



EL RESENTIMIENTO

Problemas en su definición

EL RESENTIMIENTO

Problemas en su definición

En el presente trabajo hemos pretendido ofrecer nuestro estudio sobre “*el resentimiento*”, tras estudiar los apuntes aportados por el profesor Torralba y el estudio que hemos hecho de otros autores.

INTRODUCCIÓN

La agresión y la violencia adquieren cada día mayor importancia para científicos sociales y también para los gobiernos. Investigaciones y reflexiones en forma de libros, artículos, tesis, ... un número creciente de estudios que se dedican a analizar la agresión y la violencia y a estudiar los factores condicionantes de ellas.

Salvo en este posgrado sobre Cultura de Paz, hasta hoy habíamos apreciado que un aspecto de la *agresión* que ha recibido escasa atención es el del *resentimiento* y resulta que es un fenómeno que se encuentra estrechamente ligado a la presencia de conductas agresivas o que favorece la presencia de aquellas.

El psicoterapeuta **Rollo May** califica el resentimiento como “*la apariencia que toma (el odio) en la vida urbana y civilizada*”. Y agrega: “*La mayoría de las personas en nuestra sociedad, al observarse introspectivamente, pueden no estar seguras de que alimentan algún odio en particular, pero no tienen duda alguna en lo que toca a tener almacenada una buena cantidad de resentimientos*” (May, 1976, pp.122-123).

Hemos comprobado que el resentimiento, aunque es del ámbito afectivo, sin embargo tuvo gran protagonismo en el S. XIX, siendo uno de los grandes actores de la conducta humana gracias a la obra de Federico Nietzsche (1844-1900), filósofo alemán que “*percibió con amargura y profundidad este problema del resentimiento en la época moderna*” (May, 1976, p.123), y que lo situó en la base de la distinción que él llevara a cabo entre moral de esclavos y moral de señores, concediéndole una importancia decisiva en la genealogía de la moral que es el título de la obra dedicada a estudiar este tema (Nietzsche, 1983).

Ya en Nietzsche el resentimiento aparece en toda la complejidad que le es característica. Se trata de un estado afectivo que discurre en muchos casos “*subterráneamente*”, es decir, que no siempre puede ser fácilmente percibido por el observador ajeno, o que puede ser confundido y que, más aún, aquel que “*es o está*” resentido no siempre es consciente de la existencia de resentimiento en él.

Muchas son las preguntas que surgen en torno al resentimiento y para la mayoría de ellas no tenemos respuestas: *¿qué situaciones lo generan?, ¿en qué medida los antecedentes, las circunstancias existenciales de cada individuo contribuyen o favorecen la aparición del resentimiento?, ¿es el resentimiento un estado permanente o sólo un fenómeno pasajero en la dinámica psicológica de los individuos?, ¿cómo se forma y cuán intenso puede ser en personas normales y en individuos con trastornos psicológicos?, y, ¿hay resentimientos específicos* (“*resentimiento social*”, *resentimiento económico*”, “*resentimiento político*”, etc), *¿o es el resentimiento un fenómeno que, más bien, matiza toda la conducta del ser humano y cuyos efectos se manifiestan en todos los aspectos de su vida psíquica?* Son estas sólo algunas de las innumerables preguntas que



surgen acerca del resentimiento, que reflejan de modo meridiano la dificultad que este fenómeno plantea al estudioso, y para las cuales aún no hay respuestas satisfactorias.

Como hemos dicho, es con Nietzsche con quien el resentimiento adquiere un significado central en el estudio de la vida psicológica del individuo. Pero ya en el pensamiento antiguo encontramos atisbos del rol del resentimiento. En el Dhammapada, antiquísimo texto budista puede leerse: “Me insultó, me pegó, me derrotó, me robó” – en los que abrigan tales pensamientos nunca cesará el odio. “Me insultó, me pegó, me derrotó, me robó” – en los que no abrigan tales pensamientos el odio cesará” (Citado por Huxley, 1967, p. 121).

