

## **SYLVIA PLATH: CREATIVIDAD Y TRASTORNO BIPOLAR**

Tomás Motos Teruel

Cuando murió Sylvia Plath no era Sylvia Plath. La poeta norteamericana de 30 años, que se suicida en la madrugada del 11 de febrero de 1963, en su apartamento de Londres, aproximadamente a las 4,30 de la madrugada –la hora en la que se suelen cometer los suicidios-, abriendo el gas de la cocina y aspirando el monóxido de carbono, después de haber preparado una bandeja con dos vasos de leche y pan con mantequilla para sus dos hijos, de 3 años y 8 meses, respectivamente, y después de taponar bien las rendijas de las puertas para que el gas no entrara a la habitación de los niños, esa mujer, digo, no era Sylvia Plath. La Sylvia Plath que conocemos es una construcción, un mito. Un icono que murió joven, definida por su muerte, como si su vida no valiera nada, sino solo un preámbulo para su suicidio.

Sylvia Plath sufría de trastorno afectivo bipolar (TAB) y vino a confirmar la estadística de que uno de cada cinco pacientes afectados por esta enfermedad trata de quitarse la vida y que el porcentaje de los intentos de suicidio en este colectivo es 30 veces mayor al registrado en la población general.

Es difícil escapar del mito y de lo mítico al hablar de Sylvia Plath. La imagen que se tiene de ella está distorsionada por la manera en se ha transmitido su obra, por su peculiar historia personal y por su peculiar historia textual, que está llena de enfrentamientos.

La muerte de Sylvia Plath, menos de cinco meses después de haberse separado de Ted Hughes, no produjo más de un par de párrafos en un periódico local y alguna nota necrológica en la prensa literaria. Pronto, sin embargo, su muerte fue atrayendo casi el mismo tipo de cobertura macabra como la de Marilyn Monroe, que murió el año anterior.

Después de la publicación de *Ariel*, en 1965, la prensa internacional descubrió que la bella joven estadounidense había escrito inolvidables obras geniales sobre la muerte, la desilusión, la maternidad y la búsqueda de la identidad antes de poner la cabeza en el horno de gas de su cocina.

### **1. La construcción del mito Sylvia Plath**

#### **1.1. Historia textual**

En vida solo publica un libro de poesía *El Coloso y otros poemas* (1960) y una novela autobiográfica, *La campana de Cristal* (1963), bajo el seudónimo de Victoria Lucas. Conseguir publicar no era solo importante para Sylvia, sino que lo era todo. A los 8 años publica su primer poema en el *Boston Herald*. Para ella, ver su nombre impreso, era la última prueba no solo de ser aceptada sino de existir. En agosto del 1950 aparecerán en la prensa nacional su primer relato de ficción en *Seventeen* y su primera publicación poética en el *Christian Science Monitor*. En esta misma revista verá la luz también su primer ensayo. En publicaciones norteamericanas e inglesas de diferente cariz ideológico como *Mademoiselle*, *The Atlantic Monthly*, *Harper's*, *Vogue*, *New Yorker*, *My Weekly*, *The*

*London Magazine, The Observer, English Poetry Now, New Statesman, etc.* irá apareciendo su producción en verso y en prosa a lo largo de su corta vida.

Su primer libro, *El Coloso y otros poemas* (1960), aunque bien recibido por la crítica, ha sido a menudo considerado como convencional y carente de la fuerza dramática de sus obras posteriores. En él muestra su destreza técnica, pero su lectura produce la sensación de que hay algo reprimido.

*La campana de Cristal* (1963), novela publicada poco antes de su muerte, es la crónica literaria de la depresión nerviosa, del tratamiento con electrochoque, de su intento de suicidio (24 de agosto de 1953) y de su posterior recuperación. La protagonista Esther Greenwood, una joven de 19 años, nos cuenta su vida durante unos meses. Es una novela de iniciación y de búsqueda de la identidad femenina, un recorrido por las opciones que le ofrece la vida a la mujer, por eso en los años 70 del pasado siglo se convirtió en el icono del movimiento feminista.

Su obra más importante fue publicada tras su muerte primero por su marido, el poeta laureado inglés, Ted Hughes; luego por su madre Aurelia Schober y últimamente por su hija, Frieda Hughes Plath.

*Ariel*, se publica en 1965 en Inglaterra y al año siguiente en USA donde se venden cerca de 40.000 ejemplares en el primer año, convirtiéndose en uno de los libros de poemas más vendidos del siglo XX. Ted y Sylvia se habían separado en el verano del 1962, debido a que él se había enamorado de la poeta Assia Wewill, pero como no estaban divorciados, tras la muerte de Sylvia, Ted era, según la ley británica su heredero. El manuscrito que había dejado Sylvia se iniciaba con el poema "Morning song", que comienza con la palabra "amor", seguía con el sentimiento de rabia y desesperación que le había causado la infidelidad y abandono de Ted, y finalizaba con un ritual de muerte y una insinuación de resurrección en los cinco poemas sobre el cuidado de las abejas. En el último de ellos, "Wintering", las abejas vuelan, para saborear la "primavera". Con esta palabra terminaba el texto. Sylvia había pensado titular la colección *Poem for a Birthday*).

Pero Ted Hughes reordena el manuscrito de *Ariel*, quita poemas e introduce otros. En vez de terminar con una insinuación de renacimiento la nueva ordenación termina con una deriva hacia la muerte. Esta nueva lectura implica que el suicidio era inevitable, y que estaba provocado no por las circunstancias difícilísimas por las que Sylvia estaba pasando cuando escribió los poemas (sola con dos niños, gripe incurable, fiebre alta, las niñeras se marchan, invierno terrible, piso sin acondicionar, etc.), sino por su esencial y aparentemente incurable enfermedad mental. Los dos *Ariel* cuentan diferentes historias, cambiando el tono y el tema: desde un renacimiento transformador, a una inevitable autodestrucción. No obstante, en *Ariel* aparece Sylvia Plath como una mujer grande y poderosa: "leona de Dios", que "me zampo a los hombres como si fuesen aire".

En *Winter Trees* (1971) y *Crossing the Water* (1971) se recogen poemas no incluidos en *Ariel*.

*Letters Home. Correspondence 1950-1963* (1975). La madre, Aurelia Schober, publica una selección de las cartas de Sylvia para demostrar a los lectores que ella no era como había aparecido en *Ariel* y *La Campana de Cristal*. Pero el hecho de que las cartas aparecieran mutiladas supuso que los lectores empezaron a considerar la posibilidad de que la relación enfermiza de Sylvia con su madre era la razón por la que Sylvia era como era.

*The It-Doesn't-Matter Suit* (1976), se trata de un relato corto infantil. También es para niños *The Bed Book* (1976).

*Johnny Panic and the Bible of Dreams* (2000). Está formado por relatos escritos en diferentes épocas. El que da título al libro es del 1958, cuando Sylvia Plath, después de dejar el puesto de profesora en el Smith College trabaja como recepcionista en el Massachusetts General Hospital de Boston. En la introducción Ted Hughes escribió que Sylvia Plath había redactado unos 130 páginas de una novela provisionalmente titulada *Double Exposure*, cuyo manuscrito desapareció en 1970. En una carta a un amigo Sylvia decía que la novela era "semi-autobiográfica sobre una mujer cuyo marido resulta ser un desertor y mujeriego".

*Collected Poems* (1981). En esta edición realizada por Ted Hughes, se recogen todos sus poemas escritos entre el 1956 y 1963, y una selección de los años anteriores bajo el título de "Juvenalia". Sylvia Plath gana el premio Pulitzer de Poesía, a pesar de haber muerto hacía 20 años.

*The Journals of Sylvia Plath* (1982). Frances Mc Collough realiza la edición, que contiene un tercio de sus diarios, bajo el ojo supervisor de Ted Hughes, criticado de censurar y asfixiar el pensamiento de Sylvia Plath. Pero lo más condenable es el hecho de destruir los diarios correspondientes a los tres últimos meses de su vida. Estaban escritos en varios cuadernos y hojas sueltas. Uno de ellos "lo destruí porque no quería que nuestros hijos tuvieran que leerlo (por aquel entonces yo consideraba el olvido como una parte esencial de la supervivencia). El otro desapareció" - escribe Ted Hughes en el prólogo-. Se cree que una amiga de Hughes lo cogió durante una visita después de la muerte de Plath, y que aún podría aparecer. ¿Estas acciones fueron motivadas por la obligación de Ted hacia sus hijos o por el propio interés para mantener limpia su imagen?

En el 2000 se publica *The Unabridged Journals of Sylvia Plath*. Frieda Hughes encargó a Karen Kukil, conservadora de la colección de 4000 páginas de escritos de Plath guardados en el Smith College, la edición completa, sin pulgar de los diarios de su madre.

Los diarios completos dan argumentos a los partidarios de la campaña anti Hughes: había censurado detalles sobre sí mismo en la edición del 1982. Pero tal elisión parece haber sido dictada por la preocupación por la defensa de la privacidad más que por la necesidad de ocultar información que pudiera dañar su imagen.

Los temas principales de los diarios de 2000 estaban presentes en la edición de 1982: la ambición precoz y constante de Plath de llegar a ser escritora, que le

llevó al crecimiento como artista y a sus publicaciones; el loco torbellino social de sus novios durante sus años de universidad; su rebeldía ante las limitaciones de los roles de género en el matrimonio y ante la estrecha mentalidad cultural de los años 50; los demonios familiares de su infancia -la muerte de su padre por una complicación de la diabetes cuando tenía 8 años y su conflictiva relación con su madre viuda; la magnitud emocional, psicológica y artística de su relación con Hughes, su "semidiós", el "gran, explosivo y peligroso amor"; su lucha infatigable por el control de su caótica vida emocional. En síntesis, y en palabras Hughes: "su voluntad para hacer frente a lo que estaba mal dentro en sí misma y sacarlo afuera para analizarlo y rehacerlo."

Sus diarios revelan, más que nada, a una mujer en conflicto. Pero también exponen varias capas de su identidad. A veces, ella es un ama de casa de los años 50 ("me casé con un poeta de verdad, y mi vida ha sido redimida: amar, servir y crear"). Otras, es la chica sexualmente liberada de los años 60 ("hemos echado un polvo muy bueno. Enormemente bueno, tal vez el mejor de todos"). Otras, es una feminista de los años 70, ("tengo que cambiar yo, antes de cambiar a otros - una mujer famosa entre las mujeres"). E incluso, una Bridget Jones de los 90 ("no bebas mucho, se amable y más contenida. Trabaja tu vida interior - para enriquecerte". Si sumamos estos elementos al hecho de que la imagen de Plath se ha congelado en el papel de víctima -la joven madre abandonada con dos hijos, la mujer destruida por la infidelidad del su marido- queda claro por qué ha sido, en muchos sentidos, un icono para las mujeres.

*Ariel. The restored Edition* (2004). La nueva edición restaurada sigue exactamente la disposición de su último manuscrito de Sylvia Plath tal y como ella lo dejó.

Conforme Hughes iba lentamente publicando la obra póstuma de Sylvia- con lo que consiguió ganar un público enorme- se iba produciendo la entrada la obra de Sylvia en el canon de la poesía americana del siglo 20, posición que no había alcanzado a durante su vida. Pero Hughes fue brutalmente atacado por los estudiosos, los críticos, y, en particular, por las feministas, que utilizaron los devastadores poemas de *Ariel* ("Papaíto", "Lady Lázaro", "Purdah", "Las picaduras") y la poda de los diarios de 1982, como prueba de que la había estado controlando desleal y egoístamente y que había tratado de destinar a Plath, un genio poético, a coserle sus botones.

## 1.2. Biografías

Plath es uno de los autores del siglo XX sobre quien más se ha escrito. Supera a la poeta canónica Emily Dickinson. Ha sido objeto de una docena de biografías, varias memorias, cientos de tesis doctorales y miles de estudios críticos, ensayos y artículos. En la página web *A celebration, this is a sylvia plath.info* se recoge una relación de ellos en inglés. Su obra ha sido traducida a 30 idiomas, entre otros, al chino, turco, vietnamita o malayalam.

