

La higiene mental del combatiente

por el Dr. E. MIRA

Jefe de los Servicios Psiquiátricos de la Inspección de Sanidad del Ejército

Si se tiene en cuenta que la guerra es, ante todo, una lucha de voluntades y se recuerda que el entusiasmo o la desmoralización deciden, en instantes críticos, el curso de las grandes batallas, se comprende la enorme importancia que precisa conceder al desarrollo, organización y mantenimiento de una perfecta higiene mental en los combatientes. La reciente creación de los Servicios Psiquiátricos en el Ejército de Tierra de la España Republicana permitirá acometer en plazo breve la sistematización de esfuerzos muy loables realizados ya en este aspecto por el Comisariado de Guerra y por la Jefatura de Sanidad Militar. Desde luego, el factor básico de la campaña pro-higiene mental en todo Ejército es el psiquiatra militar; a él es a quien compete, en primer lugar, la selección de los tipos cuya personalidad psicopática resulte inapta para la vida del frente de guerra; en segundo término, la intervención rápida y eficaz en los casos de trastorno neurótico o mental del combatiente y — *last but not least* — la magna obra de mantener siempre elevada y tensa en cada soldado su actitud combativa, sin descuidar por ello el cultivo de sus aptitudes intelectuales.

Sería extraordinariamente conveniente la organización de conferencias o cursillos compendiados de higiene mental para los Comisarios y para los Jefes y Oficiales; tales conferencias o cursillos, confiados al Psiquiatra del Sector, facilitarían mucho la tarea de organizar la vida del soldado de acuerdo con los principios de la moderna psicohigiene. Ahora bien; paralelamente a esa obra hay que proceder a la obtención de unos datos psicológicos mínimos de cada elemento combatiente. Hay que darse cuenta de que el reconocimiento psíquico del soldado tiene, por lo menos, tanta importancia como el reconocimiento físico al que obligatoriamente se le somete al incorporarse. Con el fin de demostrar que tal examen es factible y puede

proporcionar, en pocos minutos, datos de gran valor para la ulterior destinación y aprovechamiento del recluta, publicamos a continuación los facsímiles de las contestaciones dadas por cuatro soldados de una misma compañía sanitaria al cuestionario que estamos ensayando con el fin de preparar un modelo que pueda ser empleado de un modo general y sistemático por los C. R. M. I.

Conviene hacer notar que este cuestionario contiene, por orden de presentación, preguntas destinadas a valorar: *a)* el grado de inteligencia; *b)* la actitud afectiva; *c)* el grado de predisposición psicopática. Además, a lo largo de todo él, queda reflejada la mayor o menor identificación del sujeto con la lucha.

Un somero análisis de estos tres tipos de contestaciones nos convencerá de que la primera hoja ha sido llenada por un recluta de escasa cultura, mediana inteligencia, buena actitud afectiva y capaz de un excelente rendimiento como soldado. El segundo cuestionario nos revela un recluta de normal cultura e inteligencia, de mentalidad anarquista y con actitud un tanto hostil a la disciplina militar, pero bien identificado, no obstante, con la lucha que va a emprender. El tercero corresponde, en cambio, a un sujeto en el que, a pesar de su normal inteligencia, cabe suponer una actitud afectiva poco propicia al sacrificio (los subrayados son nuestros). Y lo mismo puede decirse del cuarto, que constituye el tipo "standard" del hombre epicúreo y egoísta.

De otra parte, la necesidad de difundir entre los soldados algunas de las normas básicas para asegurar su higiene mental en las filas nos ha impulsado a la elaboración de un proyecto de cartilla-breviario que publicamos a continuación y cuya lectura ha de servir de pretexto para la actuación conjunta y armónica de jefes, médicos y comisarios sobre los elementos más predispuestos a la desadaptación mental (tales como los ejemplos III y IV del cuestionario transcrito).