Juan Luis Vives (1492-1540), en su Introducción a la Sabiduría, escribe “438. - Si no era saludado tú o no eres correspondido en el saludo, atribúyelo a descuido o distracción más que a desdén premeditado; si te hablan con poca blandadura o no te dan la honra suficiente, culpa a la costumbre o la condición de quien tal hiciera, no a su malicia ni a su odio. No seas tan vano que te lleve un soplo de la boca. 439.- Con estas y otras interpretaciones similares te crearás una vida santa y apacible, puesto que a todos amarás y no pensarás ser ofendido de nadie”. (Vives, 1972, p.89).

Una referencia más e interesante en esta introducción, queremos reseñar la referencia encontrada en las Reflexiones o Sentencias y Máximas Morales, de ese profundo conocedor del hombre que fue el Duque de la Rochefoucauld (1613-1680), es posible hallar pensamientos referidos al tema por ejemplo: Reflexión moral Nº 55, “El odio a los favoritos no es sin apetencia de favor. El despecho de no poseerlo encuentra su consuelo y se alivia testimoniando desprecio a los que lo poseen; y les negamos nuestro homenaje, al no poderles arrebatar aquello que les atrae al de todos”, y Nº. 475, “Nuestra envidia dura casi siempre más que la dicha de los que envidiamos”.

En el siglo XIX, John Stuart Mill (1806-1873) decía: “...aquellos que a la vez que desean lo que otros poseen, no dedican sus energías a lograrlo, pasan el tiempo quejándose sin cesar de que la fortuna no les da lo que no intentan conseguir por sí mismos, o rebosan envidia y mala voluntad hacia aquellos que poseen lo que ellos desearían tener...” (Citado por Harré, 1982. P.20).

De otro lado, en el siglo XX, Max Scheler (1874-1928), filósofo alemán, dedica un detenido estudio al resentimiento en la edificación de la moral (Scheler, 1944).

Desde la rama de la psicología, hemos visto los psicólogos de orientación filosófica, destacando Karl Jaspers (1883-1964), que hace referencia al papel del resentimiento en la psicopatología (Jaspers, 1955). Así mismo Ludwig Klagers (1872 – 1956), se interesa por este fenómeno.

En Philipp Lersch (1898-1972) influido por Scheler, encontramos un fino análisis del resentimiento. En su obra **La estructura de la personalidad** (1968), Lersch considera al resentimiento como una forma sutil y complicada del afán vindicativo, una de las vivencias pulsionales del yo individual: *“Lo que desencadena el afán vindicativo en la forma del resentimiento –escribe Lersch- no es realmente el perjuicio de los propios intereses por una acción realizada por otro, sino el saber de que este otro logra o posee precisamente lo que uno no ha podido obtener. La venganza adquiere cierta justificación por el hecho de que nuestros propios intereses hayan sufrido una lesión por la iniciativa de otro. En cambio, en el resentimiento, la culpabilidad del otro, que pone en marcha el deseo de causarle un daño, consiste solamente en que posee valores que a nosotros nos han sido rehusados”* (pg.142).



Lersch destaca las relaciones entre resentimiento y envidia: “Como antes dijimos, la envidia es la condición previa para el resentimiento. Pero así como no existe envidia sin egoísmo, pero sí egoísmo sin envidia, tampoco existe resentimiento sin envidia, aunque sí envidia sin resentimiento. La envidia sólo lleva al resentimiento cuando atribuimos, no a nuestra propia insignificancia, sino a la injusticia del destino, el que a los demás les vaya mejor que a nosotros, el que sus exigencias sean satisfechas mientras fracasa nuestro afán de posesión, y cuando tratamos de que esta injusticia, con nuestra intervención o sin ellas, sea cancelada de manera que el otro sufra en perjuicio que perturbe la felicidad que le envidiamos” (p.214).

En todos los casos mencionados, se trata de detenidas reflexiones acerca de lo que podríamos llamar la esencia del resentimiento, sin mayor preocupación por operacionalizar el término (haciéndolo de ese modo abordable para la investigación psicológica). También dentro de esta línea deben mencionarse las referencias de Honorio Delgado (1892-1969) a este fenómeno, el trabajo de Gregorio Marañón (1887-1960) sobre el resentimiento en Tiberio (Marañón, 1981) y las breves menciones que hace Emilio Mira y López (1896-1964).