Cada biografía de Sylvia Plath pretende ser la definitiva, la que cuenta *la verdad* sobre su vida. Lo cierto es que cada una de ellas causa una mayor controversia, ya sea por demasiado anti-Hughes, en cuyo caso Hughes y su hermana Olwyn se

negaron a permitir que los autores citaran los poemas de Plath en su totalidad, o por demasiado pro-Hughes, entonces los seguidores de Plath consideraban traicionada su memoria. Y luego, están las incontables remembranzas: la de un vecino que conocía en su pueblo, la de una compañera de universidad, la de la el hombre en el piso de abajo, etc. Entre las biografías caben destacar:

- *Sylvia Plath: Method an Madness* de Edward Butsher (1976) nos ofrece una imagen morbosa y depresiva de Sylvia debido a uso fácil que del psicoanálisis hace el autor.

- *Sylvia Plath. A Biography* de Linda Wagner-Martin (1987). Para esta autora fue una profeminista.

- *Better Fame*, de Anne Stevenson (1989). Es la más controvertida por la falta de simpatía por la poeta y la mucha por el poeta. Stevenson presenta a Sylvia como exigente, egoísta y fría, como a una joven tremendamente complicada y confusa, inestable, lanzada, perfeccionista y más bien con poco sentido del humor. Incluye las memorias de Dido Merwin, Lucas Meyer y Richard Murphy, personas que la conocieron.

- *Rough Magic* de Paul Alexander (1991). Nos presenta a Sylvia Plath como una persona extraordinaria, como una "bitch godees".

- *The Dead and Life of Sylvia Plath* de Ronald Hayman (1991) Sylvia es presentada como víctima de su marido, de su madre y del sistema social patriarcal de los años 50-60 del pasado siglo.

El libro más profundo escrito sobre el fenómeno Plath no es una biografía al uso, sino una metabiografía: la interpretación de las interpretaciones. El electrizante libro de Janet Malcolm (1993) *The Silent Woman. Sylvia Plath and Ted Hughes*, estudia la industria sobre Plath/Hughes, en lugar de Plath y Hughes en sí mismos.

### 1.3. Direcciones de la crítica de la obra de Sylvia Plath

Los escritos de Sylvia Plath han sido objeto de muchos enfoques críticos.

- **Confesional: psicobiográfico.** Parte de la premisa de que la literatura y existencia se entrecruzan y alimentan. Considera la obra de un artista en relación a su vida, ya que, hasta cierto punto todos escribimos a partir de las propias experiencias.

En este sentido, la obra de Sylvia Plath no puede desligarse de su atormentada existencia. Aunque no es totalmente autobiográfica, encierra bastantes elementos como para ser leída como autobiografía, como "a self-defining confesional mode".

La poesía confesional hace hincapié en la información íntima y poco favorecedora a veces, sobre los detalles de la vida personal del poeta, como la enfermedad mental, la sexualidad o la desesperanza. Fundamentalmente en *La campana de cristal* y en *Ariel* Sylvia se convierte en el principal icono del confesionalismo, con poemas como "Oda para Ted", "Papaíto" (poema falsamente biográfico) y "Electra en el camino de las azaleas". O los poemas "Escayolada" o "Tulipanes" donde relata sus sentimientos y observaciones durante la estancia en el hospital en 1961, debido a que sufrió un aborto y

después una extirpación de apéndice. Sylvia Plath transformó su vida en arte., como ella confiesa en una entrevista con Peter Orr, en 1963: "Creo que mis poemas surgen inmediatamente de las experiencias sensoriales y emocionales que he tenido, pero debo decir que no puedo simpatizar con esos gritos del corazón, informados únicamente por la aguja o el cuchillo... Creo que uno debe ser capaz de controlar y manipular las experiencias, incluso las más aterradoras, como la locura o como ser torturado... y debe ser capaz de manipular estas experiencias de modo inteligente e informado".

Dentro de esta orientación que aúna literatura, biografía, psicoanálisis e historia literaria, el estudio más completo es el de *Sylvia Plath. The Wound and Cure of Words* de Alxerod, S.G (1990), que analiza las interacciones entre la experiencia personal de Plath, sus condicionantes culturales y la literatura. Y también, la influencia de lo materno, lo paterno y lo marital en su creación literaria.

- **Crítica psicoanalítica.** En los estudios críticos sobre Sylvia Plath hay la constante tendencia de mezclar vida y obra. De un lado están quienes usan la obra para entender a la mujer que ella fue y para intentar reconstruir los conflictos a los que hubo de enfrentarse a lo largo de su vida. De la obra a la vida: la obra puede iluminar la vida. De otro lado, los que utilizan su vida para explicar y entender mejor su obra. De la vida a la obra: la vida puede iluminar la obra.

Lynda Bundtzen (1983): denuncia que al contrario de Hemingway, Sylvia Plath está arraigada en nuestras mentes como artista suicida, como una mujer que jugo con la muerte al igual que otros poetas lo hacen con las metáforas y los símbolos. Y que esta imagen morbosa y depresiva se debe a uso fácil que del psicoanálisis han hecho libros como *Sylvia Plath: Method and Madness*, de Butscher (1976); *Sylvia Plath: Poetry and Existence*, de Holbrook (1976), o *Chapters in a Mythology: The Poetry of Sylvia Plath*, de Kroll (1976). Todos ellos se regodean, en cierto modo, en las cualidades negativas de la escritora.

Su poesía no deja ninguna duda de que estaba efectivamente obsesionada con su padre. "Mi obsesión con mi padre", dice ella, "me duele, padre, me duele, oh padre al que nunca he conocido." Parece que la explicación más lógica para la enigmática relación de Plath con sus padres no es que uno o el otro fuera su demonio, sino que ella se mantuvo psicológicamente dependiente y victimizada por ambos. La muerte de su padre la dejó no sólo con el duelo no resuelto, sino también indefensa ante los vampirizados daños no intencionados de su madre.

- **Crítica feminista.** Sylvia Plath es acaparada por la crítica feminista a partir de los últimos años de la década de los 70. Desde entonces es una mártir feminista y una figura de culto. Para Teresa De Laurentis (1989) *La campana de cristal* ha conseguido el estatus de "manifiesto feminista" y se ha convertido en un texto mítico dentro del movimiento feminista no solo por su carácter autobiográfico o por la experiencia vital de Plath sino porque planteó en el nivel de ficción algunas de las cuestiones sobre las que la crítica feminista teorizaría décadas después.

Viorica Patea (1982) plantea muy lúcidamente que al feminismo le hacía falta un mito y lo encontró en Sylvia Plath: "Las feministas necesitaban una figura emblemática para enarbolar sus banderas y la leyenda de Plath resultaba útil y cómoda, ya que cumplía todas las condiciones necesarias. La convirtieron en símbolo de la mujer que luchó contra los valores patriarcales y el modo de vida tradicional y que fue martirizada igual que otras muchas generaciones de poetisas. Utilizaron su imagen y sus palabras para justificar punto por punto, los dictados de la ideología feminista, de su causa y también de sus principios estéticos"

Antes del despertar feminista de los Estados Unidos, Plath escribió sobre las mujeres, sobre su cuerpo, sus roles en la sociedad y las expectativas impuestas por la sociedad de la época, en poemas como "Mujer estéril" o "El Pretendiente". Y también, sobre la sexualidad femenina, tema muy poco tratado antes de ella por otros poetas. También Plath exploró las relaciones y la búsqueda de la identidad de las mujeres, ante una diversidad de roles que generaban confusión debido a la supuesta libertad ansiada y las restricciones sociales de la época.

Plath se adentró en las distintas formas que tienen las mujeres de experimentar sus vidas y creó personajes que representan los estereotipos femeninos como la bruja, la mujer fecunda, la mujer estéril, la seductora, la "otra", la solterona o la madre tierra, fértil y llena de hijos.

Sylvia Plath echó por tierra la imagen de "las delicadas y remilgadas poetisas" y por contra, nos ofrece una poesía sumamente trabajada, sensible, poderosa. Ella se había labrado una carrera literaria al mismo tiempo que cumplía con sus obligaciones de esposa y madre, y como premio había sido abandonada con dos hijos, sin dinero y sin vivienda digna. Las feministas radicales estadounidenses han acusado abiertamente a Hughes de asesinato. En una "guerra santa" en los años setenta y ochenta, le acosaron durante la lectura de poesías, amenazando con matarlo. En el cementerio Heptonstall, West Yorkshire, donde está la tumba de Sylvia, el apellido Hughes fue borrado en repetidas ocasiones de la lápida.

- **Materialismo cultural.** Desde esta perspectiva, que trata de estudiar el material histórico dentro de un marco politizado, como el marxismo, se analiza la autoidentificación de Sylvia Plath con el momento histórico en que vive y se constata que ella siempre se consideró un ser político y, además, creía que era obligación de los artistas involucrarse y denunciar los sucesos políticos que marcan su tiempo. Ella no se veía a sí misma simplemente como una poeta intensamente personal, sino también como un ser consciente de la conectividad histórica entre el sujeto y su entorno.

En su poesía, diarios y su novela trabajó la identificación con el Holocausto ("Papaíto", "Lady Lázaró) o con la ejecución en la silla eléctrica los Rosenberg. Además, le preocupaban profundamente temas como el conflicto nuclear, la lluvia ácida, la militarización, los campos de concentración y los juicios de los criminales de guerra nazis.

- **Mitológico:** El libro de J. Koll (1976) *Chapters in a Mythology*, estudia la obra de Sylvia Plath como un sistema de símbolos que expresan una visión mítica unificada, dentro del cual las imágenes han de ser interpretadas como emblemas del mito. Esta investigadora pone el énfasis en los elementos mitológicos en la obra de Sylvia Plath, en importancia de los símbolos. Por otra parte, destaca el interés de Sylvia y Ted por las cartas de tarot, el tablero de la güija, la Cábala y otras prácticas de ocultismo como desencadenantes de la creación poética.

Lo más notable acerca de la industria de libros y artículos sobre Sylvia Plath es que ninguno de ellos crea su retrato integral. Está descrita como la frágil y brillante hija de un inmigrante, marcada por una ambición desbordada y por la muerte prematura de su padre. Como una proto-feminista, que hace poco caso del marido, de los niños y de las agobiantes riendas paralizantes de la vida doméstica culturalmente prescritas. Como una perfeccionista irracional con cuyas demandas alienó a todos los que cruzaron su camino. Como una devota esposa y madre destrozada por la traición de su idolatrado marido. Como una artista desequilibrada que lo sacrifica todo, incluso su propia vida, para servir a su arte. Según Hughes en la introducción a los Diarios (1982) Sylvia Plath era “una persona con muchas mascararas tanto en su vida personal como en sus escritos. ... Nunca la vi mostrar su personalidad real a nadie; excepto quizás en los tres últimos meses de su vida”.

#### **1.4. Sylvia Plath, mito literario**

La imagen que se ha ido construyendo sobre Sylvia Plath es la “una poeta encumbrada a mito a causa de su tortuosa existencia”; una “leyenda fraguada por su muerte” y se la presenta con “aura de leyenda” rodeada de una “aureola mítica” y como “una de las voces -e industrias poéticas- más importante del siglo XX”.

La mitificación de Sylvia Plath proviene tanto de su obra como de la manera en que esta ha sido leída y difundida. Vida y obra parece ya muy difícil de separar por la importancia que han adquirido sus cartas y diarios. Su novela y poesía han sido considerada como confesionales, como autobiográficas. Todo ello ha contribuido a construir una imagen distorsionada de Sylvia Plath y por ende mítica.

El mito artístico es la encarnación de un arquetipo. Por arquetipo se entiende las imágenes primordiales de carácter colectivo, comunes a diversas culturas. El arquetipo artístico está en la línea de la idea, mientras que el mito, en la de lo concreto.

Para la definición del arquetipo de la mujer escritora Senís, (2009) utilizando como variables el malditismo, la feminidad literaria y la edad y evolución de la trayectoria literaria (el reconocimiento obtenido) construye un sistema de cuatro arquetipos en torno a la figura de la mujer escritora. Y lo concreta en Hera, Atenea, Afrodita y Antígona. Véase el cuadro 1.

