

EL TRAUMA COMO FUERZA OCULTA EN LA POESÍA DE EMILY DICKINSON

Rubén Vera Nespereira*

We of the craft are all crazy.
Some are affected by gaiety,
others by melancholy,
but all are more or less touched.
(Lord Byron)

ABSTRACT

This essay examines the role of trauma in Emily Dickinson's poetry. It discusses how Dickinson's work reveals a profound connection to the emotional trauma experienced throughout her life. Thus, focus is placed upon how Dickinson uses poetry as a means to process and express her pain, examining recurring themes such as death, isolation, and loss.

KEYWORDS: Trauma, Emily Dickinson, poetry, connection, death.

RESUMEN

El ensayo examina el papel del trauma en la poesía de Emily Dickinson. Se discute cómo el trabajo de Dickinson revela una conexión profunda con las heridas emocionales que experimentó a lo largo de su vida. Por tanto, la atención se centra en cómo Dickinson usa la poesía como medio para procesar y expresar su dolor, examinando temas recurrentes como la muerte, el aislamiento y la pérdida.

PALABRAS CLAVE : trauma, Emily Dickinson, poesía, conexión, muerte.

INTRODUCCIÓN.

La misteriosa poética de Emily Dickinson ha fascinado a estudiantes y expertos durante mucho tiempo. Esto genera numerosos debates, muchos en curso, sobre las fuerzas impulsoras detrás de su genio literario. Entre las distintas perspectivas propuestas, la noción de trauma como fuerza oculta inherente a la poesía de Dickinson destaca como posible teoría. ¿Fueron sus traumas personales la principal energía moldeadora que subyace en sus

* Rubén Vera Nespereira (pianorub@gmail.com) es licenciado en Filología Moderna (Inglés) por la Universidad de Alcalá de Henares. Así mismo cuenta con un Máster en Traducción e Interpretación por la misma universidad. Durante su época estudiantil formó parte activa de la *Revista Universitaria*. Gran parte de su carrera profesional se ha desarrollado en Alemania.

poemas? ¿En qué grado y de qué manera condicionaron determinados eventos sociales y personales un papel importante en la configuración de su expresión artística?

Si bien el diagnóstico de las condiciones mentales y emocionales de una persona fallecida presenta desafíos, nos queda analizar el testimonio escrito de Dickinson, que comprende sus cartas y poemas, junto con las ideas de los investigadores, para arrojar luz sobre esta intrigante hipótesis. De esta forma, abordamos un viaje exploratorio que nos acerca un poco más a las posibles causas y efectos que llevaron a Emily Dickinson a convertirse en un referente de la poesía mundial.



Emily Dickinson

DESARROLLO.

Antes de profundizar en las especificidades de nuestra hipótesis, debemos preguntarnos, ¿qué es el trauma? En palabras del reconocido experto y psiquiatra, Gabor Maté, “el trauma es una herida psíquica que te endurece psicológicamente y luego interfiere en tu capacidad de crecer y desarrollarte. Te duele y ahora estás actuando desde el dolor. Induce miedo y ahora estás actuando desde el miedo. El trauma no es lo que te sucede, es lo que sucede dentro de ti como resultado de lo que te sucedió” (Caparrotta).¹

Entonces, si tomamos esta afirmación como referencia, ¿podríamos decir que la poesía de Emily Dickinson fue inducida por el miedo y/o el dolor? Sin duda, para esclarecer la influencia potencial de los traumas en la poesía de Emily Dickinson, es preciso examinar los temas recurrentes de miedo, dolor, e incluso aceptación, que impregnan sus versos. Estos hilos temáticos nos sirven como ventanas a su mundo interior. Por tanto, nos centraremos en acercarnos a la confusión interna y otras complejidades psicológicas que Dickinson pudo haber experimentado. Examinemos, por ejemplo, el poema de Dickinson “After great pain, a formal feeling comes”:

After great pain, a formal feeling comes—
 The Nerves sit ceremonious, like Tombs—
 The stiff Heart questions ‘was it He, that bore’,
 And ‘Yesterday, or Centuries before?’

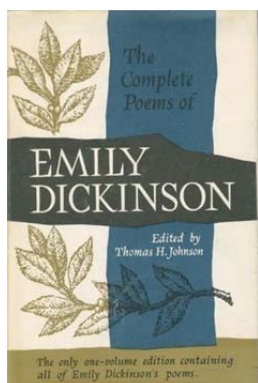
The Feet, mechanical, go round—
 Of Ground, or Air, or Ought—
 A wooden way
 Regardless grown,
 A Quartz contentment, like a stone—

¹ Las traducciones al español de las citas insertas en este artículo han sido realizadas por el autor.

