

A close-up, high-contrast photograph of a woman's eye. The eye is looking directly at the camera. The iris is a vibrant green color, likely due to a contact lens. The surrounding skin and eyelashes are in deep shadow, making the eye stand out as the central focus. The overall mood is intense and mysterious.

# EL ODIO

Javier Quintero Guerrero.

# Conceptos básicos.

- ❶ **Ánimo**: alma o espíritu en cuanto es principio de la actividad humana. El humor, estado de ánimo o talante se corresponde con un estado afectivo de duración más prolongada y no necesariamente de carácter reactivo. El humor es el tono hedónico dominante en un momento dado. Es aquel estado emocional que persiste durante algún tiempo, coloreando la experiencia vital del individuo. Sims define el humor como el “estado del self individual en relación con su entorno”.



- ❉ Afecto: “cada una de las pasiones del ánimo, como la ira, el amor y el odio y, especialmente, el amor y el cariño”. Entendemos por afectividad o vida afectiva el conjunto de experiencias evaluativas que definen y delimitan la vida emocional del individuo. Para Henry Ey, podemos hablar de la existencia de una afectividad de base, u holotímica, que engloba lo que consideramos como afecto, que entra en la experiencia sensible en forma de lo que se denomina “los sentimientos vitales, el humor y las emociones”.



- ❉ Sentimientos: acción y efecto de sentir o sentirse. Todas las formaciones psíquicas no desarrolladas, obscuras, todo lo impalpable, lo que escapa al análisis se llama sentimiento. En otra palabras, sentimientos es lo que no se sabe llamar de otro modo.





- ❶ Fish habla del sentimiento como una reacción positiva o negativa ante una vivencia, o bien como la experiencia subjetiva de una emoción. Sims entiende por sentimiento una reacción positiva o negativa, intensa y transitoria, ante una determinada experiencia.
- ❷ Castilla del Pino, desde un posicionamiento más psicodinámico, prefiere hablar de “actitudes” en vez de sentimientos, ya que, si bien ambos fenómenos (actitud y sentimiento) obedecen a pulsiones del ello que emergen en la conciencia mediatizada por otras instancias (yo y súper yo), al hablar de sentimiento sólo hacemos referencia al sujeto aislado, a estados del sujeto sin objeto, mientras que si nos referimos a actitudes tenemos también en cuenta el modo de relación del sujeto con un objeto determinado, pues el término actitud implica también conducta. Así, el objeto puede ser el propio sujeto –en cuyo caso actitud equivaldría sentimiento-, o bien, objetos externos.

- ❶ Marina, sin embargo, considera los sentimientos como el producto final de una evaluación cognitiva automática de la realidad circundante.



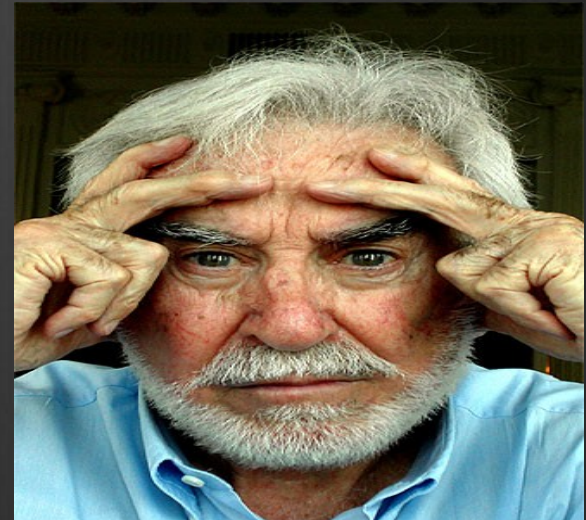
- ❶ **Emoción**: alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción semántica. Las emociones son sentimientos intensos de duración breve y de aparición normalmente abrupta. Las emociones se diferencian de los sentimientos porque se acompañan de un cortejo psicósomático agudo, con amplia participación vegetativa y neuroendocrinológica.
- ❷ **Deseos**: representan la conciencia de una necesidad, de una carencia o de una atracción. Normalmente se acompañan de sentimientos que los amplían y dan urgencia, y suponen una parte fundamental del balance sentimental.