BREVIARIO DE HIGIENE MENTAL DEL COMBATIENTE

Soldado del Ejército Popular que estás dispuesto a dar tu sangre y a ofrecer tu vida para salvar la República Española de la invasión del fascismo internacional y para asegurar la persistencia y el desarrollo de una organización social justa y generosa. Soldado que te aprestas con tu esfuerzo y tu entusiasmo a defender tus derechos de hombre libre y a con-

quistar para tus seres queridos un porvenir risueño en el que el Trabajo asegure a todos una vida culta y feliz. Cuando tus deberes militares te lo permitan, dedica el tiempo a leer y a meditar esta cartilla, en la que hallarás unas reglas y consejos que la experiencia científica puede ofrecerte para ayudarte a conseguir tus nobles deseos.

Procura fijarte en cada línea, y si encuentras algo que no comprendes o que no te parece exacto, dilo a tus jefes para que te lo aclaren.

El mayor bien del hombre es su salud espiritual. — De nada te sirve poseer un cuerpo robusto ni todas las riquezas materiales imaginables, si quien las ha de utilizar es una persona de mentalidad débil, enfermiza o deforme, incapaz de obtener con tales bienes otra cosa que un efímero placer animal. De nada sirve tampoco soñar con bellos ideales, si falta el coraje para conseguirlos. Solamente una mente sana tiene la fortaleza indispensable para orientarse y dirigir voluntariamente el destino de su vida. La salud mental nos da la *serenidad* frente al peligro, el *optimismo consciente* ante el futuro, la *lealtad* y la *energía reflexiva* en la conducta, y la actitud de *cordial comprensión y estimación* para todos los seres naturales; requisitos todos estos que integran la única y verdadera *felicidad íntima*.

Así como para obtener y conservar la salud corporal hay que seguir los preceptos de la higiene física, para asegurar la salud mental precisa cumplir las normas de la higiene psíquica.

La máquina más sencilla, por fuerte que sea, puede descomponerse si no se la cuida y utiliza de un modo conveniente. El espíritu humano puede desequilibrarse y agotarse si no observa las reglas de higiene intelectual y moral que le preservan de los desastrosos efectos del conflicto mental, del disgusto, del remordimiento o de las bajas pasiones. Una pena, un desengaño, el resentimiento, o un deseo mal contenido, pueden tener peores efectos sobre la vida individual que una pulmonía o un tífus, y pueden impulsar a quien los sufra a la locura o al suicidio.

La primera norma de higiene mental del soldado es la que le obliga a considerarse indisolublemente unido a la unidad militar de la que forma parte y a cumplir las consignas emanadas de sus jefes con la misma fe que si las hubiese creado él.

Desde el momento en que un soldado se *incorpora* (lo que quiere decir que pasa a formar parte de un cuerpo de Ejército), ha de darse cuenta que toda desobediencia, negligencia o indisciplina, además de constituir una falta militar que le expone a una sanción, determina una disminución peligrosa en la eficacia de la fuerza colectiva que ha de protegerlo; por lo tanto, él mismo sufrirá, tarde o temprano, las consecuencias de su falta. Un soldado que se rebela o que deja una orden incumplida es tan nocivo como el que deserta y, además, al aislarse del grupo, se expone a sucumbir, como un dedo separado de su brazo.

En el frente de combate, lo mismo que en la retaguardia, hay que denunciar y aislar a todo el que, por pesimismo o por mala intención, propague malas noticias o realice una campaña derrotista.

Con mayor rapidez que una infección se extienden en los campos de batalla las noticias alarmantes que pueden ocasionar la caída vertical del ánimo combativo y determinar un desastre por el llamado "pánico colectivo". Precisa tener en cuenta que la gran tensión emocional en que viven quienes constantemente desafían la Muerte aumenta su susceptibilidad y favorece su credulidad, incluso de todo lo que puede darles una

CUESTIONARIO

A fin de aprovechar vuestro esfuerzo dentro del Ejército del pueblo y ahorrarnos sufrimientos y penalidades inútiles, sois requeridos a contestar las siguientes preguntas con toda sinceridad.