El arquetipo Afrodita está caracterizado por la juventud, el malditismo, la feminidad literaria y un reconocimiento y respeto no totales. Atenea, por la

juventud, el no malditismo, la androginia literaria y el reconocimiento y respeto. Hera, por la madurez, el no malditismo, la atenuación de la feminidad literaria y la consagración y el respeto. Antígona, por la madurez, la feminidad literaria, el malditismo acusado y un reconocimiento y consagración singulares.

|                        | <br>madurez<br>serenidad | <br>sabiduría<br>arte | <br>amor<br>belleza | <br>valor<br>sufrimiento |
|------------------------|---|--|---|---|
|                        | Hera  | Atenea   | Afrodita  | Antígona  |
| malditismo             | no  | no   | si  | sí, acusado   |
| feminidad literaria    | si  | androginia   | si  | si  |
| reconocimiento en vida | si  | si   | no total  | no  |

Basado en Senís, Juan (2009) *Mujeres escritoras y mitos artísticos en la España contemporánea*. Madrid: Pliegos.

Explicamos brevemente las variables utilizadas en el cuadro:

- **Malditismo**. Es el término utilizado para referirse a cualquier poeta (o a un escritor de otros géneros o incluso a un artista plástico) que, independientemente de su talento, es incomprendido por sus contemporáneos y no obtiene el éxito en vida.

El malditismo femenino está relacionado, por una parte, con ciertas circunstancias vitales peculiares: alcoholismo, enfermedad mental, enfermedad física, suicidio, vida errante, lesbianismo, muerte temprana. Por otra, está ligado a circunstancias peculiares en el desarrollo y la difusión de la obra literaria: una producción escasa o relativamente escasa; la importancia de documentos personales, como cartas o diarios, casi equiparable a su obra de ficción; una carrera irregular o poco convencional; y la consagración tardía, en muchos casos posterior a la muerte.

Son consideradas malditas por suicidas: Alfonsina Storni, Virginia Woolf, Anne Sexton. Por sus amores lésbicos: Katherine Mansfield, Gertrude Stein. Por la adicción a los estupefacientes o al alcohol: Djurna Barnes, Dorothy Parker, Margerite Duras. Por su desorden voluptuoso: Colette Peignot, Nora Mitrani, Goliarda Sapienza. O por abismarse en la demencia: Alejandra Pizarnik o Leonora Carrington.

En Sylvia Plath encontramos como rasgos de malditismo: una obra escasa, la importancia de los documentos personales, su carrera irregular o poco convencional y su consagración tardía. Pero sobre todo el ser una suicida y padecer trastornos de temperamento.

- **Feminidad literaria** (*l'écriture féminine*). Se entiende por tal lo que es considerado típicamente femenino en literatura; lo que es visto como propio y característico de la literatura escrita por mujeres. La creencia de que hay una clase particular de escritura específica de las mujeres en términos de expresión, imágenes, tonos y temas, en especial la escritura 'desde el cuerpo'.

Una idea muy extendida sobre lo femenino es que la mujer está más relacionada con lo sentimental que con lo racional; con el corazón más que con la cabeza, con lo delicado, íntimo y lo cerrado, con el tono menor, la voz baja, la discreción y la sensibilidad.

Hay unas literaturas vistas como más femeninas que otras. Sus rasgos son una fuerte presencia de sentimientos y emociones; tendencia a la introspección; predominio del intimismo; uso de la primera persona femenina; voces narrativas femeninas; focalización sobre la mujer y sus conflictos y frecuencia de personajes femeninos; existencia de un lector pretendidamente femenino y con un nivel de exigencia no muy alto; y escasa atención prestada a personajes masculinos o bien aparecen desdibujados.

El calificativo femenino lo utilizan críticos de las revistas literarias como sinónimo de feminista o políticamente correcto, intimista, comercial y no universal. Estos rasgos implican según Laura Freixas (2000) un juicio de valor negativo. Pero la crítica feminista considera esta *diferencia* como algo bueno, no vergonzante y mucho menos sinónimo de baja calidad. La mujer es un ser diferente al hombre, ni mejor ni peor. Y Sylvia Plath es una de las escritoras más estudiadas y usadas como ejemplo por la crítica feminista.

Juan Senis (2009) considera que el mito de Sylvia Plath se ha consolidado de acuerdo con el arquetipo de Antígona, porque de todos los aspectos de su vida y obra han prevalecido los relacionados con el malditismo femenino y la feminidad literaria. En su vida y en su obra se dan suficientes elementos para que se produzca esta mitificación

Antígona según Benjamín Prado (2001) es símbolo universal del sufrimiento y del valor. Este personaje mítico da testimonio de su ser como mujer; es la dama del grito, porque su consagración, su mitificación se debe al desgarramiento, al sufrimiento, a una vida dramática fulgurante, rápida, escandalosa y llamativa como un grito. Las mujeres que se agrupan bajo este arquetipo mueren jóvenes y por eso se las mitifica (Abella, 2003).

La feminidad literaria de Sylvia Plath queda acentuada por la tendencia a leer su obra en clave autobiográfica y confesional.

De la contaminación entre su vida y su obra salen reforzados la feminidad literaria -de ahí la tendencia a leer su obra en clave autobiográfica y confesional- y el malditismo. De ahí la tendencia a la divinización de Sylvia Plath bajo el signo

de Antígona. La materia propia del mito está en su vida y en su obra: en su peculiar y corta existencia, en su trágico fin y en el hecho de que su obra puede ser leída como autobiográfica.

### **1.5. La vida de Sylvia Plath se ha convertido en materia literaria y artística.**

Es indudable que existe el mito Plath en el imaginario cultural. Su figura ha pasado a ser carne de ficción, es decir, motivo central de las creaciones de otros. La obra más importante en este sentido es *Birthday Letters* de Ted Hughes (1998), extenso poemario sobre su vida en común con Sylvia Plath.

Hughes mantuvo durante 35 años un silencio total sobre la muerte de su esposa sin responder a quienes le acusaron de la crisis emocional que precipitó aquel suicidio cuando el poeta dejó a Plath por otra mujer, Assia Wevill, que, a su vez, se suicidaría, mediante inspiración de monóxido de carbono, seis años más tarde y además mataría a su hija pequeña, fruto de su relación con Hughes.

En la página web *A celebration, this is sylvia.plath.info* se enumeran las diferentes obras en lengua inglesa cuyo motivo es Sylvia Plath: novelas y cuentos, 13; obras de teatro o dramatización de sus textos, 14; poemarios, 104; composiciones musicales sobre sus textos y canciones originales; 18. Ente las novelas hay que destacar *Wintering. A Novel of Sylvia Plath* de Kate Moses (2003).

En lengua española se han publicado poemas sobre su figura. Valgan como ejemplos: “Sylvia Plath en Madrid (1932-1963)” de Benjamin Prado; “Palabras para Sylvia” de Lucía Etxebarria; “El poema de Sylvia” Elena Medel; “Sylvia Plath escribe a Ted Hughes” de Fruela Fernández.

Los últimos años de la vida de Sylvia Plath, desde su encuentro con Ted hasta su muerte están contados de con un trazo muy elegante por Christine Jeffs (2003) en la película, *Sylvia*.

Y como colofón de este apartado el 21 de abril de este año correos de Estados Unidos ha emitido una serie de sellos de poetas norteamericanos y entre ellos está el de Sylvia Plath.

### **1.6 ¿Pero quién era Sylvia Plath?**

Una niña que jugaba con muñecas de papel recortable. Una brillante estudiante de Secundaria. Una scout girl que iba de campamentos y ganaba insignias. Una chica a quien gustaba ir a la playa y pasear junto al mar. Una amante de las emociones fuertes. Una joven que también encontraba satisfacción en los momentos más tranquilos de su vida. Tocaba el piano y la viola. Pintaba y dibujaba. Sus diarios y cuadernos escolares están adornados con esbozos coloreados y humorísticos. Pintaba flores en los muebles. Hablaba alemán. Fue apicultora y repostera. Media 1,75 de altura y tenía un pie grande. Tenía los ojos marrones y el pelo castaño claro, que se le volvía rubio con el sol en verano y platino cuando se lo teñía de rubio. Tenía facilidad para ponerse morena y era muy fotogénica. Muy atractiva aunque no bella. Una joven que salía con muchos chicos: tuvo muchos novios. Salir los sábados noche para ella era tan importante como sacar una matrícula de honor. Muy popular entre los chicos y compañeras

de universidad. Una universitaria que ganaba todos los premios. Una mujer que se casó con el poeta más importante que hubo en Inglaterra el pasado siglo, a quien amó locamente y con el compartió sus intereses. Una madre que amó profundamente a sus hijos.

Sylvia fue un ser humano que fue todas estas cosas y muchas más. Como mujer y poeta era compleja, pero sabía muy bien lo que quería. Una mujer con muchas luces y muchas sombras. Por eso ha sido mitificada.

### 1.7. ¿Quién es el culpable de la muerte de Sylvia Plath?

Cuando una persona que parece tenerlo todo comete suicidio enseguida comienza el juego de la búsqueda del culpable. En el caso de Plath unos echan la culpa:

- A **Ted Hughes**: por dejarla abandonada con dos niños después de que ella le ayudara a establecerse en su carrera.

- A **Otto Plath**: por haber muerto y abandonado a su hija. Su imagen permanece en la obra de Plath como una figura colosal. Sylvia siempre quiso ser perfecta ante sus ojos para ganar su aceptación y su amor. Su afán de perfeccionismo lo puso en marcha por su propio padre.

- A **Aurelia Schober Plath**. La relación con su madre está marcada por el odio reprimido y por la incapacidad para expresarlo, consciente del gran sacrificio que Aurelia había hecho para sacar a sus hijos adelante y darles estudios en las Universidades más prestigiosas. Mrs. Plath, como toda madre orgullosa de su hijos, guardaba todas las publicaciones y premios de Sylvia. Ella se sentía sobreprotegida y necesitada de la constante aprobación materna.

- A **ella misma**. Para los defensores de Hughes, Sylvia se mató a sí misma y no hay que echar la culpa a nadie. La ven como competitiva y ambiciosa, egocéntrica, posesiva y excitable. Concentrada en el deseo de ser una gran escritora, la mejor, la poeta de América. Para ellos era una exagerada neurótica que había conseguido un amante esposo y luego, cuando se este marchó, había tratado de obligarle a volver con el chantaje de un intento de suicidio. En un libro de memorias en 1989, Trevor Thomas la recordaba como una mujer con un "ego mórbidamente espinoso" que "manipulaba con la astucia instintiva profunda de alguien impulsado a salirse con la suya".

- A la **sociedad y la situación de la mujer en los años 50**. Según los medios de comunicación de los años cincuenta una mujer debía ser esposa y, mejor, madre; si disponía de tiempo libre debería hacer un trabajo de voluntariado, pero no se esperaba de ella que fuese una profesional. La única mujer feliz era la casada. La edad media en que las jóvenes contraían matrimonio era 20 años y tres meses. Durante la escuela secundaria Sylvia ya examinaba a los chicos con los que salía como futuros posibles maridos. La preocupación por el sexo y la virginidad era un problema que amotinaba a Sylvia. Las jóvenes de su generación estaban sometidas a un riguroso código de frustración sexual. Les estaba permitido todo en cuestiones de intimidad, excepto la única cosa que tales intimidades pretenden provocar. La cultura dominante sobre este asunto era: las buenas

chicas no debía tener relaciones sexuales, pero debían haber salido con muchos chicos. Se les permitía practicar *necking* (besuqueos) y *petting* (magreo) pero sin llegar al coito. Ser normal era ser sensual y continuar siendo virgen. La inocencia seductora de Doris Day era el ideal

En sus Diarios expresa con claridad su rabia por esta doble moral: “ Os odio. Que os den. Solo porque sois hombres. Solo porque no os debéis de preocupar por quedaros embarazados”. Y en otro lugar “¿agotará el matrimonio mi energía creativa y aniquilará mi deseo de expresarme por escrito y con la pintura o conseguiría si me casase una expresión plena en el arte junto con la crianza de los niños? ¿Soy lo suficientemente fuerte para hacer ambas cosas? Este es el punto esencial y espero armarme de valor para la prueba... porque estoy muerta de miedo”.