- ❶ Pasión: “perturbación o afecto desordenado del ánimo”. Cuando un sentimiento monopoliza la vida afectiva de una persona y la impulsa con una gran determinación a actuar de una forma concreta, se habla de una pasión. Luis Vives denominaba a las pasiones “*alborotos anímicos*” y como tales han de entenderse.
- ❷ Castilla del Pino dice: desde el punto de vista tanto psicológico como psicopatológico, sentimiento y afecto son sinónimos; asimismo, lo son ambos con emoción e incluso con pasión.



# Conductas actitudinales

Castilla del Pino nos enseña cómo, sólo en condiciones de excepción, emergen las pulsiones al exterior con toda su limpieza. Cuando esto ocurre, Castilla las denomina “Impulso”. Considera que este impulso surge y estalla como una necesidad apremiante de la capa irracional del sujeto, del ello, y se proyecta en la realidad sin tener en cuenta ante todo a la realidad, que es lo que caracteriza a otras conductas no impulsivas precisamente.



- ⊗ Ejemplo: incluso cuando en la intimidad tratamos de dar satisfacción a nuestras pulsiones eróticas existen por lo general interferencias y mediaciones, derivadas de nuestras relaciones previas con la realidad, naturalmente con la que componen nuestras relaciones interpersonales. Por decirlo de otra forma, las pulsiones del ello se modifican en función de la incidencia de las actitudes que hemos internalizado fruto de las relaciones interpersonales habidas con anterioridad y también por las exigencias de la realidad en sí misma. De esta manera, sobre la pulsión del ello actúan instancias procedentes del yo y del súperyo. En las condiciones en las cuales la pulsión emerge mediatizada, y por tanto complicada por la incidencia de otros sistemas del sujeto, hablamos entonces de “actitudes”.

Castilla hace una distinción entre “sentimientos” y “actitudes”. Cuando habla de sentimiento, Castilla considera al sujeto aislado, es decir, estado del sujeto sin objeto. A diferencia, el término “actitud” tiene la ventaja de que implica conducta, es decir, la actitud es una estimativa de la conducta. Es la valoración que hacemos de nuestra relación con el objeto. Cuando el objeto es el propio sujeto, se habla de “sentimientos” propiamente dicho, puesto que se refiere a actitudes propiamente personales. Por otro lado, cuando hablamos de “actitudes”, éstas conciernen a sentimientos que compartimos con muchas personas.

Así pues, podemos hablar de actitudes personales (cuando se refiere a que el sujeto se relacione individualmente con el objeto) y de actitudes sociales (aquellas que refieren actitudes colectivas con el objeto).

1.Las actitudes contactan, de alguna manera, con los procesos cognocitivos, con la percepción, pues según sea el contenido de esta se no suscita una u otra actitud.

2.Las actitudes son siempre bipolares (frente al amor el odio, frente a la alegría la tristeza, frente a la simpatía la antipatía...).



Cuando decimos que alguien tiene una “actitud” hipocondríaca, hacemos referencia a que esa actitud se refiere a su propio cuerpo, concretamente al cuerpo como objeto fisiológico funcionando, mientras que cuando decimos que alguien tiene una “actitud” neurótica aludimos a que el sujeto adopta frente a la realidad una actitud temerosa difusamente fóbica.

Las actitudes pueden disociarse respecto a los objetos que la provocan. Por ejemplo, una actitud colérica frente a una persona puede quedar como estado de ánimo si me desligo de esa persona que me ha provocado dicha actitud. Pero esa actitud como estado de ánimo puede mantenerse desplazada con otros objetos. Si se me preguntara entonces acerca del objeto que dio lugar a dicha actitud, el desplazamiento conlleva la ignorancia de dicho objeto, ignorancia que en realidad es una forma de auto-ocultación.



- ❁ Otra de las características propias de la conducta actitudinal es la de ser ambivalente o, cuando menos, la de poder serlo. La ambivalencia es demostrativa de la coexistencia en el mismo sujeto de actitudes que pueden movilizarse, alternativa o simultáneamente, respecto del objeto. Lo más frecuente es la sucesión alternativa. La ambivalencia se hace posible por el carácter bipolar de las actitudes, comentado anteriormente.