No sólo los psicólogos de corte filosófico trabajaron este tema. En una vertiente diferente, la de la psicología profunda encontramos a diversos teóricos de un modo u otro se han ocupado del tema: desde Alfred Adler (1870-1937), hasta Melanie Klein (1882-1960), pasando por Karen Horney y Oliver Brachfeld (1959).

También Gordon Allport (1897-1967), refiriéndose al odio señala una consecuencia y característica del resentimiento: *“sabemos también que una curiosa proyección caracteriza todas las actitudes hostiles: siempre se considera a la persona que desagrada como la única culpable. Pocas veces se nos ocurre pensar que la causa de que odiamos quizá se encuentre en nosotros mismos, que tal vez estemos usando como chivo emisario a la persona que no nos gusta. Nadie pide que lo curen de sus prejuicios. El odio es como la ictericia: el paciente no se fija en el estado del hígado, son las cosas de afuera las que se ponen maliciosamente amarillas”* (Allport, 1981, p. 136).

Precisamente entre los psicoanalistas ha sido Harry Stack Sullivan (1892-1949) uno de los que más ha destacado la importancia del resentimiento en la psicopatología. Escribe: *“...resentimiento es el nombre del aspecto experimentado de procesos bastante complejos que, de ser expresados más directamente, habrían llevado al uso represivo de la autoridad. De esta manera, el resentimiento tiende a tener aspectos encubiertos muy importantes. En el tipo más delicado de situaciones hogareñas, esos procesos encubiertos son complicados por esfuerzos tendientes a ocultar hasta el resentimiento es, pro razones que ahora no puedo tratar, uno de nuestros primeros procesos muy notables, del grupo que subraya el campo bastante bárbaramente llamado psicósomático”* (Sullivan 1964, p. 249).

Como puede apreciarse, el resentimiento es un fenómeno de particular complejidad y de difícil abordaje. Nos llama la atención la importancia del resentimiento en el terreno de la psicoterapia. Rollo May señala que “el odio y el resentimiento deben utilizarse como motivaciones para restablecer nuestra libertad genuina: no transformaremos estas emociones destructivas en otras constructivas hasta que no hayamos hecho esto”. Pero no solo May ha señalado esto, también lo ha hecho Albert Ellis quien en aros trabajos se ha referido directamente al resentimiento (Ellis, 1979; Ellis y Harper, 1962).

Por último, el tema del resentimiento posee también interés en la psicología social en lo que concierne a la investigación de las percepciones de justicia y equidad y su influencia en la conducta interpersonal del



individuo. En esta área, a la que diera Adams (1965) particular impulso, el resentimiento ha sido ligado a la teoría de la privación relativa.

PROBLEMAS DE DEFINICIÓN

Existe una gran imprecisión terminológica. Hay una dificultad conceptual: es difícil distinguir la diferencia existente entre resentimiento y otros estados afectivos: ¿en qué consiste por ejemplo la diferencia entre envidia y resentimiento? El Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española (1956) nos da una definición poco clara del fenómeno que estudiamos. En un diccionario de sinónimos y antónimos (VOX, 1982) encontramos la siguiente acepción: “Resentimiento: Serie intensiva: queja, escozor, resquemos, rencor”; y otra: “resentirse, sentirse, escocerse, picarse, agraviarse, ofenderse”, (p.317). Pero igualmente podríamos preguntarnos si son sinónimos o no el resentimiento, el encono, la inquina, la ojeriza, la susceptibilidad, la hostilidad, el despecho.

Este problema lingüístico se presenta no sólo en castellano, también en otros idiomas: así en alemán, Ressentiment es Abneigung, Groll, Hass y hasta Rache, pero también Unwille, Lebensneid y Unterlegenheitsgefühl. Algo parecido sucede en el inglés con el término Resentment.