Nombre: _____ Apellido: _____
Número: _____

Otros conocimientos (además de los profesionales) *Profesante Auxiliar*

HACER EL FAVOR DE RESPONDER:

- (1) ¿Que es el fascismo? *La destrucción de la Unidad*
- (2) ¿Que motivos os impulsan a derribarlo? *La debida a las necesidades que de muy joven he pasado.*
- (3) ¿Como creéis que sería la vida de nuestro pueblo si hubiesen triunfado los fascistas? *nuestro vida sería imposible de llevar sin tener libertad económica.*
- (4) ¿Como será la vida de nuestro pueblo, cuando hayamos triunfado los antifascistas? *nuestro pueblo será una masa de libertad y de progreso y justicia.*
- (5) ¿Cuales creéis que son vuestros deberes esenciales como soldados del pueblo? *Defender la República donde sea necesario y obedecer al Gobierno.*
- (6) ¿En que lugar y en que actividad os placiera más trabajar dentro del Ejército? *Dentro de mi profesión de Sargento o de feriante que tiene sujeta.*
- (7) ¿Cuales son vuestros deseos más fuertes en la actualidad? *Aptitud al Gobierno honesto.*
- (8) ¿Como deseais pasar los momentos libres de trabajo, cuando no tengáis obligaciones a cumplir durante vuestro servicio militar? *En una organización o partido y en clase.*
- (9) ¿Si pudiésteis escoger alguna recompensa o premio por vuestros servicios a la causa de la Revolución popular, que preferiríais? *Solo pediría un sueldo de trabajo suelto al lado del Gobierno de la República.*
- (10) ¿Podéis resistir la fatiga? *Si* ¿la falta de dormir? *Si* ¿el frío? *Si* ¿el hambre? *Si* ¿la sed? *Si*
¿Cual de estas penalidades creéis que os perjudicaría más? *La sed* ¿Cuando os han dado algún espanto o susto fuerte, que consecuencias habéis observado después, en el funcionamiento de vuestro cuerpo? *Un nerviosismo debido a la indignación ante nuestros errores.*
- ¿Cual ha sido vuestro comportamiento entonces? *Quedarme pasado.*
- ¿Recordáis alguna ocasión de vuestra vida en la que habéis dado pruebas de coraje (exponerla si os place)? *En un momento durante la 14 noche de resistencia he sentido en todo mi cuerpo coraje hacia el fascismo.*
- ¿Habéis perdido alguna vez el conocimiento? *No*
- ¿Tenéis desvanecimientos de cabeza? *No*
- ¿Cada cuando acostumbráis hacer uso de vuestro sexo? *Cuando lo esciento naturalmente.*
- Si queréis añadir alguna observación que os parezca útil para poder conocer y aprovechar vuestras aptitudes dentro del Ejército, podéis exponerla a continuación.

(Caso de ser insuficiente el espacio, escribir el dorso indicando número pregunta.)

Cuestionario I

CUESTIONARIO

A fin de aprovechar vuestro esfuerzo dentro del Ejército del pueblo y ahorrarnos sufrimientos y penalidades inútiles, sois requeridos a contestar las siguientes preguntas con toda sinceridad.

Nombre: _____ Apellido: _____
Número: _____

Otros conocimientos (además de los profesionales) *No*

HACER EL FAVOR DE RESPONDER:

- (1) ¿Que es el fascismo? *La negación de la libertad.*
- (2) ¿Que motivos os impulsan a derribarlo? *el mejoramiento de la clase obrera.*
- (3) ¿Como creéis que sería la vida de nuestro pueblo si hubiesen triunfado los fascistas?
- (4) ¿Como será la vida de nuestro pueblo, cuando hayamos triunfado los antifascistas?
- (5) ¿Cuales creéis que son vuestros deberes esenciales como soldados del pueblo?
- (6) ¿En que lugar y en que actividad os placiera más trabajar dentro del Ejército?
- (7) ¿Cuales son vuestros deseos más fuertes en la actualidad?
- (8) ¿Como deseais pasar los momentos libres de trabajo, cuando no tengáis obligaciones a cumplir durante vuestro servicio militar?
- (9) ¿Si pudiésteis escoger alguna recompensa o premio por vuestros servicios a la causa de la Revolución popular, que preferiríais?
- (10) ¿Podéis resistir la fatiga? *Si* ¿la falta de dormir? *Si* ¿el frío? *Si* ¿el hambre? *Si* ¿la sed? *Si*
¿Cual de estas penalidades creéis que os perjudicaría más? *La sed* ¿Cuando os han dado algún espanto o susto fuerte, que consecuencias habéis observado después, en el funcionamiento de vuestro cuerpo?
- ¿Cual ha sido vuestro comportamiento entonces? *No*
- ¿Recordáis alguna ocasión de vuestra vida en la que habéis dado pruebas de coraje (exponerla si os place)? *No*
- ¿Habéis perdido alguna vez el conocimiento?
- ¿Tenéis desvanecimientos de cabeza?
- ¿Cada cuando acostumbráis hacer uso de vuestro sexo?
- Si queréis añadir alguna observación que os parezca útil para poder conocer y aprovechar vuestras aptitudes dentro del Ejército, podéis exponerla a continuación. *Un nerviosismo debido a la indignación ante nuestros errores.*

(Caso de ser insuficiente el espacio, escribir el dorso indicando número pregunta.)

Cuestionario II

CUESTIONARIO

A fin de aprovechar vuestro esfuerzo dentro del Ejército del pueblo y ahorraros sufrimientos y penalidades inútiles, sois requeridos a contestar las siguientes preguntas con toda sinceridad.

Otros conocimientos (además de los profesionales)

HACER EL FAVOR DE RESPONDER:

- (1) ¿Que es el fascismo? *que es el para la de la proletaria*
 - (2) ¿Que motivos os impulsan a derribarlo? *el empobrecimiento del obrero*
 - (3) ¿Como creéis que sería la vida de nuestro pueblo si hubiesen triunfado los fascistas? *no sé*
 - (4) ¿Como será la vida de nuestro pueblo, cuando hayamos triunfado los antifascistas? *depongo que un bien*
 - (5) ¿Cuales creéis que son vuestros deberes esenciales como soldados del pueblo? *obedecer a la marcial*
 - (6) ¿En que lugar y en que actividad os placiera más trabajar dentro del Ejército? *Sanidad, al lado de donde el me daban*
 - (7) ¿Cuales son vuestros deseos más fuertes en la actualidad? *que termine pronto la guerra con muchos triunfos*
 - (8) ¿Como deseariais pasar los momentos libres de trabajo, cuando no tengáis obligaciones a cumplir durante vuestro servicio militar? *no se me da nada y aprender todo lo que sea posible*
 - (9) ¿Si pudiérais escoger alguna recompensa o premio por vuestros servicios a la causa de la Revolución popular, que prefeririais? *dejar al estado*
 - (10) ¿Podéis resistir la fatiga? *No* ¿la falta de dormir? *No* ¿el frío? *No* ¿el hambre? *No* ¿la sed? *No*
¿Cual de estas penalidades creéis que os perjudicaría más? *la falta de dormir* ¿Cuando os han dado algún espanto o susto fuerte, que consecuencias habéis observado después, en el funcionamiento de vuestro cuerpo? *continúa en forma*
- ¿Cual ha sido vuestro comportamiento entonces? *buena a 24 años*
- ¿Recordáis alguna ocasión de vuestra vida en la que habéis dado pruebas de coraje (exponerla si os place) *No*
- ¿Habéis perdido alguna vez el conocimiento? *No*
- ¿Tenéis desvanecimientos de cabeza? *No*
- ¿Cada cuando acostumbráis hacer uso de vuestro sexo? *cuando me da la gana*
- Si queréis añadir alguna observación que os parezca útil para poder conocer y aprovechar vuestras aptitudes dentro del Ejército, podéis exponerla a continuación

[Caso de ser insuficiente el espacio, escribir al dorso indicando número pregunta.]

Cuestionario III

CUESTIONARIO

A fin de aprovechar vuestro esfuerzo dentro del Ejército del pueblo y ahorraros sufrimientos y penalidades inútiles, sois requeridos a contestar las siguientes preguntas con toda sinceridad.