La relación actitudinal es fantástica, y contiene además elementos cognitivos precisamente por su nexo con el nivel racional del sujeto. Cuando amamos u odiamos, el objeto no es, por supuesto, tan relevante como lo suponemos en nuestra relación con él. Además, no está negativa ni positivamente poseído de las propiedades que en ese momento le adjudicamos. Es característico de la conducta actitudinal la escotomización del objeto, es decir, puntos ciegos respecto del mismo: así, si amamos, negamos toda posibilidad de negatividad en el objeto; y a la inversa, si odiamos negamos la existencia de positividades, que cualquier otro estaría dispuesto a reconocer si, en efecto, no le odia como el primero.

# Amor versus odio.

Para Castilla, el odio es, desde luego, un sentimiento, aunque refiere que desde los griegos se ha venido definiendo como una pasión. Desde un punto de vista estrictamente psicológico, el odio (como el amor) se incluiría dentro de lo que se denomina emociones. Los sentimientos son emociones; las pasiones son emociones. Hay que advertir que los autores ingleses y americanos no diferencian sentimientos de emociones en el discurso técnico-psicológico.



⦿ Desde un punto de vista coloquial, la diferencia entre sentimiento y pasión sería tan solo de intensidad. El odio parece ahogar toda posibilidad de objetividad sobre el odiado y su deseo de destrucción del mismo es tan poderoso que si le fuera factible lo haría realidad. Castilla considera que los sentimientos se tienen o no se tienen, por ello se puede prescribir el “compórtate con el que odies como si lo amases”, pero no el “no odies”, que es tan absurdo como aconsejarle a alguien “no ames” cuando se le ve profundamente enamorado.



- ⊙ El amor y el odio constituyen el par de actitudes básicas de la existencia humana. Si, por la causa que sea, se carece, definitiva o transitoriamente, de tales actitudes, la existencia se torna vacua, incluso se vivencia como carente de sentido. Si se reflexiona en profundidad acerca de muchas situaciones psicopatológicas es fácil concluir tarde o temprano muchas remiten a la incapacidad de amar y a la incapacidad o imposibilidad de hacerse amar. La pena, la melancolía, el aburrimiento, el sentimiento de soledad y muchos otros, muestran siempre una carencia de amor o imposibilidad de amar.



Sin embargo, es un hecho de que cada cual ama y desea ser amado de manera peculiar. Castilla postula que uno ama en el objeto lo que más ama de sí mismo y, en consecuencia, uno busca en el objeto el que éste responda a las demandas de amor de sí mismo. Dicho de otra forma: uno ama al objeto como desea ser amado por el objeto

Como conclusión, la importancia de la puesta en juego de la actitud básica amar-ser amado se pone de manifiesto en la privación afectiva. Las investigaciones de Spitz y Wolf mostraron las consecuencias de esta privación afectiva en niños en forma de disminución de interés y de la reactividad, más tarde inmovilidad, apatía y anorexia y, como consecuencia tardía, se traducen en la incapacidad para establecer relaciones sociales durables, descontrol de la agresividad, carencia de lazos afectivos...

Amor: toda relación sujeto-objeto es una forma de proyección del sujeto en el objeto. La proyección amorosa sobre el objeto adopta la forma de la identificación en una primera etapa. Parte del objeto amado es luego incorporado al yo e introyectado fantásticamente. La posesión que hacemos del objeto querido es una ilusión, por cuanto naturalmente el objeto no es incorporado, sino su imagen, la imagen que tengo de él. Por otro lado, también hay una distorsión inicial, puesto que sólo incorporamos a nosotros mismos aquella parte del objeto que, a través de la identificación, nos lo hace objeto amado mientras que negamos o desdeñamos la parte del objeto que podríamos valorar como desagradable, es decir, odioso.

Este proceso de distorsión –escisión- del objeto querido ocurre, por ejemplo, en una circunstancia emocional llamada enamoramiento, en la cual tiene lugar un proceso de regresión. Cuando nos enamoramos, regresamos a anteriores etapas de relación con el objeto, pues adoptamos actitudes que recuerda en buena parte estadios preexistentes, de los cuales no aparentamos tener resto alguno cuando la relación con el objeto no era de este carácter, sino privada de elementos afectivos. Cuando dos sujetos que se dicen estar enamorados el lenguaje se torna infantil y los requerimientos constantes son de caricias, que componen remanente de nuestras actitudes afectivas preliminares.