- A la **depresión** mató a Sylvia. Y no Otto, Aurelia, Ted o las circunstancias. La enfermedad mental, el TAB, fue el verdadero asesino y el tema principal en sus poemas y diarios. El Dr Holder, el médico que la estaba tratando antes de su muerte, así lo afirma.

En aquella época la depresión estaba etiquetada como neurosis, hipocondría e histeria. Durante su última crisis depresiva, Plath tenía muchas razones para sentirse abatida: padecía una infección causada por un virus, estaba cuidando a dos niños pequeños en un nuevo piso apenas acondicionado durante un invierno particularmente frío, mientras que su marido había hecho otra relación. Pero todo esto no era suficiente para empujarla a la depresión suicida, según cree Horder. Plath había heredado un desequilibrio químico que causa algunos tipos de depresión. Una nueva investigación lo confirma: la madre de Otto Plath, una hermana y un sobrina sufrieron depresión grave. De vez en cuando, "las fuerzas neutras e impersonales del mundo giran y se unen en un estruendo de truenos del juicio", escribió en su diario.

Las dos terceras partes de las personas que padecen trastorno afectivo bipolar tienen al menos un familiar relativamente cercano con dicho trastorno o con depresión mayor. Existe un riesgo hereditario que se precipita por factores externos. Si uno de los progenitores sufre de TAB la probabilidad de que alguno de los hijos la padezcan es del 37%. Si ambos progenitores, la posibilidad se eleva entre el 50-75%. También hay la probabilidad de que padezcan otros trastornos afectivos de entre el 20 y el 40 %. Pero hay que tener en cuenta que lo que se hereda es el riesgo, no el “paquete completo”.

Unos días antes de la muerte de Sylvia Plath, Horder le recetó antidepresivos. La respuesta a este tratamiento requiere entre de 10 y 20 días. En el momento de su muerte, Horder declara que ella había alcanzado el instante peligroso: cuando alguien con tendencias suicidas está lo suficientemente despierto de madrugada. (Feinmann, 1993).

Generalmente se ha aceptado que Plath se ajustaba al esquema de lo que se conocía como la enfermedad maníaco-depresiva, (alternancia de períodos de depresión y episodios más productivos y eufóricos). En *Enfermedad maníaco depresiva*, de Frederick K. Goodwin y Kay Redfield Jamison (1990) se incluye a Plath, a pie de página en una tabla con los principales poetas del siglo 20 con

historia documentada de la enfermedad maníaco-depresiva. A pesar de que Plath nunca fue tratada por los episodios de manía, los autores coinciden en que hoy probablemente habría sido diagnosticada de trastorno bipolar II, una de las modalidades de esta enfermedad.

"La enfermedad maníaco-depresiva aumenta las experiencias humanas comunes a proporciones más grandes que las de la vida diaria. Entre sus síntomas están exageración de la tristeza y de la fatiga, de la alegría y la exuberancia, de la sensualidad y la sexualidad, de la irritabilidad y la rabia, de la energía y creatividad ... Para los afectados, puede ser tan dolorosa que el suicidio parece la única vía de escape. Uno de cada cuatro o cinco individuos maníaco-depresivos no tratados realmente se suicida". Estos síntomas aparecen con mucha frecuencia en los diarios y cartas de Sylvia. Posteriormente en otro libro Jamison (1994), ya incluye Plath en su relación de artistas con enfermedad mental.

George Steiner, quien fuera su amigo, escribe que Sylvia Plath, pese a su sonrisa de *covergirl*, era un ser "fieramente autonegador, autocontrolador, ansioso, reticente [...] logró una poesía de deslumbrante finura y control que solo una necesidad irresistible pudo haberlos ocasionado". Robert Lowell acierta sutilmente al hablarnos de su "controlada alucinación" y de que su poesía es "la autobiografía de la fiebre" y que "la inmortalidad de su arte (tuvo como precio) la desintegración de la vida".

Adjetivos como autonegador, autocontrolador y reticente son algunos de los rasgos de la neurosis obsesiva, al igual que la pulcritud y la búsqueda de la perfección. En 1951 Sylvia escribe: "tengo la opción de estar siempre activa y feliz o introspectivamente pasiva y triste" y en 1958: "he estado y estoy luchando contra la depresión. Es como si mi vida la llevaran a cabo por arte de magia dos corrientes eléctricas: la del alegre positivo y la del negativo de la desesperación ... que domina mi vida, que la inunda".

Sylvia Plath vivió escindida por exigencias contradictorias. Quería ser una chica "buena" pero también experimentar con las relaciones sexuales, ser tan sexualmente libre en su pensamiento y acciones como los hombres -algo escandaloso para su época-. Quería casarse con el marido perfecto, tener un hogar de ensueño, ser esposa y madre ejemplares, pero simultáneamente deseaba tiempo para leer y escribir, para ser *ella* y ser libre. Articula claramente la polaridad entre su deseo de madre frente a la ambición de ser una profesional de la escritura.

La hipótesis de que Plath sufría de un trastorno bipolar es convincente. Sin embargo, a principios de los 90, apareció otra teoría médica sobre la enfermedad de Sylvia Plath: el síndrome premenstrual (PMS). Utilizando la evidencia de las cartas, poemas y diarios de 1982, Catherine Thompson (1990-91) propone que la poeta había sufrido esta enfermedad. Según esta investigadora, la volatilidad del estado de ánimo de Plath, las depresiones, sus muchas enfermedades crónicas y, finalmente, su suicidio se debían a los ciclos menstruales de la poeta y los trastornos hormonales causados por el PMS. Pero, en el imaginario colectivo Sylvia Plath se ha convertido en símbolo de la escritora suicida debido a los trastornos de estado de ánimo.

## **2. Creatividad y TAB. ¿Existe realmente concordancia entre los trastornos afectivos y la capacidad de creación?**

La relación entre creatividad y TAP ha atraído el interés académico desde la antigüedad. Listas de artistas eminentes potencialmente diagnosticados con esta enfermedad son frecuentes (Goodwin y Jamison, 2007). En Internet escribiendo las palabras clave “famous+creativity+bipolar disorder” se obtienen 838.000 páginas web; y si, “genius+creativity+bipolar disorder”, 407.000. La creencia de que hay una relación entre el genio y la locura persiste en nuestros días.

Salvador Dalí afirmaba que “la única diferencia entre un loco y yo es que yo no estoy loco”. Esta observación, tan críptica como profunda y surrealista, sugiere la compleja relación entre la creatividad y la demencia.

La pregunta de si la creatividad y la locura están relacionados viene planteada desde la antigüedad clásica. Aristóteles (2007) en *El hombre de genio y la melancolía Problema XXX* escribe: “¿Por qué razón todos aquellos que han sido hombres de excepción, bien en lo que respecta a la filosofía, o bien a la ciencia del Estado, la poesía o las artes, resultan ser claramente melancólicos, y algunos hasta el punto de hallarse atrapados por las enfermedades provocadas por la bilis negra?” Por su parte, Platón hablaba de la “divina locura”. En aquella época se consideraban dos tipos de locura: la psicópata y la teópata. La primera se refería a las enfermedades mentales que padecían los seres humanos, provocadas por causas naturales, como el delirio o la melancolía. La segunda, estaba producida supuestamente por los dioses. Y se diferenciaba entre la locura profética, producida por Apolo, que permitía conocer el futuro; la locura ritual, precipitada por Dionisos, que facilitaba la liberación de emocional; la locura erótica, inspirada por Afrodita o por Eros, estimuladora del éxtasis y el amor; y por último, la locura poética, inspirada por las Musas, que daba salida a la expresión lírica. Cualquier actuación extraordinaria o logro creativo (escritura, música, filosofía, danza, pintura, escultura o descubrimiento intelectual) procedían, de alguna, de estas divinas formas de locura.

En el siglo pasado, Jaspers (1992), en su obra *Strindberg and van Gogh*, plantea unas preguntas que siguen tan válidas ahora como entonces: ¿constituye la enfermedad la causa, única o acompañada de otras, de las creaciones artísticas?, ¿representará una condición específica de los cambios de estilo de un artista, cuando hace irrupción al mismo tiempo que se producen éstos?, ¿se muestran en la propia obra huellas de esta causa específica, es decir, presenta síntomas específicamente enfermizos?

Una considerable literatura ha relacionado el trastorno bipolar con el talento creativo. La mayor parte del pensamiento en esta área ha sido inspirado por informes biográficos de poetas, músicos y de otros grupos altamente talentosos, que con frecuencia documentan signos de trastorno bipolar. Hay menos literatura que haya examinado con estudios cuantitativas esta relación.

Pero antes de exponer algunos de los resultados de la investigación conviene tratar de dar algunas definiciones operativas de TAB y creatividad.

## 2.1. Definiciones de TAB y creatividad

### 2.1.1. Trastorno afectivo bipolar (TAB)

A lo que hoy popularmente se conoce como trastorno afectivo bipolar (TAB) antiguamente se le llamaba psicosis maniaco-depresiva. Se trata de un trastorno orgánico caracterizado por los estados de ánimo cambiantes, que fluctúan entre episodios eufóricos o maníacos seguidos de fases depresivas. Es un mal funcionamiento de los mecanismos bioquímicos –neurotransmisores- que regulan el estado de ánimo. Estos se localizan en el sistema límbico. –cerebro antiguo de los mamíferos- que es el responsable de las emociones. En los deprimidos se ha comprobado una reducción de la concentración de noradrenalina y serotonina; en los maníacos, exceso de dopamina y noradrenalina, y disminución intraneuronal del sodio.

Se trata de una enfermedad crónica, aunque, afortunadamente el paciente tiene largos periodos de recuperación, mejoría y estabilización. La fase eufórica o episodio maniaco está acompañada de gran vitalidad, exceso de confianza, irritabilidad, hiperactividad, locuacidad, e algunos casos, ideas delirantes. Y la fase depresiva, con apatía, ausencia de interés por todo, ansiedad, cansancio, poca fuerza de voluntad, tristeza, falta de apetito, melancolía o sensación de fracaso.

El DSM-IV-TR (*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, DSM*) de la Asociación Americana de Psiquiatría clasifica los trastornos mentales y proporciona descripciones claras de las categorías diagnósticas, con el fin de que los clínicos y los investigadores de las ciencias de la salud puedan diagnosticar, estudiar, intercambiar información y tratar los distintos trastornos mentales. Con una finalidad diagnóstica se han conceptualizado diferentes tipos de esta enfermedad:

- **Trastorno bipolar I:** Manía+ Depresión. Al menos, a lo largo de la vida, un episodio maniaco añadido a un episodio depresivo. Es frecuente que los sujetos también hayan presentado uno o más episodios depresivos mayores. Intervalos libres de dolencias.
- **Trastorno bipolar tipo II:** Depresión + Hipomanía. Episodios de depresión mayor + al menos, un episodio hipomaniaco. Los episodios hipomaniacos no llegan a los extremos de la manía, es decir, no provocan alteraciones sociales u ocupacionales y carecen de rasgos psicóticos.
- **Ciclotimia.** Numerosos episodios de hipomanía, intercalados con episodios depresivos ligeros. La ciclotimia se considera un rasgo de la personalidad.
- **Trastorno bipolar no especificado.** Cajón de sastre para indicar afecciones bipolares que no encajan en otras categorías diagnósticas.

La tasa de incidencia de TAB en la población general es del 1%, mientras que la tasa de incidencia de los familiares de primer grado de un paciente con trastorno bipolar es de 7% y en el gemelo monocigótico de un paciente con esta enfermedad la probabilidad de desarrollarla es del 60% (Goodwin y Jamison,

1990; Potash y DePaulo, 2000). Otros autores elevan esta incidencia hasta el 5%. Esto significaría que la población afectada en España oscilaría entre 800.000 y 2.000.000 (López, 2004).

### **2.1.2. Creatividad**

No existe una definición universalmente aceptada de creatividad, pero sí múltiples aproximaciones cada una con debilidades y fortalezas distintivas.