This is the Hour of Lead—
 Remembered, if outlived,
 As Freezing persons, recollect the Snow—
 First—Chill—then Stupor—then the letting go— (*Complete* 162)

Ciertamente podemos percibir miedo y dolor en este poema. En ese sentido, Dickinson describe las secuelas del “gran dolor” y la forma en que puede dejar a uno sintiéndose entumecido. En sus propias palabras, “los nervios se sientan ceremoniosos, como tumbas”. Dickinson se centra en el coste emocional del dolor. La repetición de “Ayer o siglos antes” sugiere la desorientación que acompaña al trauma. Esto es, sentirse atrapado en el pasado y absolutamente alienado en el presente. Podemos entonces interpretar este poema como un testimonio de lo antes citado por Gabor Maté cuando describe el trauma como algo que “interfiere con tu capacidad de crecer y desarrollarte”, y cómo “te duele y ahora estás actuando desde el dolor” (Caparrotta).

Al mismo tiempo, se advierte una sensación de aceptación y/o resignación en este poema cuando describe el “camino de madera” y la “satisfacción de cuarzo”. Las líneas finales, “Primero: escalofríos, luego estupor, luego dejar ir”, representan las etapas del duelo y la eventual liberación del dolor. Esto es muy interesante. Es como si Dickinson conociera perfectamente el camino a seguir para curarse de la herida interna que representa el trauma. Cuando menciona “dejar ir” nos hace partícipes de su conciencia sobre el apego a la emoción y sus consecuencias. En palabras de Sogyal Rinpoche, “todas y cada una de las cosas negativas que hemos pensado o hecho han surgido en último término de nuestro apego a un falso yo, y de nuestro mimo y protección de ese falso yo, de convertirlo en el elemento más querido e importante de nuestra vida” (128). De tal forma, se antoja imprescindible la necesidad de transformación en Dickinson para así “dejar ir” y sobrellevar las heridas emocionales que sucedieron en el pasado.



Al realizar una observación externa, se puede percibir que Dickinson estaba siendo afectada por algo. Sin embargo, al examinar con mayor detalle, surge la siguiente interrogante: ¿Qué evento o serie de eventos concretos generaron un apego emocional negativo en Emily Dickinson? Para responder a esta pregunta necesitamos hacer una recapitulación de su crianza y educación. Emily Dickinson nació en 1830. La segunda de tres hijos, Dickinson creció en una familia razonablemente acomodada y con una fuerte inclinación religiosa. Su padre, Edward Dickinson, era conocido por ser un hombre puritano muy estricto. Edward inculcó en Emily el deber de asistir a la Primera Iglesia Congregacional. Ciertamente, es importante tener

en cuenta hasta qué punto la herencia religiosa puritana de Nueva Inglaterra estuvo presente en el desarrollo de Dickinson como poeta. A lo largo de su vida, Emily mantuvo una relación de amor-odio con la religión y la noción de “Dios”. Por consiguiente, encontró a menudo refugio en sus poemas para manejar los sentimientos de confusión interna que iban

surgíendole. Su poema, “I shall know why-when time is over”, es prueba de ello. El poema lee lo siguiente:

I shall know why—when Time is over—
 And I have ceased to wonder why—
 Christ will explain each separate anguish
 In the fair schoolroom of the sky—

He will tell me what “Peter” promised—
 And I—for wonder at his woe—
 I shall forget the drop of Anguish
 That scalds me now—that scalds me now! (*Complete* 91)

Aquí Dickinson describe sus sentimientos hacia Dios. A primera vista parece estar enfadada con Dios porque no puede obtener ninguna respuesta a sus preguntas. Sin embargo, siente que las respuestas a estas preguntas solo llegarán con la muerte. Es por ello que la aceptación y el amor son parte fundamental en el proceso interno de confusión que ella experimentó y así lo refleja en sus versos. En resumen, Emily Dickinson creció en un ambiente aparentemente “normal” para una niña de su época. ¿Le hizo bien esta “normalidad” o fueron las imposiciones sociales de la infancia demasiado abrumadoras? Esta cuestión no es en absoluto baladí. A lo largo de los años, los estudios de investigación han demostrado consistentemente que la crianza estricta o autoritaria produce niños tristes, con baja autoestima, y que se comportan peor que los demás. La crianza estricta lanza un claro mensaje a los niños: que una parte de ellos no es aceptable y que los padres no están allí para ayudarlos a aprender a manejar las emociones difíciles que los impulsan a portarse mal. Se quedan solos, tratando de resolver por sí mismos cómo superar sus sentimientos. En muchos casos, esta situación crea un niño emocionalmente dañado que tendrá dificultades para compensar su debilidad cuando se convierta en adulto. En el tercer párrafo del capítulo 11 de su libro “My Bondage and My Freedom”, el gran Frederick Douglass escribe: “La conciencia no puede soportar mucha violencia. Una vez completamente rota, ¿quién puede reparar el daño?” (153).

Cabe reseñar que lo mencionado hasta el momento sobre la crianza y educación de Dickinson fue sólo el principio. Emily Dickinson pasó por distintas fases en su vida. ¿Qué incidentes la marcaron emocionalmente? Analicemos más de cerca algunos de los eventos que pudieron haber desencadenado una reacción emocional trascendente en su vida:

1) Problemas de salud.