El odio: la relación sujeto-objeto es más complicada, porque no se trata simplemente de una carencia de amor hacia ese objeto. Si así fuera, estaríamos en la indiferencia absoluta hacia el objeto, su descalificación como inexistente. En el odio hay un rechazo del objeto. Para explicar este rechazo compulsivo hay que pensarlo como de alguna manera objeto nuestro. Odiamos lo que nos importa, pero sólo nos importa lo que hemos hecho nuestro. De esta manera, en la interpretación de la dinámica del odio hay que considerar una etapa inicial, aquella en la que el objeto comenzó siendo objeto nuestro. Sin duda hubo en esta etapa una identificación con el objeto y, por tanto, su introyección porque fue también objeto amado. Con posterioridad el sujeto pretende expulsar de sí el objeto odiado, esto es, su imagen o, con otras palabras, lo que tiene de él en los más íntimo de sí mismo, que es su self.



- ⊗ De esta forma, cuando odiamos, nos odiamos, y esto es válido tanto para la totalidad del sujeto como para aspectos prácticos del mismo: odiamos actitudes en otros en tanto en cuanto nos identificamos con estos otros a través de nuestras actitudes. Por tanto, también en el odio como antes en el amor, se odia en el objeto lo que uno más odia de sí mismo, de manera que en el odio, en el objeto odiado, se proyectan, a través de la identificación negativa, partes de nosotros mismos inaceptables. La proyección conlleva el hecho de la externalización o expulsión de esa parte odiada de nosotros mismos y situada en un objeto externo, y por tanto, distinto a nosotros.



A veces sucede que el odio coexiste con algo de amor al mismo objeto. Nada de tiene de extraño, pues, que ocurran las siguientes dos cosas:

- 1- Que el objeto antes amado se le odie con ulterioridad.
- 2- Que al sujeto se le ame y se le odie al mismo tiempo.

La importancia del odio es enorme en cuanto se refiere a nuestras relaciones con la realidad. Castilla opina que, merced al odio, aprendemos a diferenciar nuestro mundo interior del exterior. Si no odiáramos, si, por el contrario, siempre hubiéramos amado, sujeto y objeto permanecerían fundidos, los objetos introyectados en el sujeto y éste sin poder discriminar qué son los objetos que no son él. Al odiar expulsamos desde nosotros lo que ha sido nuestro y lo distanciamos y adquiere categoría de afuera. Freud decía “el odio hace el objeto”.

# El odio

El ser humano tiende a calificar al odio de sentimiento malo (y a su contrario, el amor, de bueno) pero es una consideración ligera y superficial: las cosas no son tan claras y en muchas culturas se induce al aprendizaje del odio, del mismo modo que en la cultura clásica se inducía al odio del enemigo. De este modo, determinados odios se consideran y se consideraban buenos. Análogamente, el amor, que hace feliz por lo general, ha llevado a muchos a la desgracia. Entonces aquí también deberíamos hablar de amores “buenos” y amores “malos”.



- El odio no debe confundirse con la envidia. Castilla considera que, mientras el envidiado, aún sin querer, perturba al envidioso por el hecho de tener un bien que el envidioso cree que le correspondería más bien a él, el odiado no tiene por qué ser poseedor de un bien parecido. Si bien no hay envidia sin odio, se puede odiar sin envidiar al que se odia. El odio se suscita por el mal que se nos hace, no como en la envidia, por el bien, y sobre todo, por la cualidad que el envidiado posee a la cual le es posible obtener o haber obtenido ese bien.

Aristóteles se preguntaba si los objetos nos suscitan odio porque son odiosos, o si son odiosos porque nos suscitan odio. Con respecto a la eterna cuestión de si los valores son objetivos o subjetivos, Castilla considera lo segundo. Concretamente con el odio, lo que nos hace odioso un objeto es nuestro odio hacia él, las connotaciones que nos inspira. Sólo así se explica que un objeto amado antes, es bruscamente convertido en objeto odiado. Los objetos son en sí mismo neutros, simplemente están.

Castilla considera que nuestra vinculación con los objetos lo es tanto por los que amamos, tratamos de poseer y de retener como por lo que odiamos, tratamos de apartar y pretendemos incluso destruir de forma que no puedan aparecer jamás en nuestro mundo. No debemos soslayar el hecho de que el amor vincula con el objeto amado y el odio no, pues, Castilla considera que con el objeto odiado esta vinculación es más poderosa y permanente que con el objeto amado.