Otros conocimientos (además de los profesionales)

HACER EL FAVOR DE RESPONDER:

- (1) ¿Que es el fascismo? *es la destrucción del Proletariado Mundial y la ruina de las Naciones*
 - (2) ¿Que motivos os impulsan a derribarlo? *de que me queramos ser como vos y que se libre de la goma del fascismo*
 - (3) ¿Como creéis que sería la vida de nuestro pueblo si hubiesen triunfado los fascistas? *seriamos unos esclavos del dinero y nos matarian de hambre*
 - (4) ¿Como será la vida de nuestro pueblo, cuando hayamos triunfado los antifascistas? *de momento no se me ocurre nada bien que sea mejor que el actual*
 - (5) ¿Cuales creéis que son vuestros deberes esenciales como soldados del pueblo? *cumplir en la disciplina y en el deber aun que se combata*
 - (6) ¿En que lugar y en que actividad os placiera más trabajar dentro del Ejército? *en un hospital sea en el frente o en retaguardia todo lo que sea*
 - (7) ¿Cuales son vuestros deseos más fuertes en la actualidad? *que termine pronto la guerra*
 - (8) ¿Como deseariais pasar los momentos libres de trabajo, cuando no tengáis obligaciones a cumplir durante vuestro servicio militar? *basarme en castre y fumar un poco de pipa*
 - (9) ¿Si pudiérais escoger alguna recompensa o premio por vuestros servicios a la causa de la Revolución popular, que prefeririais? *Nada me me gusta que me den dinero*
 - (10) ¿Podéis resistir la fatiga? *si* ¿la falta de dormir? *No* ¿el frío? *No* ¿el hambre? *No* ¿la sed? *No*
¿Cual de estas penalidades creéis que os perjudicaría más? *si me da la gana* ¿Cuando os han dado algún espanto o susto fuerte, que consecuencias habéis observado después, en el funcionamiento de vuestro cuerpo? *que el corazón me palpita*
- ¿Cual ha sido vuestro comportamiento entonces? *Ninguno*
- ¿Recordáis alguna ocasión de vuestra vida en la que habéis dado pruebas de coraje (exponerla si os place) *No*
- ¿Habéis perdido alguna vez el conocimiento? *No*
- ¿Tenéis desvanecimientos de cabeza? *No*
- ¿Cada cuando acostumbráis hacer uso de vuestro sexo? *cuando me da la gana*
- Si queréis añadir alguna observación que os parezca útil para poder conocer y aprovechar vuestras aptitudes dentro del Ejército, podéis exponerla a continuación *No*

[Caso de ser insuficiente el espacio, escribir al dorso indicando número pregunta.]

Cuestionario IV

razón para abandonar los puestos de peligro. En tal situación, si el miedo invade al sujeto, éste intenta acogerse a la conocida pero falsa fórmula de que "precisa ahorrar la vida para poder utilizarla en servicio del Ideal", o bien trata de convencerse que "su" sacrificio sería estéril, pues él solo no podría evitar la derrota, etc. El mecanismo de tan perjudicial actitud es el siguiente: el instinto insinúa al sujeto: "¡huye!"; la conciencia le contesta: "he de permanecer en mi puesto"; entonces la imaginación se pone al servicio del miedo y crea el bulo: "los otros empiezan ya a huir"; y la conciencia, vencida, pero buscando una justificación, afirma, mientras huye: "sería insensato resistir, si mis camaradas me abandonan".

Falsa de toda falsedad es esta última afirmación, porque aun si fuese cierto que los demás huían, la propia vida se defiende mejor, siempre, de cara que de espaldas al enemigo (la proporción de bajas es cuatro veces mayor en la huída que en la defensa) y, además, no hay ningún sacrificio que sea estéril, pues, cuando menos, tiene el alto valor del ejemplo. A miles pueden citarse los casos en que el sacrificio aparentemente absurdo de un hombre ha cambiado totalmente el curso de una acción guerrera. Por ello es peor que las balas el soldado derrotista; no solamente hay que apartarse de él, sino que precisa denunciarlo.