La definición de Dorsh (1981): “Propiamente significa volver a experimentar un sentimiento, especialmente un sentimiento doloroso. Pero se entiende generalmente en el sentido de rencor sordo, frecuentemente inconsciente, de envidia u odio impotente que se manifiesta en críticas, en comentarios o insinuaciones que desprestigian a la persona que es objeto del resentimiento. Este fenómeno fue popularizado por Nietzsche que lo empleó, por ejemplo, en la interpretación del cristianismo como resentimiento de los desafortunados” (p.860).

HACIA UNA DEFINICIÓN DEL RESENTIMIENTO

La búsqueda a través de la bibliografía especializada arrojó mejores resultados. Así, Delgado, en su artículo “Psicología general y psicopatología de las tendencias instintivas” (1938, pp. 274-279) hace una detenida exposición de las características que él considera como distintivas del resentimiento: “1. Hostilidad reactiva con vehemencia enconada y recelosa pero sin objeto individual exclusivo; 2. Orientación en que las tendencias reflexivas, sobre todo la egotómica y la de poderlo, aunque excitadas, no se actualizan de manera adecuada a la naturaleza de las cosas y de la propia realidad personal sino, indirectamente, con transposiciones y como quien se siente incómodo sin saber por qué y, “con la mirada venenosa” (Nietzsche), actúa con agresividad difusa, envidia velada o rencor sordo, cuando no cree hallar motivos patentes de censura, indignación, odio, etc; 3. De gran resonancia egocéntrica – estado de autointoxicación psíquica (Scheler), con las consiguientes desviaciones y cegueras en el orden valorativo...” (pp.274-275).

Bernstein y Crosby (1980) dan la siguiente definición: Resentimiento es *“un sentimiento permanente de haber sido maltratado o postergado (por alguien, un grupo de personas, una institución, o por la vida o el destino en general) en el logro de determinados bienes materiales o espirituales, a los que se creía tener derecho, por lo que el sujeto considera que lo que él ve como principios elementales de justicia y equidad han*



sido violados en perjuicio suyo y, además, que otros poseen algo (material o espiritual) que él también tenía derecho a poseer y que le ha sido negado sin razón valedera”.

Sin olvidar la definición sobre la que hemos trabajado, que es la del profesor Torralba: *“El resentimiento es una reacción emocional del yo respecto al tú. Se trata, pues, de una reacción interpersonal entre dos seres libres, inteligentes y responsables. Una reacción emocional es una vivencia fuertemente arraigada en el corazón, una reacción instintiva, llena de emoción, de fuerza y energía. El resentimiento es, además, una reacción que se revive en el seno del espíritu, que se vuelve a vivir repetidamente”.*

CONCLUSIONES

En primer lugar, hemos visto que los autores coinciden en que el resentimiento para que sea tal deber tener el carácter de permanente (cf Scheeler 1944. P.14). El individuo tiene que haber ido desarrollando ideas referidas a que la vida o los demás no han sido con él todo lo justos o todo lo generosos que ellos deberían realmente haber sido sin que él hay tenido ocasión de reponer el sentido de justicia deformado o “ajustar cuentas”. Esto tiene que darse, por supuesto, en función de una acumulación de hechos grandes y pequeños que son subjetivamente experimentados como injustos o, más aún, como dañinos o nocivos para el desarrollo personal. Esto nos parece central. Claro que aquí debe relativizarse en el sentido de señalar que lo que para uno puede ser una “gran injusticia” para otro puede tener el carácter de nimiedad.

Es sobre esta base sobre la cual los “pequeños enojos” comienzan a jugar un rol de importancia: se acumulan y al hacerlo alimentan el resentimiento basado al principio en las “grandes injusticias”.

Al final, como ya lo señalara Allport (1981), “todo adquiere un particular calor”. El resentido cada día va encontrando situaciones e “injusticias” que “alimentan” su resentimiento a través del mecanismo de la “apercepción tendenciosa” o lo que Adler llamaba “buscar la bofetada” (Titxe, 1983).

Todo esto torna permanente al resentimiento. Se trata del caso de quien lentamente ha ido formándose un concepto en el sentido de que a él – a pesar de todos sus esfuerzos o de sus capacidades-“en esta vida le ha ido peor que a los demás” o que “los demás poseen algo que a él le es (o le ha sido) negado sin razón”.