- ⊗ Cuando las imágenes que interiorizamos de las personas son favorables intentamos hacerlo nuestro, poseerlo, y nos parece perfecto que su imagen esté dentro de nosotros constantemente, y cuando no la tenemos intentamos atraerla artificialmente (fotografías, cartas...). En el caso contrario, el odio, se que quiere la destrucción del objeto, bien por uno mismo o bajo otra circunstancia. Es decir, se quiere al objeto odiado lo más lejos de uno. Pero esto no es posible, puesto que la imagen está dentro de mí. No puedo quitármela de encima. Es la imagen del objeto odiado la que me perturba con su posesión, que me depara displacer. El objeto odiado se dispone dentro de uno mismo y nos parasita sin que haya forma de desalojarlo.



El odio se parece mucho a lo que le ocurre al obsesivo, al que se le vienen determinados pensamientos con carácter autónomo y desaloja a los que desearía tener. Pero mientras el obsesivo considera absurdo el pensamiento que le aparece en el primer plano de su actividad mental, al que odia, no. La muerte del odiado es la de cualquier otro objeto al que estamos vinculados (muerte del cuerpo del odiado), pero su imagen vive porque vivimos nosotros y, en ocasiones, perdura durante el resto de nuestra vida.



- ⊗ El odio es una relación virtual con una persona y con la imagen de esa persona, a la que se desea destruir, por uno mismo, por otros o por circunstancias tales que deriven en la destrucción que se anhela. La destrucción total o parcial del objeto odiado no siempre, por fortuna, puede hacerse realidad. El odio a determinado objeto, en muchas ocasiones, se niega por parte del sujeto que odia, pero Castilla afirma que esto es falso, postulando que “se rechaza odiar por cuestiones de autoestima y morales, pero eso no niega, antes al contrario, la existencia del odio, es decir, del deseo de destrucción del objeto”. A veces el odio no desaparece pese a haberse hecho realidad la destrucción del objeto.

# ¿Por qué odiamos?

Odiamos a todo objeto que consideramos una amenaza a la integridad de una parte decisiva de nuestra identidad, es decir, de nuestra estructura como sujeto. Aquí incluimos en primer lugar a uno mismo y luego a todos aquellos objetos que uno vive como propio (casa, perro, hermano, madre, hijo...). Para el que odia, el ideal es acabar con el objeto odioso como una forma de hacer desaparecer esa amenaza. Más económico desde el punto de vista mental (que incluye el sentido moral) es que el objeto se acabe, desaparezca, por sí solo o por otro.

Aristóteles diferencia la agresión que tiene lugar en el odio de la que aparece cuando somos presa de la cólera o de la ira, porque éstas pueden coexistir, durante o después de la descarga colérica con la compasión por el objeto. Pero en el odio no ocurre esto, porque no hay lugar para la compasión. En el odio, la relación con el objeto lleva consigo la instancia progresiva a la destrucción del objeto, directa o indirectamente, empírica o virtualmente.





La singularidad del sentimiento del odio se evidencia si lo comparamos, por ejemplo, con otro sentimiento como es el miedo. Hay muchos objetos que nos provocan miedo, pero basta que nos apartemos de ellos, que nos alejemos del contexto en el que aparece, para que la amenaza cese. Pero con el objeto odioso, sin embargo, pertenece a nuestro mundo, hemos de convivir con él, y la amenaza es constante, lo es incluso con su mera presencia. Mientras el objeto odiado esté en nuestro mundo, es decir, se empeñe en ser objeto nuestro, y fracase todo intento de ser desalojado, es fuente de un tremendo y continuado displacer, cuanto más cerca esté de nosotros más se le rechaza. Con el objeto amado ocurre lo contrario, que lo anhelamos tan cerca de nosotros que desearíamos hacerlo nuestro, y cuanto más cerca esté de nosotros tanto o más placer nos depara.

# ¿Para qué odiamos?

Odiamos con la pretensión de que nuestra identidad esté a salvo del objeto que la amenaza. Cuando el odio no tiene un carácter espasmódico, es decir, cuando se trate de un odio tranquilo, uno se aleja del objeto perturbador, se crea una frontera, el odio se transforma pues en una indiferencia. Lo ideal sería esto, pero no es fácil. Si realmente odiamos a ese objeto no basta con ese rechazo, porque vivimos bajo la posibilidad amenazadora de que el objeto aparezca en nuestro mundo.

