacción con aquel que los satisface, comprendiendo que la postura de este último indica un estado mental que le permitirá responder a su demanda. Podemos considerar esta conducta humana y animal como un aprendizaje: *“Lo que percibe en el presente lo extrae de su pasado para representar el futuro”*.

Por otra parte los avances en las neurociencias avalan las teorías psicológicas del apego y la resonancia histórico-emocional a través del descubrimiento de las neuronas espejo, capaces de activarse ante la observación de otro significativo. Para Cyrulnik los estados de felicidad deben ir precedidos de una pérdida afectiva para poder ser captados. Como él dice, *“felizmente el ser humano sufre desde su nacimiento”* al tener que abandonar el medio uterino para pasar a otro lleno de vicisitudes y de condiciones físicas en las que necesitará inevitablemente ayuda para poder adaptarse. ¿Será para el autor el envoltorio sensorial que llamamos «madre» la primera figura resiliente?

#### ✦ **Vejez y apego. La neuromusicología.**

Cyrulnic cree que el conflicto básico en la vejez viene dado por el envejecimiento de las neuronas y la pérdida de capacidades físicas y mentales. Este proceso convierte a los individuos en seres más dependientes y temerosos, pudiendo entonces intensificar las conductas de apego hacia las figuras más significativas. La menor plasticidad del cerebro que dificulta la creación de nuevas conexiones sinápticas hace preferible consolidar aquello que se adquirió mejor y rechazar o desinteresarse por la adquisición de nuevos conocimientos. Hay una pérdida de la memoria inmediata y por el contrario se intensifica la memoria a largo plazo, en especial aquella que rememora aspectos significativos de la historia del individuo. El autor destaca el apego a la figura de Dios como un camino a través del cuál el individuo anciano puede manejar ansiedades propias de este periodo. Realiza una crítica clara a la concepción occidental del tiempo lineal, responsable de una visión catastrófica del envejecimiento y sus vicisitudes.

Finalmente dedica una importante extensión del capítulo al estudio de la música y sus posibilidades más allá del lenguaje verbal.

### **A modo de conclusión**

El loable y ambicioso objetivo que nos plantea al inicio del libro con su fábula de las cojeras alcanza un gran interés en aquellos momentos en los que toma visiones de distintas disciplinas y consigue ligarlas para obtener una visión más completa. Sin embargo se desdibuja al pretender abarcar demasiado y explicar muchas cosas, de modo que resulta difícil creer que alguien que esté firmemente instalado en una visión parcial- por ejemplo biólogo- aprecie y reconsidere la incompletud de su conocimiento a partir de esta lectura.

Una vez aceptada esta particularidad, debe reconocerse en esta obra de Cyrulnik un titánico esfuerzo de investigación para establecer puentes y ampliar el camino del conocimiento, transmitiendo la esperanza de que una comprensión más completa sea posible.

### **Para finalizar, una cita de Cyrulnik :**

*“La actitud opuesta que integra disciplinas diferentes obstaculiza la evolución sectaria de todo poder que se fortalece excluyendo a sus rivales. Cuando uno procura abrazar las informaciones de naturaleza diferente en un mismo sistema, cada uno de los que participan se esfuerza para hacerse comprender. Esto no sólo es agradable, además hace surgir ideas imprevistas. Cuando un neurólogo se encuentra con un músico, los dos descubren que arte modela una parte del cerebro; Cuando un veterinario se une a una lingüista, entre los engendran un método que demuestra en qué medida la expresión de las emociones de un individuo impresiona las emociones de otro; cuando un psicoanalista intercambia ideas con un químico, ambos descubren cómo la psicoterapia robustece el cerebro del analizado franqueando circuitos tranquilizadores.”*

### **Cita bibliográfica / Reference citation:**

Vieta, F. (2009i). Reseña de la obra de Boris Cyrulnik: *De cuerpo y Alma. Neuronas ty afectos: la conquista del bienestar. Clínica e Investigación Relacional*, 3 (2): 474-477. [ISSN 1988-2939]