Aunque muchos alegarían que los logros creativos son la cara más válida de la creatividad, alcanzar el reconocimiento social puede depender de factores que están más allá del pensamiento creativo. Un enfoque dominante ha sido examinar los predictores sociales y de personalidad de los logros creativos a lo largo de la vida.

Los investigadores también han considerado las habilidades que soportan el pensamiento creativo y la solución de problemas, tales como el pensamiento divergente, la capacidad de realizar asociaciones nuevas, la originalidad, fluencia y flexibilidad y la resolución creativa de problemas.

La literatura sobre creatividad proporciona un rico despliegue de paradigmas y enfoques para valorar la creatividad. Uno de los rasgos problemáticos del campo es que los diferentes enfoques están solo modestamente correlacionados ( $r_s = 0,30$ ). Por otra parte, los resultados en los test de pensamiento creativo tienen una baja correlación con los logros eminentes.

## **2.2. Investigaciones sobre si el TB está correlacionado con la creatividad.**

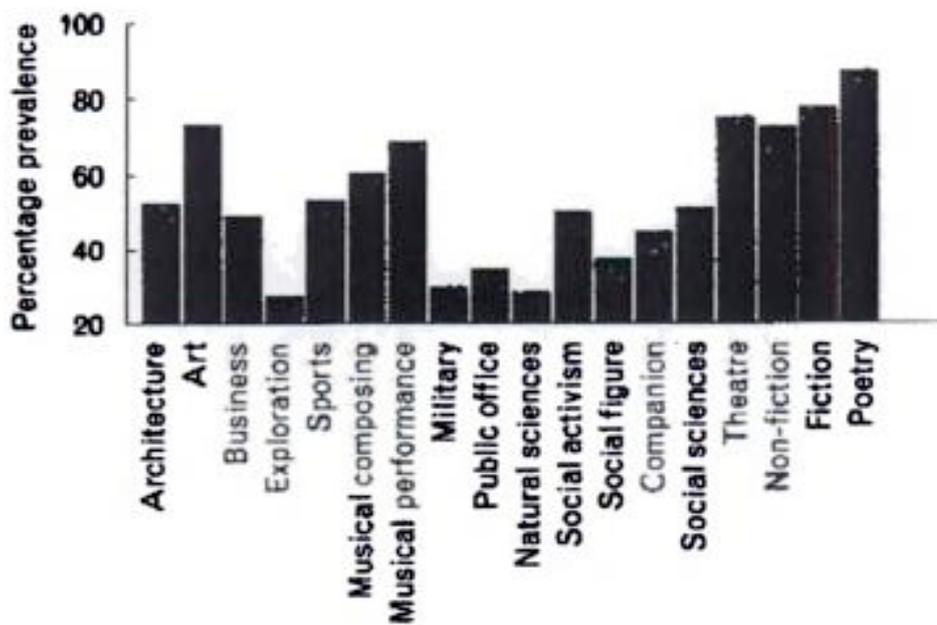
En este apartado vamos a hacer un resumen de las principales cuestiones que se plantean cuando se trata de establecer la relación entre creatividad y trastornos afectivos basándonos principalmente en los trabajos de Johnson y otros (2012), Guastello y otros (2004) y Kaufman (2001).

### **2.2.1. ¿Está el TAB relacionado con la excelencia creativa?**

La literatura que ha relacionado el trastorno bipolar con el talento creativo es abundante. La mayor parte está formada por informes biográficos de escritores, artistas plásticos, músicos y de otros grupos altamente dotados, y cuyos integrantes con frecuencia han sido documentado con manifestación de síntomas de trastorno de estado de ánimo.

2.2.1.1. Enfoque historiométrico. Este es el método más común: estudiar muestras de muy famosos o de reconocidos creadores revisando materiales biográficos.

Una de las investigaciones pioneras de esta orientación es la de Ludvig (1992). Trabajó con una muestra de 1005 personas cuyas biografías estaban reseñadas en el New York Times Book Review entre 1960 y 1990. De ellos el 8,2% había tenido episodios de manía, comparados con el 2,8% de los no artistas. La manía era más común entre las personas que habían alcanzado la excelencia en teatro, arquitectura, escritura, música y artes plásticas. En el cuadro 2 se muestra el porcentaje de prevalencia de trastorno mental de personajes eminentes por profesiones.



Prevalencia del trastorno mental en 1005 sujetos eminentes clasificados por profesión. Fuente: Ludwig, A.M. (1995) *The Price of Greatness*, New York: Guildford Publication Inc.

Evidencias más significativas de la investigación historiométrica:

- Los individuos altamente creativos tienen el doble de probabilidades de sufrir algún trastorno mental que las personas no creativas. (Ludwig, 1995).
- Cuanto más eminente es el creador, más alta es la tasa esperada y la intensidad de los síntomas psicopatológicos (Ludwig, 1995).
- El ritmo y la intensidad de los síntomas varía de acuerdo con el ámbito específico de la creatividad (Ludwig, 1992)
- La psicopatología es mayor entre los creadores artísticos que entre los creadores científicos (Post, 1994). El 87% de los famosos poetas sufrieron psicopatología, mientras que sólo el 28% de los eminentes científicos, una cifra cercana a la de la población en general (Ludwig, 1995).
- Los descendientes de los creadores más destacados tienden a caracterizarse por una mayor tasa e intensidad de los síntomas psicopatológicos (Jamison, 1993).

Muy significativo es el hecho de que una proporción muy grande de los creadores no muestra síntomas patológicos, por lo menos en un grado mensurable. Por lo tanto, la psicopatología no es una condición *sine qua non* de la creatividad. Pero también, la creatividad es compatible con la salud mental y emocional.

#### 2.2.1.2 Investigaciones cuantitativas y cualitativas

Una serie de hallazgos de investigaciones clínicas proporcionan un fuerte soporte para correlacionar el TAB con varios niveles de expresión creativa, y con logros y actividades creativas a lo largo de la vida.

Se han utilizado otras técnicas más cuidadas para evaluar la presencia de TAB en personas eminentes como la entrevista estructurada y los cuestionarios. Una de las investigaciones más conocidas es la Andreasen (1987). Utilizando la entrevista evaluó a 30 escritores que asistían al muy prestigioso curso de escritura creativa de la Universidad de Iowa, de los cuales el 43% mostraba rasgos de desórdenes del espectro bipolar (TABII: 30% y TABI: 13%), mientras los componentes del grupo control solo el 10% presentaban trastornos del estado ánimo.

Otro ejemplo de investigación en este paradigma es la realizada por Willis (2003, cit. por Johnson, 2012) con 40 músicos famosos de Jazz Bepop. De entre ellos el 28,5% había mostrado tener altas puntuaciones en las medidas de temperamento maníaco y en ciclotimia.

Evidencias más significativas de estas investigaciones:

- Las personas que padecen formas suaves de TAB -ciclotimia y TABII- obtienen mayores logros que las personas diagnosticadas con TABI. Estas no difirieron de las personas sanas.
- Formas suaves de TAB son particularmente beneficiosas.
- Los estados severos de depresión y manía no correlacionan con la creatividad. Las enfermedades mentales severas generalmente inhiben la expresión creativa en lugar de ayudarla.

Los logros eminentes a lo largo de la vida podrían estar motivados por intermitentes rachas de pensamiento creativo, quizás relacionadas con la variabilidad del estado de ánimo en aquellas personas con trastorno bipolar.

Se critica que el paradigma historiográfico puede sobrestimar los beneficios de enfermedad bipolar severa, pues muchos de los logros de las personas estudiadas pueden haber sido alcanzados antes de que emergieran los episodios de trastorno. No hay estudios que hayan desenmarañado este tema. Mejores investigaciones se han de diseñar para valorar la creatividad antes y después del comienzo de los episodios severos de TAB.

Por otra parte, para alcanzar fama, la gente necesita empuje y motivación pero también oportunidades sociales y recursos que permitan potenciar el propio trabajo. Conseguir la excelencia puede implicar muchos recursos sociales y personales más allá de la capacidad creativa. Por ejemplo, algunos pueden alcanzar fama porque son individuos irresistibles e interesantes o por su excepcional empuje y vigor.

Dado que estos estudios se han enfocado en la consecución de la fama, se necesitan investigaciones que permitan valorar directamente si el TAB está relacionado con dedicarse a ocupaciones creativas.

Teniendo en cuenta estas críticas se han realizado algunos estudios se han diseñado algunas investigaciones utilizando tests psicométricos como Inventario de Personalidad de Minnesota (MMPI) o el Cuestionario de Personalidad de Eysenck (EPQ). Los escritores exitosos puntúan más alto que las personas normales en la mayoría de las escalas clínicas del MMPI. Y los escritores muy altamente creativos, más alto aún. Pero los resultados de ambos

grupos son inferiores a las obtenidos por las personas con síntomas psicóticos. La creatividad se correlaciona positivamente con las puntuaciones de psicoticismo en el EPQ.

Los investigadores concluyen que las enfermedades mentales severas generalmente inhiben la expresión creativa en lugar de ayudarla.

### **2.2.2. ¿Es el trastorno bipolar común en las profesiones creativas?**

Varios investigadores han considerado si el TAB y el riesgo de trastornos del estado de ánimo están relacionados con la posibilidad de elegir una profesión creativa.

Ludwig (1994) usando cuestionarios y entrevistas y tras evaluar a los sujetos de la muestra (50 mujeres escritoras que asistían a un congreso nacional de escritura) según los criterios del *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder (DSM-III)* encontró que las escritoras de la muestra obtuvieron puntuaciones sustancialmente más altas en depresión (56%) y manía (19%) que el grupo de las no escritoras (14 % y 3% respectivamente). El grupo control estaba formado por no escritores, igualados en cuanto a estatus de edad, educación y ocupación de los padres

Los resultados de estas investigaciones arrojan evidencias de que las formas ligeras de depresión y manía pueden estar más relacionadas con las profesiones artísticas que las formas severas.

### **2.2.3. ¿Las personas con TAB probablemente escogen una ocupación o una afición artísticas?**

Colvin (1995) encontró puntuaciones más altas en manía y ciclotimia utilizando el General Behaviour Inventory (GBI) entre 40 estudiantes de carreras artísticas comparados con otros 40 estudiantes del grupo control, que estudiaban profesiones no artísticas.

De las investigaciones sobre este particular se deriva que parece como si la creatividad pudiera ser más patente en aquellos sujetos con formas suaves de TAB. Pero también que muchos sujetos diagnosticados de TAB no son percibidos como altamente creativos.

Las investigaciones sugieren que muchos sujetos con TAB no están relacionados con profesiones creativas, pero es de resaltar que el error estándar para las medidas de creatividad en el grupo de bipolares era significativamente más alta en la del grupo control.

En resumen: el TAB aparece relacionado con una mayor probabilidad de escoger una profesión creativa, pero existe una considerable variabilidad.

#### **2.2.4. ¿Los sujetos con TAB se describen a sí mismos como creativos?**

¿Cómo califican los sujetos con TAB sus habilidades creativas? Para responder a esta cuestión se han diseñado investigaciones utilizando como instrumento de diagnóstico el Adjective Checklist Creative Personality Scale ACL-CPS (Gough, 1979) o la What Kind of Person Am I Scale WKPAIS (Khatena y Torrance, 1976). En la primera se pide a los sujetos que se califiquen en un conjunto de adjetivos que miden la inventiva, la originalidad, la sumisión. La segunda evalúa la aceptación a la autoridad, la autoconfianza, la curiosidad, la conciencia del otro y la imaginación disciplinada.

Las puntuaciones de autopercepción de las habilidades creativas en estudiantes con riesgo de manía correlacionan positivamente con la ACL-CPS (Furnhan, 2008). Sin embargo no correlacionaban positivamente los sujetos diagnosticados con TBI. No se encontró correlación significativa con la WKPAIS.

Nuevamente se manifiesta la evidencia de que medianas expresiones y riesgo de TAB pueden estar más relacionadas con la autocalificación en creatividad que las formas más severas.