Consciente de la importancia de tu esfuerzo, procura concentrar en él y administrar reflexivamente todas tus energías. No luches para vivir; vive para luchar.

Porque la guerra significa desolación y pérdida constante de vidas, precisa que colabores a ganarla lo más rápidamente posible. No se trata de una guerra más, sino de la última; al ganarla, el pueblo español se organizará de un modo que haga imposibles nuevas contiendas. Por lo tanto, debes, soldado republicano, poner todo tu ardor en el combate. Cuanto más anheles la vida tranquila, tanto más vigorosamente has de luchar ahora para conquistarla. Cada hora que la guerra se prolonga sin tu victoria es una amenaza para ti y para tu familia; de otra parte, si por tu cobardía se perdiese, la amenaza se convertiría en una trágica realidad: esclavitud y oprobio. Por ello debes entregarte plenamente y dar cuanto vales para el triunfo final; mas no lo des sin plan ni reflexión: *no abuses de tu resistencia y no la debilites con excesos sexuales, con bebidas sin mesura o con charlas y diversiones nocturnas: reposa cuanto puedas en las horas de descanso.*

Si sientes desfallecimiento, depresión o vacilación; si te crees inferior a tus compañeros por parecerte que aguantan mejor las durezas de la campaña, piensa que *nunca ha de compararse un hombre con los demás, sino con sí mismo*. Hacerte cada día más digno de ti, luchar contra tus instintos egoístas, dominar tu miedo y sentirte seguro de tu conducta, de suerte que, en conjunto, hoy seas mejor que ayer, y mañana mejor que hoy: *esa es tu misión*, y en la medida en que la cumplas te sentirás feliz incluso en medio de las mayores contrariedades.

Cuando tu voluntad no alcance a dominar tus pasiones o tu inteligencia no consiga encontrar la solución a tus conflictos, acude al médico y explícale lo que te pasa, sin exagerar ni cambiar ni ocultar nada.

El médico ha de ser tu amigo y consejero siempre que sufras. Si no se considera competente, te dirigirá hacia el especialista psiquiatra del sector; pero en todo caso te atenderá de momento y te ayudará, tonificándote corporal o mentalmente. No tengas reparo en confiarte a él: *muéstrale el fondo de tus pensamientos con la misma naturalidad que le enseñarías un grano*. Recuerda que su honor profesional le exige que guarde tus secretos, y, por tanto, no has de temer que tus confidencias sean conocidas de alguien más.

No intentes buscar en los licores ni en bebidas excitantes el ánimo que te falte en un momento dado. Con ello precipitarías tu caída moral, en vez de evitarla.

E. MIRA

Y ahora, lee y reflexiona las siguientes máximas, casi todas entresacadas de las de profundos pensadores. En ellas encontrarás ideas suficientes para hacer de ti lo que más puedes desear: nada menos que *todo un hombre*, es decir: un ser libre, razonable, justo, sereno, generoso y fecundo.

¡Vale más morir de pie que vivir de rodillas! — Dime de qué te jactas, y te diré de qué careces. — No tiene más razón el que más grita. — No juzgues los actos ajenos, si no puedes conocer todos sus motivos. — Es tan fácil quitarle la batuta a un director de orquesta como difícil substituirle en su trabajo. — No pretendas mandar, si antes no sabes obedecer. — No confíes a los demás lo que puedas hacer por ti mismo. — La palabra es plata; el silencio es oro. — Un buen libro vale más que un mediano compañero. — No vivas pensando en el pasado, sino mirando al porvenir. El hombre es lo que llega a ser. — Procura que cada uno de tus actos pueda ser tomado como modelo de conducta universal. — Saber ganar es bueno; saber perdonar es mejor. — Protege a los débiles; respeta las opiniones sinceras; combate la mentira, aun cuando te halaguen o favorezcan. — Sigue el lema: UNO PARA TODOS antes que el de TODOS PARA UNO.