❁ Pero ¿qué ocurre cuando el odio aparece en nuestro mundo y es, además, ineliminable, como es el caso de el odio entre los miembros de la pareja o entre hermanos? Pues sucede que el odio va in crescendo, parece no tener salida, se acumula más y más y en un momento dado se puede llegar al intento de destrucción material del objeto como forma de acabar de una vez con esa amenaza constante.

# ¿Cómo odiamos?

Aunque no se reconozca, cuando se odia se muestra ante los demás y ante uno mismo una suerte de impotencia frente al objeto odiado. En este aspecto, el odio se asemeja a la envidia, que, por el hecho de experimentarla, el envidioso ostenta su impotencia frente al envidiado. No se odia a quien se considera inferior: si estorba, se le echa, porque nadie realmente inferior es una amenaza. El reconocimiento de la impotencia frente al objeto odiado tiene necesariamente que traducirse en una inaceptación de si mismo, cuando menos de una parte de él, del sujeto, aquella en la que el espejo del objeto odiado refleja nuestra debilidad. El odio a los demás exige el previo autodesprecio.



# La paradoja del odio

## El odio, sentimiento patológico

Como hemos dicho antes, el propósito del odio es la destrucción del objeto odiado pero dicho propósito la mayoría de las veces y por fortuna, no pasa del ámbito del deseo. Aún así, y como una forma de destrucción menos comprometida, el odio se exterioriza mediante el discurso. No podemos acabar materialmente con el objeto odiado pero sí podemos contribuir a su menoscabo sin que de nuestras acciones se derive un perjuicio para nosotros. Eso es, justamente, odiar conservando el sentido de la realidad. La difamación, la calumnia, la crítica malévola, son formas de destrucción del objeto odiado que se pueden llevar a cabo sin demasiado riesgo o desprestigio por parte del que odia.

- ⊗ Cuando el odio es tan intenso que se precisa la destrucción del objeto se produce en mayor o menor medida una pérdida del sentido de la realidad y no se miden entonces la consecuencias. Hemos conseguido la destrucción de lo odiado, pero a un precio la mayoría de las veces excesivamente caro. Lo ideal para el que odia es destruir al objeto odiado sin perjuicio (físico o psicológico) para él. El odio constituye el paradigma de sentimiento patológico, pues la persona no consigue lo que se propone, desvincularse del objeto odiado, por eso el odio es imperecedero, incluso transmisible de padres a hijos. Odiar tendría sentido si con la destrucción y la desaparición del objeto quedáramos sosegadamente felices: esa es la fantasía del odiador.

# La génesis del odio.

Según Castilla, el odio puede suscitarse de dos maneras distintas: una espontánea y otra de manera inducida. Nadie tiene que enseñarnos a odiar. Si en nosotros se da esa radical insuficiencia y ante nosotros emerge alguien capaz de hacerla bien visible, lo odiamos. Si esto no ocurre, se vive sin que el dinamismo del odio se dispare. Aunque también se aprende a odiar, por ejemplo, cuando entramos a formar parte de un clan, y alguien del mismo nos muestra lo que representa ese objeto amenazador, se nos induce a que adoptemos con él la misma actitud de odio: odiar al mismo objeto que odian todos y de la misma manera que odian todos. Así el grupo se consolida cuando todos los componentes viven una amenaza común.

- La incurabilidad del odio, según Don Carlos, puede compensarse con lo que se denominó en psicoanálisis una formación reactiva. Si el síntoma es el odio y éste se considera moralmente reprobable, hay que defenderse del odiar al objeto. Esta formación reactiva se constituye como una buena defensa al conseguir con el objeto una relación de carácter opuesto, un contrasíntoma. Ni experimento odio, ni por tanto, puedo odiar a ese objeto; es más, lo amo.



El que se defiende de su odio puede desarrollar el contrasíntoma del amor a los demás, tanto más formalmente representativo cuanto más intensa era su necesidad de odiar. Pero esto no deja de ser un amor impuesto, por que los sentimientos se tienen o no se tienen, pero de ninguna manera porque se quieran tener o dejar de tener.