#### **2.2.5. ¿Las personas con TAB prefieren los mismos estímulos que las personas creativas?**

Se ha utilizado la Baron Walsh Art Scale (BWAS), instrumento que mide la preferencia de los sujetos de las figuras complejas en vez de las simétricas y simples. La evidencia obtenida es que los sujetos con TAB, sus descendientes directos y aquellos con síndrome de hipomanía, prefieren las formas novedosas y complejas a las simples. Lo mismo ocurre con las personas creativas.

#### **2.2.6. El caso de Sylvia Plath: periodos de crisis y producción de obra.**

Es necesario realizar un estudio profundo de sus diarios y cartas para establecer la relación entre los sucesos vitales y su producción literaria. No obstante se puede adelantar una serie de constataciones en este sentido. De sus diarios se deduce que escribía, no cuando tenía grandes crisis de depresión, como la del verano de 1953, que termina con su intento de suicidio, sino en las fases en que sufría ciclotimia. Esto es coherente con los resultados de las investigaciones expuestas arriba. En una entrada de su diario en julio del 1953 dice: “eres una hipócrita incoherente y estás muy asustada. Querías tiempo para pensar, para descubrir cosas sobre ti misma y sobre tu capacidad como escritora. Y ahora que lo tienes, prácticamente durante casi tres meses te has quedado paralizada, presa de la náusea, estancada. Estás hundida en tu pequeño y privado remolino de negativismo. Tu cerebro es incapaz de pensar”.

Su último año en el Smith College (1954), tras la estancia en el hospital para recuperarse de la profunda depresión que le había llevado al suicidio, fue altamente satisfactorio ganó premios por sus poemas y relatos, vendió poemas a

diversas revistas, escribió su tesis de gradación, tuvo bastantes relaciones amorosas y consiguió una beca para estudiar en Cambridge, Inglaterra. Podemos decir que pudo pasar por una fase de ciclotimia.

*El Coloso* lo escribe durante su estancia de dos meses, de septiembre a noviembre de 1959, en Yaddo Writers Colony Saratoga Springs, New York, después de un viaje de placer por USA con su marido Ted Hughes. Ya estaba embarazada. No hay constancia de que presentara síntomas de depresivos.

En 1960 escribe *La campana de cristal*, antes que estallara la crisis con su marido. Entre el 1960 y 1962, los años más productivos escribe la parte más importante de su obra, periodo en que se desarrolla su verdadero yo, que su marido, Ted Hughes, atribuye al nacimiento de sus dos hijos: "La verdadera cosa maravillosa de ella es que en dos años, cuando estaba casi totalmente ocupada con los niños y su crianza, se sometió a un desarrollo poético que casi no tiene igual, por lo inesperado y completo... Todas las voces diversas de su genio se unieron, y por cerca de seis meses, hasta un día o dos antes de su muerte, escribió con toda la potencia y la música de su carácter extraordinario". Su obra más conocida *Ariel*, la escribió entre octubre y diciembre del 1962. Ya había descubierto -en el mes de julio de ese año- que su marido tenía un affaire con Assia Wevill. En septiembre ya se habían separado y Sylvia estaba pasando los peores momentos como lo demuestran las cartas que escribe a su madre entre septiembre y primeros de octubre. Momentos de rabia: síntoma de estadios maníacos. En una del 12 de octubre escribe "*todo ha pasado ya. Mi vida puede empezar de nuevo... Cada mañana, alrededor de las cinco, cuando se disipa el somnífero, ya estoy en mi estudio tomando café y escribiendo como un loca; he conseguido escribir un poema cada día, antes del desayuno*". Parece ser que en estos meses se le presentó uno de los periodos maníacos, de exaltación. Pero también es cierto que pasó profundos trastorno depresivos, gripe, sinusitis, dolores de espalda. El 12 de octubre escribe a su hermano Warren: "He pasado por un verdadero infierno, que ha durado seis meses; la gripe, me ha tocado todo, pero aunque parezca mentira, ahora... que es definitivo... la carga de energía que tengo es enorme". Y el 16 de octubre escribe a su madre "estoy enferma psíquicamente ... soy una escritora genial... Estoy escribiendo los mejores poemas de mi vida; llevarán mi nombre a la fama. Podría terminar mi novela en seis semanas si escribiera todo el día, y estoy muy inspirada para escribir otra". En este tiempo estaba trabajando en su segunda novela *Double Exposure*, que con toda probabilidad Ted Hughes hizo desaparecer. En otras carta del 7 de noviembre escribe a su madre "me siento y llena de alegría, de ideas y de amor. Seré una madre maravillosa y no echaré nada de menos... Ahora los hombres se paran a mirarme en la calle; me veo muy...moderna ... los camioneros me silban al pasar, etc. es asombroso. Soy tan feliz de encontrarme otra vez en Londres". No olvidemos que en los inicios de la fase maníaca el sujeto suele decir "me encuentro mejor que nunca". Sylvia había cambiado de peinado y comprado ropa nueva y encontrado un apartamento para pasar el invierno en Londres. Como se puede comprobar Sylvia Plath estaba atravesando por un periodo no de depresión grave sino más bien de manía y durante este tiempo escribió sus mejores poemas.

Otro rasgo de la manía es los cambios en la casa: reorganización del mobiliario, pintura, compra de objetos de decoración. Sylvia con frecuencia se dedicaba a estas tareas.

El 12 de diciembre se traslada a Londres. Entre el 28 de enero hasta el día de su muerte escribe 12 poemas. En los 10 últimos días, 6. Pero estaba en momentos de grave depresión.

### **2.3. Mecanismos que pueden potenciar o estimular la creatividad en los sujetos con TAB.**

En general, la creatividad requiere la capacidad cognitiva y la voluntad de temperamento de "pensar fuera del marco", para explorar nuevas posibilidades, no convencionales, e incluso, extrañas; el estar abierto a los acontecimientos fortuitos y a resultados imprevistos y a imaginar lo inverosímil o considerar lo poco probable. De este requisito surge la necesidad de que los creadores tienen rasgos tales como la atención desenfocada, el pensamiento divergente, la apertura a la experiencia, la independencia y la no conformidad. Esta compleja configuración de rasgos se suele conocer como el *cluster* de la creatividad.

Cuanto más alto sea el nivel de creatividad demostrada, mayor será la probabilidad de que el individuo manifieste este grupo de rasgos. Además, algunos campos de este conjunto se requieren más que otros. Por ejemplo, la creatividad científica tiende a ser más limitada por la lógica que la creatividad artística. En consecuencia, este grupo de atributos de la creatividad será más evidente en los artistas que en los científicos (Simonton, 2004). Sin embargo, habrá algunas diferencias, por ejemplo, los artistas que operan en estilos formales, clásicos o académicos trabajarán bajo más constricciones que los artistas que se expresan en estilos más subjetivos, expresionistas o románticos (Ludwig, 1998).

Debido a que algunos síntomas psicopatológicos se correlacionan con varias de las características que conforman el *cluster* de creatividad, cantidades moderadas de estos síntomas se asocian positivamente con el comportamiento creativo. Además, los individuos más creativos se mostrarán estas características en un grado superior. Creadores que trabajan en campos con menos restricciones también exhiben estos síntomas en un grado mayor.

En la medida en que estos síntomas tienen una base genética, la creatividad se puede decir que en parte está determinada biológicamente. Sin embargo, los síntomas psicopatológicos no son la única fuente posible de los atributos cognitivos y actitudinales subyacentes a la creatividad. Muchas experiencias y condiciones ambientales también pueden fomentar su desarrollo. Algunas pueden estar relacionadas con la psicopatología, pero no necesariamente todas. En este sentido, el desarrollo creativo se asocia frecuentemente con las experiencias traumáticas en la infancia o la adolescencia, circunstancias que también pueden contribuir a la depresión y a las tendencias suicidas. Pero, el desarrollo de la creatividad también está vinculado a un medio ambiente enriquecedor y diverso intelectual y culturalmente, un ambiente que es neutral

con respecto a la psicopatología (Simonton, 1999). Crecer en estas condiciones favorece el surgimiento de muchos de los rasgos cognitivos y de temperamento que definen el *cluster* de creatividad.

### **2.3.1. Rasgos de personalidad relacionados con la creatividad**

Entre los rasgos de personalidad asociados con la elección de una profesión creativa y que son considerados predictores del logro creativo se suelen señalar los siguientes.

1) *La impulsividad* y su inverso la *ausencia de consciencia*: es posible que la impulsividad pueda ayudar a potenciar la expresión sin constricciones, fomentando la creación de productos únicos. Muchos estudios han documentado la impulsividad intensificada en sujetos con TAB, durante episodios de manía y también durante la remisión de los síntomas. Los estudios sugieren que este rasgo puede predecir el comienzo del trastorno sujetos con síntomas de subsíndrome maníaco (Alloy, 2009).

Con relación a este rasgo, en 1948 escribía Sylvia Plath: “¿Me pregunto por qué gasto mi vida escribiendo? ¿Encuentro solaz en ello? ¿Merece la pena? Por encima de todo ¿compensa? Y si no, ¿hay una razón? Escribo solamente porque hay una voz dentro de mi que no se aquieta”.

2) *Apertura a la experiencia*. Este rasgo ha sido definido como *motivación* para perseguir nuevas ideas y experiencias. Varios estudios han sugerido que la apertura a la experiencia es elevada entre los sujetos con TAB comparados con las personas sin trastornos de estado de ánimo y con los que sufren depresión. Está correlacionado con el riesgo de manía.

Sylvia Plath “Amo la libertad. Deploro las restricciones y las limitaciones. Yo soy yo. Soy poderosa”.

3) *Compromiso y esfuerzo* son los mayores predictores del éxito creativo. El talante distintivo de los famosos científicos y artistas es su voluntad y las duras y largas horas de trabajo. Este rasgo tiene la misma importancia que la ambición y la motivación. Estudios biográficos de influyentes músicos, artistas plásticos y escritores revelan que producen sus mejores obras creativas -aunque no sean reconocidas comercialmente- solo después de muchos años de practicar sus habilidades (Sternberg, 2006). Lo mismo ocurre en el campo de la educación: uno de los mejores predictores del logro escolar es establecer objetivos muy altos.

4) *Ambición y confianza*. Dedicación y persistencia en las metas parece ser un prerrequisito para el logro en muchos casos, y esta dedicación está basada fundamentalmente en la ambición. Pero ambición sin confianza a duras penas puede motivar a alguien para un trabajo duro.

En este sentido, Sylvia Plath siempre mostró un alto nivel de exigencia: todo aquello que no fuese un éxito absoluto era un fracaso para ella.

4. *Motivación.* Existe una considerable evidencia de que el TAB está relacionado con la motivación para alcanzar los objetivos. Varios estudios han documentado que el trastorno bipolar está relacionado con actitudes perfeccionistas y actitudes autocríticas sobre la necesidad de alcanzar los propósitos.

Experimentalmente se han encontrado evidencias de que la tendencia a la manía respalda *ambiciones extremadamente altas de éxito a lo largo de la vida*. Y también que las altas ambiciones de éxito predicen el comienzo de trastorno bipolar en los sujetos con riesgo.

La tendencia a la manía está relacionada con ambiciones extrínsecamente orientadas hacia el reconocimiento de los demás, obtenido mediante la fama popular y el éxito económico.

El triunfo en los esfuerzos creativos aparece altamente relacionado con la motivación y la ambición, dos rasgos que están también consistentemente documentados como relacionados con el TAB y el riesgo de trastorno. Tomados en conjunto hay una considerable evidencia de que los correlatos de personalidad y motivación del TAB pueden ayudar a explicar la elevada probabilidad de elegir carreras creativas y de dedicarse a la consecución de alcanzar el éxito.

Plath escribió en sus diarios (1957): “El no ser perfecta me hiera”, afirmación que, más que un autorreproche, es una aseveración de búsqueda inefable de un superyó demasiado exigente, hasta el extremo de la crueldad. En los diarios nos da la imagen de una joven luchando para ser perfecta en todas las formas posibles, pero también muy consiente de las limitaciones y de las contradicciones de su rol de género. En una de las primeras entradas del diario (solo tenía 16 años) escribe “Me agrada referirme a mi misma como la muchacha que quería ser Dios”. Y más adelante: “La perfección es terrible, no puede tener hijos”. En su obsesión por ser perfecta consideraba como sus rivales entre las poetas consagradas a Safo, Emily Dickinson, Elizabeth Browning, Christina Rossetti. Y entre las poetas contemporáneas suyas a Adrienne Rich y Marianne Moore.