Lo decisivo puede ser no tanto ni siempre un solo hecho traumático sino un ambiente en el cual día a día aparecen injusticias, postergaciones, maltratos reales o imaginados, que alimentan el sentimiento de postergado o injustamente tratado. En ese sentido es en el cual hablamos de una suerte de acumulación de “pequeños enojos”.

Dos problemas surgen con respecto a lo que hemos dicho. Primero, parece evidente que cada uno de nosotros tiene un cierto “reservorio de resentimiento”, que puede estar muy claro en la mente de cada cual o que se expresa vagamente. Así, el resentimiento es, como afirma Helwig (1970), “tan corriente que apenas puede llamarse patológico” (p.223). que la magnitud del resentimiento alcanza un nivel tal que ejerza un rol decisivo en la conducta de un individuo es algo que depende, creemos, tanto de la calidad, cantidad y tipo de situaciones que han dado lugar al resentimiento, como del significado que estas poseen y del que le dará cada individuo, el cual se halla en íntima relación con la estructura de la personalidad existente en cada cual: “ante la situación – escribe Honorio Delgado en su conocido Curso de psiquiatría (1967, p. 220)- los individuos pueden



ser impresionados y reaccionar de maneras muy distintas a causa de las diversas disposiciones innatas y de las actitudes adquiridas por influjo de experiencias similares.

Por tanto podemos admitir la existencia de “resentimientos normales” en todo ser humano. Lo que sí parece decisivo es que una vez que el resentimiento ha adquirido ya un poder de decisión sobre la conducta individual, matiza todos los actos de un individuo. En este sentido, los autores estudiados plantean que no existen resentimientos “parciales” o “circunscritos”; es decir no hay “el resentido sexual” o el “resentido social” sino hay únicamente “el resentido”, en el cual el fenómeno del resentimiento, que pudo elaborarse en el contexto de un problema más o menos específico, se expresa ahora con mayor o menor intensidad, en toda la conducta del individuo.

De allí que aspectos en apariencia poco importantes dentro de la vida psíquica de cada cual cobren de pronto un significado inicial a la luz del influjo del resentimiento. Comparaciones de las que sólo es consciente el individuo “resentido”, comparaciones en las cuales él lleva la peor parte, sirven de alimento al resentido. Eso fue percibido desde muy temprano en la historia de la filosofía: Séneca, el filósofo estoico, escribe: “Tu vecino ha recibido más que tú, ¿pero necesitas hacer comparaciones para gozar de lo que tú recibiste? Jamás será dichoso quien se sienta contrariado por la dicha ajena” (1979, p. 48).

Santiago Agüero y Trinidad Lorenzo



BIBLIOGRAFÍA

- Allport, G. W. (1981). Psicología del amor y del odio. Traducido del inglés. Buenos Aires: Leviatán.
- Brachfeld. O. (1958) Los sentimientos de inferioridad. Barcelona: miracle.
- Delgado, H. (1966). La personalidad y el carácter. Barcelona.
- Delgado, H. (1967). La formación espiritual del individuo. Barcelona.
- Horney, K. (1976). Nuestros conflictos interiores. Una teoría constructiva sobre la neurosis.
- Huxley, A. (1967). La filosofía perenne. Traducido del inglés. Buenos Aires.
- De la Rochefoucauld, D. (1983). Reflexiones o sentencias y máximas morales. Barcelona. Bruguera.
- Marañón, G. (1981). Tiberio. Historia de un resentimiento. Madrid. Espasa Calpe.
- May, R. (1976). El hombre en busca de sí mismo. Buenos Aires.
- Nietzsche, F. (1983). La genealogía de la moral. Madrid. Alianza.
- Scheler, M. (1944). El resentimiento en la moral. Espasa Calpe.
- Séneca (1979).. Tratados filosóficos. Cartas. México. D.F. Porrúa.
- Vives, J.L. (1972). Introducción a la sabiduría. Traducido del latín. Madrid. Aguilar.