A lo largo de su vida, Sylvia Plath se debatió entre la búsqueda de la perfección y la frustración lacerante de no alcanzar sus imposibles ideales, lo que le generaba largos y profundos estados de depresión que, finalmente, le condujeron al abismo de la desesperanza. Fue considerada por su maestro y reconocido poeta Robert Lowell como una hipnótica heroína trágica, una genio y una mujer de extremos que escribe mejor cuando está sumergida en ellos (Wisker, 2001).

“Nunca, nunca nunca conseguiré la perfección que anhelo con toda mi alma ... en mis cuadros, en mis poemas, en mis relatos”. Cualquier cosa que intentase debía ser perfecta. La idealización de sí misma, de su talento y capacidad le obligaban a sobresalir en todo. Otto y Aurelia, sus padres, compartieron la creencia en la disciplina y la veneración por el trabajo. Así obtuvieron una hija obediente, excesivamente dedicada a alcanzar el éxito, que encontraba seguridad en el orden y en los horarios de la escuela y cuyo sentido de la autodefinición parece depender, ya desde edad muy temprana, de su capacidad no solo para alcanzar

sino exceder las expectativas de sus padres y profesores ponían en ella (Bawer, 2007).

La tendencia a respaldar altas ambiciones orientadas extrínsecamente aparece como un rasgo constitutivo del trastorno bipolar y está presente durante la remisión de los síntomas del subsíndrome de manía. Pero no aparece relacionado con los síntomas depresivos.

La ambición alta, unida con el sentido de seguridad en sí mismo, puede impulsar a la gente a perseverar ante las dificultades para alcanzar los objetivos. Estudios de laboratorio muestran que, puestos en la situación de recibir un premio, los sujetos con TAB perseveran en las tareas difíciles más que el grupo control.

Varios estudios también sugieren que el TAB está relacionado con las elevaciones de confianza. Rasgo que aparece particularmente elevado cuando los pacientes con TAB están en momentos de buen estado de ánimo. De aquí que el TAB se muestre relacionado con estados de ambición intensificada, durante los periodos positivos, en la creencia de que uno puede tener éxito en los objetivos difíciles.

Sylvia Plath obtuvo calificaciones de A en todos los cursos durante la Secundaria, pero las conseguía con gran esfuerzo. Muchas entradas de su diario hablan de dolor de cuello, fiebre alta y largos combates con enfermedades menores que la dejaban agotada. Se imponía horarios rigurosos. Además, participaba también en la orquesta escolar, en el comité de decoración de los bailes y en el periódico de la escuela.

Dado este alto nivel de exigencia, todo aquello que no fuese para ella un éxito absoluto, lo consideraba como un fracaso. La presión que se impuso durante su estancia en el Smith College fue igualmente intensa: “Tengo tantas cosas que hacer”, “Las tareas escolares me parecen inacabables”.

Altos niveles de talento parecen ser el comienzo característico del TAB. Un reciente estudio (MacCabe, 2010) encontró que los altos niveles de rendimiento escolar eran predictores del comienzo de trastorno bipolar.

En conclusión: existe una considerable evidencia de que el TAB está relacionado con la motivación para alcanzar los objetivos. Varios estudios han documentado que el trastorno bipolar se relaciona con actitudes perfeccionistas respecto a la actividad realizada y con actitudes autocríticas sobre la necesidad de alcanzar los objetivos. En este sentido, Sylvia Plath lo tenía muy claro: “Mi vocación real es llegar a ser escritora de relatos de ficción en prosa o artista”.

5. *La fluencia aumenta durante los periodos de manía.* ¿Todos los síntomas de la manía son igualmente relevantes para el pensamiento creativo? Jamison, (1989) estudió, utilizando la entrevista, la relación entre los síntomas de TAB y la creatividad en una muestra de escritores y artistas eminentes. Constató que más del 80% hicieron referencia a síntomas como el buen humor, las energías, o la disminución de la necesidad de dormir. Menos de la mitad declararon experimentar otros síntomas más destructivos como la hipersexualidad o las compras compulsivas. Además declararon que el buen humor, las energías, y la

disminución de la necesidad de dormir beneficiaban su creatividad, pero no la hipersexualidad y o la necesidad compulsiva de comprar.

La promiscuidad sexual en la fase eufórica es otra característica del trastorno. Según Jamison las mujeres disfrutaban más de estas experiencias que los hombres. Sylvia Plath mostró este comportamiento durante su último curso (1953-1954) en el Smith College y también durante su estancia en Cambridge hasta que conoció a Ted Hughes.

Y en cuanto a las compras compulsivas, es otro de los comportamientos de los que Plath deja constancia en sus diarios. Durante su estancia en Nueva York, como redactora universitaria en la revista *Mademoiselle* compra compulsivamente. Al final de su estancia arroja toda la ropa por la ventana y tiene que pedir a una compañera una falda y una blusa, a cambio de una bata, para poder volver a casa.

### **2.3.2. Afectividad y creatividad**

La bipolaridad implica episodios depresivos y también síntomas maníacos. Se ha teorizado sobre el hecho de que las emociones negativas pueden ser usadas por la creatividad, y particularmente por el pensamiento crítico y la perseverancia (Csikszentmihalyi, 1998). También se ha argumentado que la depresión podría estar relacionada con una creatividad más alta. Investigaciones biográficas han observado altos índices de depresión en autores, músicos y otros grupos (Jamison, 1993, Ludwig, 1992).

Pero en investigaciones con una evaluación directa de la depresión se concluyó que los síntomas depresivos estaban negativamente relacionados con los índices de creatividad a lo largo de la vida, con el pensamiento divergente (medido con los tests de Torrance) y con la auto valoración de la creatividad. Otros estudios con medidas objetivas de la depresión encontraron que la esta no correlaciona con las medidas de los logros creativos, ni con el pensamiento divergente. Dados estos hallazgos, parecería poco probable que las elevaciones de la creatividad dentro del trastorno bipolar podrían ser explicadas por la afectividad negativa o por los síntomas depresivos.

Los estados emocionales positivos, por contraste, pueden ampliar la atención y el pensamiento, ensanchando las percepciones y las imágenes que entran en la conciencia.

Las funciones de las emociones positivas vendrían a complementar las funciones de las emociones negativas (Fredrickson, 2001) y ambas serían igualmente importantes en un contexto evolutivo. Si las emociones negativas solucionan problemas de supervivencia inmediata (Malatesta y Wilson, 1988) porque tienen asociadas tendencias de respuesta específicas (la ira, por ejemplo, prepara para el ataque; el asco provoca rechazo, vómito; el miedo prepara para la huida), las emociones positivas solucionan cuestiones relativas al desarrollo, al crecimiento personal y a la conexión social. Las primeras propician formas de pensar que reducen el rango de respuestas posibles y las segundas propician formas de pensar que lo amplían.

Las emociones positivas son más de las que a priori imaginamos y pueden centrarse, según Seligman, (2002), en el pasado, en el presente y en el futuro. Como ejemplo de emociones positivas del pasado se citan la satisfacción, la complacencia, la realización personal, el orgullo. Las emociones del presente son, entre otras, la alegría, el éxtasis, la tranquilidad, el entusiasmo, la euforia, el placer, la elevación y la fluidez. Y son emociones positivas del futuro el optimismo, la esperanza, la fe y la confianza.

Entre las emociones positivas son especialmente importantes la elevación y la fluidez. La emoción de elevación, traducción literal del inglés *elevation*, se experimenta como un fuerte sentimiento de afecto en el pecho (Haidt, 2000, 2002), surge cuando somos testigos de actos que reflejan lo mejor del ser humano y provoca un deseo de ser mejores personas. La fluidez (en inglés *flow*) es un estado emocional positivo (Csikszentmihalyi, 1990) que se experimenta en momentos en los que las personas se encuentran totalmente implicadas en la actividad que realizan hasta el extremo de que nada más parece importarles.

La relación existente entre afecto positivo y pensamiento abierto y flexible ha sido analizada por Fredrickson y Joiner, 2002. Después de tomar medidas repetidas de varias emociones positivas y de indicadores de pensamiento abierto y flexible, se observó que existía un reforzamiento mutuo entre ambas variables. Es decir, la presencia de emociones positivas precedía pensamiento abierto y flexible y, de igual manera, el pensamiento abierto y flexible precedía afectividad positiva en el futuro.

Experimentos realizados con emociones positivas inducidas han encontrado evidencias de estas amplían la visión el campo de la atención visual, el seguimiento del ojo y la formación de imágenes. Además, relajan el control inhibitorio y abren la conciencia a la información no esperada. Facilitan la habilidad para ver “el cuadro general” y procesar la información en un nivel global. Expanden la apertura a las nuevas experiencias y la atención a detalles periféricos. También tienen efectos positivos sobre un mejor resultado en los tests de asociación, y otras medidas de la habilidad para generar asociaciones inusuales con las palabras y para resolver tareas de insight. En conclusión: hay una considerable evidencia que sugiere que las emociones positivas mejoran la creatividad.

¿Y cuál es el papel de las emociones positivas en el TAB? Algunos estudios sugieren que los sujetos con TAB creen que sus emociones positivas y los síntomas de manía pueden mejorar la creatividad. Entre 31 pacientes externos altamente creativos diagnosticados con trastorno bipolar, el 83% manifestó que la manía estaba relacionada, por lo menos, con algún incremento de su creatividad (Jamison, 1980). En un estudio con 47 consumados escritores y artistas, el 89% describió intensa productividad creativa durante los periodos de estado de ánimo alto y de energía. (Jamison, 1989). Muestras de personas menos talentosas creen que su creatividad se intensifica en los periodos de estados de ánimo medianamente positivos (Richard, 2000).

Se ha encontrado que la tendencia a la manía respalda ambiciones extremadamente altas de éxito a lo largo de la vida. Y también, que altas ambiciones de alcanzar el éxito predicen el comienzo del trastorno de afectivo entre aquellas personas con riesgo de padecer TAB.

### **3. A modo de cierre**

La obra de Sylvia Plath es extraordinariamente personal y compleja. Su poesía es fascinante, inmensamente fuerte, vibrante, poderosa. En ella sobresale el uso del lenguaje coloquial y la elección del tono preciso; el modo en que maneja y critica los mitos culturales; su imaginaria, sistema metafórico y símbolos; la fusión de elementos cómicos y serios. Su poesía formalmente, se caracteriza por la configuración de las rimas asonantes e imperfectas (solo las consonantes de las palabras que han de rimar son iguales) en una estructura de verso libre, y por la lacónica expresión de los temas que a menudo son tratados con piedad.

Sorprende su capacidad para alcanzar el lector de hoy, debido a su preocupación por los problemas reales de nuestra cultura. En esta época de conflictos de género, de familias rotas, y de desigualdades económicas, el lenguaje sincero de Plath nos habla claramente de la rabia de ser a la vez traicionados y sentirnos impotentes y desencantados ante la actual situación social y política. Nosotros que soñamos con cambiar el mundo, con tristeza y rabia constatamos que nuestro sueño ha fracasado. Sólo nos quedan los grandes creadores como Sylvia Plath para suavizar nuestro desencanto.

La investigación ha mostrado suficientes evidencias de la conexión entre TAB y creatividad, pero esta relación es compleja como se ha visto en las páginas anteriores. Una extensa literatura sugiere que muchos artistas famosos, músicos, y escritores han pasado periodos con síntomas de manía, particularmente de manía suave. Perfiles similares emergen en los estudios biográficos y en los que han evaluado síntomas de trastorno bipolar en muestras de personas eminentes.

En conjunto, esta serie de hallazgos proporciona un fuerte soporte para enlazar el TAB con los logros y metas creativos a lo largo de la vida. El riesgo de manía aparece estar relacionado con altas auto puntuaciones de creatividad, y también con la habilidad de generar nuevas soluciones en tareas creativas en el laboratorio, tal como el test de usos inusuales. Por contra, las personas diagnosticadas con TAB I no se califican a sí mismos como altamente creativos ni obtienen altas puntuaciones en las tareas de creatividad que requieren fluidez, flexibilidad y originalidad, más bien muestran déficits en la flexibilidad.

Logros eminentes a lo largo de la vida podrían estar motivados por intermitentes rachas de pensamiento creativo, quizás relacionadas con la variabilidad del estado de ánimo entre aquellos con trastorno bipolar.

¿Es posible afirmar que sin la enfermedad, algunas de las obras de los escritores eminentes no se hubieran realizado? Estos autores realizaron grandes obras porque eran creativos eminentes, no porque sufrieran de trastorno afectivo bipolar. Esta conclusión se ve reforzada por la existencia de numerosos

individuos creativos que muestran pocos o ningún síntoma más allá de las líneas generales de la normalidad. Hay que pensar que “persona sana/persona enferma” es un continuum. O dicho de un modo popular “de músicos, poetas y locos, todos tenemos un poco”.

Muy significativo es el hecho de que una proporción muy grande de los creadores no muestran síntomas patológicos, por lo menos en un grado mensurable. Por lo tanto, la psicopatología no es una condición sine qua non de la creatividad.

Las investigaciones biográficas en que se han basado algunos estudiosos (Jamison, Ludwig, Andreasen, etc.) se han enfocado en entender la creatividad como logro, es decir consecución de la fama. Se necesitan estudios que permitan valorar directamente si el TAB está relacionado con dedicarse a los actividades creativos, más que estudios centrados en la fama.

Muchos de los logros artísticos pueden haber sido alcanzados antes de que emergieran los episodios de la enfermedad. No hay estudios que hayan desenmarañado este tema. Se han de diseñar mejores investigaciones para valorar la creatividad antes y después de que comiencen a ocurrir los episodios severos de la enfermedad.

Pero, sí hay constancia empírica de que la creatividad no es incompatible con la salud mental y emocional.

Es posible que la creatividad no sea una característica inherente del trastorno bipolar, sino que va y viene de forma independiente, debido a factores personales, ambientales y sociales durante el desarrollo de la enfermedad.

Hay evidencia a partir de los estudios biográficos de que los síntomas maníacos pueden reafirmar la productividad creativa. Emily Dickinson, durante los tres años en que ella pensaba haber sufrido síntomas de hipomanía, creó diez veces más poemas que en cualquier periodo de su vida. Schumann, a partir de sus cartas, que frecuentemente revelan sus estados de ánimo y permiten seguir la pista de la relación entre los estados de ánimo y sus obras, claramente compuso más piezas durante los periodos maníacos. Un estudio biográfico sobre Virginia Woolf pone de manifiesto que la productividad era evidente en los periodos de estado de ánimo positivo.

Aunque es necesario una investigación precisa para establecer la relación entre los sucesos vitales de Sylvia Plath y su producción literaria, podemos adelantar que sus principales picos de creación coinciden con periodos de relativa estabilidad emocional y de hipomanía, lo que confirma los resultados de las investigaciones arriba expuestos. Pero parece suficientemente constatado que la vida y la obra de Sylvia Plath demuestran de manera eludible que la creatividad y la enfermedad mental son compatibles.

## **Bibliografía**

Abella, C. (2003). *Murieron tan jóvenes. Romanticismo de la muerte prematura*. Barcelona: Plantea.

Alexander, P. (1999). *Rough Magic: A Biography of Sylvia Plath*. Cambridge, Mass.: Da Capo Press.

- Alloy, L.B. y otros (2009). "Bipolar spectrum-substance use co-occurrence. Behavioral approach system (BAS) sensitivity and impulsiveness as shared personality vulnerabilities" *Journal of Personality and Social Psychology* 97 (3) 549-565.
- Andreasen, N.C. (1987). "Creativity and mental illness: Prevalence rates in writers and their first-degree relatives" *American Journal of Psychiatry*, 144 (10), 1288-1292.
- Aristóteles (2007). *El hombre de genio y la melancolía Problema XXX*. Barcelona: Cuadernos del Acanalado.
- Axelrod, S. G. (1990). *Sylvia Plath: The Wound and the Cure of Words*. Baltimore: Johns Hopkins University Press.
- Bawer, B. (2007). "Sylvia Plath and the Poetry of Confesion" en Harold Bloom *Sylvia Plath . Updated Edition*, New York: Bloom's Literary Criticism. p. 7-21
- Bundtzen, Lynda K. (1983). *Plath's Incarnations: Woman and the Creative Process*. Women and culture series. Ann Arbor: University of Michigan Press.
- Butscher, E. (1976). *Sylvia Plath: Method and Madness*. New York: Seabury Press.
- Csikszentmihalyi, M. y Rathunde, K. (1998). " The development of the person: An experimental perspective on the ontogenesis of psychological complexity. In W. Damon and R.M. Lerner (Eds.) *Hoboken*. NJ: John Wiley and Sons.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow. The psychology of optimal experience*. New York: Harper-Collins.
- Colvin, K. (1995). "Mood disorders and symbolic function: An investigation of object relations and ego development in classical musicians", *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering*, 55 (11-B), 50-62.
- Feinmann, J. (1993). "Rhyme, reason and depression", *The Guardian*, 16 February 1993).
- Fredrickson, B. L. (2001) "The Role of Positive Emotions in Positive Psychology The Broaden-and-Build Theory of Positive Emotions", *American Psychology*, 56 (3) 218-226.
- Fredrickson, B. L. y Joiner, T. (2002). "Positive emotions trigger upward spirals toward emotional well-being". *Psychological Science*, 13, 172-175.
- Freixas, L. (2000). *Literatura y mujeres*. Barcelona: Destino.
- De Laurentis (1989). *Technologies of Gender. Essays on Theory, Film and Fiction*. London: Macmillan Press.
- Furnham, A. (2008). *Personality and intelligence at work*. London: Routledge.
- Guastello S.J y otros (2004). "Creativity, Mood Disorders, and Emotional Intelligence" *The Journal of Creative Behavior* Volume 38, Number 4 / Fourth Quarter , p. 260-281.
- Goodwin, F. K y Jamison, K.R. (2007). *Manic-Depressive Illness: Bipolar Disorders and Recurrent Depression*. N.Y.: Oxford University Press.
- Haidt, J. (2000). "The positive emotion of elevation", <http://journals.apa.org/prevention/volume3/pre0030003c.html>
- Haidt, J. (2002). "The moral emotions". En R. J. Davidson, K. Scherer y H. H. Goldsmith (Eds.), *Handbook of affective sciences*. Oxford: Oxford Press.
- Hayman, R. (1991). *The Death and Life of Sylvia Plath*. Secaucus, NJ: Carol Pub. Group.
- Holbrook, D. (1976). *Sylvia Plath: Poetry and Existence*. London: Athlone Press.
- Hughes, T. (1998). *Birthday Letters*. London: Faber and Faber.

- Jamison, K. R. (1989). "Mood disorder and patterns of creativity in British writers and artists". *Psychiatry*, 52, 125-134.
- Jamison, K. R. (1990). "Manic-Depressive Illness, Creativity and Leadership" in F.K Goodwin y K.R. Jamison in *Manic-Depressive Illnesses*. N.Y.: Oxford University Press.
- Jamison, K. R. (1994). *Touched with Fire: Manic-Depressive Illness and the Artistic Temperament*. N.Y.: Free Press.
- Jasper, J. (1922). *Strindberg and Van Gogh*. Traducción al inglés (1982), University of Arizona Press.
- Johnson, S.L. y otros (2012). "Creativity and bipolar disorder: Touched by fire or burning with question?" *Clinical Psychology Review*, Vol. 32, 1, p 1-12.
- Kaufman, J. C. (2001). "The Sylvia Plath Effect: Mental Illness in Eminent Creative Writers", *The Journal of Creative Behavior*, Volume 35, Number 1 / First Quarter 2001, p. 37-50.
- Kroll, J. (1976). *Chapters in a Mythology*. New York: Harper & Row.
- López, A. (2003), *Trastorno afectivo bipolar*. Madrid: Edaf.
- Ludwig, A.M. (1992), "Creative achievement and psychopathology: comparison among professions", *American Journal of Psychotherapy*, 46 (3), 330-56.
- Ludwig, A.M. (1995), *The Price of Greatness*, New York: Guildford Publication Inc.
- Ludwig, A. M. (1998). "Method and madness in the arts and sciences". *Creativity Research Journal*, 11 (2), 93-101.
- MacCabe, J. H. y otros. (2010). "Excellent school performance at age 16 increases risk of adult bipolar disorder: a national cohort study". *Br J Psychiatry*. 196 (2), 109-15.
- Malatesta, C. Z. y Wilson, A. (1988). "Emotion cognition interaction in personality development: A discrete emotions, functionalist analysis". *British Journal of Social Psychology*, 27, 91-112.
- Malcolm, J. (1994). *The Silent Woman: Sylvia Plath & Ted Hughes*. New York: A.A. Knopf, .
- Moses, K. (2003). *Wintering*. London: Sceptre.
- Patea, V. (1982). "Entre el mito y la realidad: aproximación a la obra poética de Sylvia Plath", Servicio de Publicaciones de la Universidad de Salamanca.
- Plath, S. (1960). *The Colossus: Poems*. London: Heinemann.
- Plath, S. (1963). *The Bell Jar*. London: Heinemann.
- Plath, S. (1971). *Crossing the Water*. London: Faber and Faber Ltd,
- Plath, S.(1971). *Winter Trees*. London: Faber and Faber .
- Plath, S. and Schober Plath, A. (1975). *Letters Home: Correspondence, 1950-1963*. London: Faber and Faber.
- Plath, S. and McCully, E.A. (1976). *The Bed Book*. New York: Harper & Row.
- Plath, S. (1977) *Johnny Panic and the Bible of Dreams and Other Prose Writings*. London: Faber.
- Plath, S and Hughes, T. (1981) *Sylvia Plath Collected Poems*. London: Faber, 1981.
- Plath, S. and Berner, R. S. (1976) . *The It-Doesn't-Matter Suit*. London: Faber and Faber.
- Plath, S.; Hughes, T. and McCullough, F. M. (1982). *The Journals of Sylvia Plath*. New York: Dial Press.
- Plath, S. and Kukil, K. V. (2000). *The Unabridged Journals of Sylvia Plath, 1950-1962*. New York: Anchor Books.
- Plath, S.; Hughes, F. and Semanki, D. (2004). *Ariel: The Restored Edition; A*

- Facsimile of Plath's Manuscript, Reinstating Her Original Selection and Arrangement*. London: Faber and Faber.
- Post, F. (1994). "Creativity and psychopathology. A study of 291 world-famous men", *British Journal of Psychiatry*, 168 (5), 545-555.
- Potash y DePaulo, (2000). "Searching high and low. A review of the genetics of Bipolar Disorder", *Bipolar Disorder*, 2, 8-26.
- Prado, B. (2001). *Los nombres de Antígona*. Madrid: Aguilar.
- Richards, S. (2000). "Creativity and the schizophrenia spectrum: More and more interesting". *Creativity Research Journal*, 13, 11-132.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic Happiness*. Nueva York: Free Press.
- Senís, J. (2009). *Mujeres escritoras y mitos artísticos en la España contemporánea*. Madrid: Pliegos.
- Simonton, D. K. (2004). *Creativity in science: Chance, logic, genius, and zeitgeist*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Sternberg, R. J. (2006). "The nature of creativity". *Creativity Research Journal*, 18 (1), 87-98.
- Stevenson, A. (1989). *Bitter Fame: A Life of Sylvia Plath*. Boston: Houghton Mifflin, 1989.
- Thompson, Catherine (1990-91). "'Dawn Poems in Blood: Sylvia Plath and PMS.'" *TriQuarterly* 20, p. 221-49)
- Wagner-Martin, L. (1987). *Sylvia Plath: A Biography*. New York: Simon and Schuster, 1987.
- Wisker, G. (2001). *Sylvia Plath. A beginner's Guide*. London: Hodder & Stoughton.