En *The Letters of Emily Dickinson*, editadas por Thomas Herbert Johnson y Theodora Ward, se menciona que los problemas oculares de Emily Dickinson comenzaron en septiembre de 1863, manifestándose con sensibilidad a la luz y dolor en los ojos. Ella describió cómo su visión se distorsionaba. En febrero de 1864, sus problemas oculares empeoraron y decidió consultar al Dr. Henry Willard Williams en Boston. Las visitas al médico resultaron

dolorosas para Emily, y se le recomendó evitar la luz solar de primavera, limitar su lectura y escritura, utilizando un lápiz en lugar de una pluma.

El diagnóstico exacto de los problemas oftalmológicos de Emily realizado por el Dr. Williams es desconocido. Se presentó como una combinación de síntomas graves y prolongados, sin que la familia documentara hallazgos físicos externos. Sin embargo, se asume que finalmente se obtuvo una resolución completa. Uno de los posibles diagnósticos es el de “hiperestesia histórica de la retina”. Aparentemente, esta condición era más común en el siglo XIX pero ha disminuido en frecuencia y ya no se considera un diagnóstico válido en la actualidad.

2) Vida amorosa.

Emily Dickinson tuvo diversas relaciones intensas durante su vida. Una de las cuales fue la mantenida con el reverendo Charles Wadsworth. A pesar de que muchas de sus cartas han sido destruidas, en algunas de las cartas recogidas por Margaret Freeman en *The Literary Encyclopedia*, Emily se referiría a Wadsworth como “mi Filadelfia”, “mi clérigo”, “mi amigo terrenal más querido” y “mi pastor”. Incluso hay algunas cartas enigmáticas en las que se dirige a alguien como “Maestro”. Durante este tiempo, finales de la década de 1850 y principios de la de 1860, Dickinson fue extremadamente prolífica. Escribió la increíble cantidad de 52 poemas sólo en el año 1858. En los años que siguieron, continuaría escribiendo a un ritmo vertiginoso. El contenido de estos poemas refleja sentimientos descarnados de emoción y muchas veces de angustia en el corazón de la poeta. Al final, esta relación epistolar no llegó a ser nada más que una amistad. Wadsworth era un hombre casado. Este amor platónico no correspondido pudo haber sido el germen de un fuerte impacto emocional en la parte “rechazada”, Emily Dickinson.

Aparte de este interesante episodio, hubo otras historias que cabe la pena mencionar. Notoria fue la relación que mantuvo con Susan Gilbert Dickinson. Susan era amiga y cuñada de Emily. En “Part to whom, Sue is precious”, Emily se sinceró y habló sobre su relación con Susan como “el amor de Dante por Beatrice, el de Swift por Stella y el de Mirabeau por Sophie de Ruffey” (*Letters* 509).



Susan Gilbert Dickinson

Dickinson escribió: “Susie, ¿vendrás a casa el próximo sábado y volverás a ser mía y me besarás como solías hacerlo?... Espero mucho por ti, y me siento tan ansiosa por ti, siento que no puedo esperar más. Siento que ahora debo tenerte, y que la expectativa de volver a ver tu rostro me hace sentir calor y fiebre, y mi corazón late tan rápido: me voy a dormir por la noche, y lo primero que sé es que estoy allí completamente despierta, y apretando mis manos con fuerza, y pensando en el próximo sábado... Vaya, Susie, es como si mi amante ausente regresara a casa pronto, y mi corazón se debe preparar para ella” (*Letters* 96).

Obviamente, muchas fuentes consultadas indican que podrían haber sido amantes durante más de 40 años.

Esta fue sin lugar a dudas una relación afectiva muy complicada en aquellos tiempos.

3) Muerte de seres queridos.

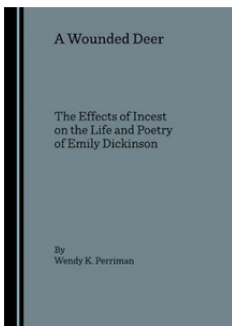
En 1874 muere Edward Dickinson, el padre de Emily. Poco después, Emily Norcross Dickinson, la madre de Emily, sufre un derrame cerebral que la deja paralizada. Emily y su hermana cuidaron de su madre durante siete años, hasta su muerte en 1882. En diciembre de 1882, en sus cartas a Elizabeth Holland, Emily escribió: “Cuando éramos niñas y ella viajaba, siempre nos traía algo. Ahora, nos trae a sí misma, qué único regalo” (*Letters* 755).

Estas dos muertes consecutivas, sin apenas tiempo para digerir el primero de los fallecimientos, pudieron haber causado un gran impacto en Emily. El poema “My life closed twice before its close” podría referirse al doble golpe de perder a ambos progenitores. Para más inri, justo después de estos dos trágicos sucesos, un incidente devastador ocurre en su vida: la muerte de su sobrino Gilbert a la prematura edad de 8 años.



Edward Dickinson

Emily, en sus cartas, escribió: “El médico dice que sufro una ‘prostración nerviosa’. Posiblemente la tenga, no conozco los nombres de las enfermedades”. En junio de 1884, ella “vio venir una gran oscuridad y no supo más hasta altas horas de la noche. Me puse muy enferma y causé mucha alarma a los demás. El médico lo llama ‘venganza de los nervios’” (*Letters* 834). Tal y como sugiere el ensayo “Emily Dickinson’s ‘Nervous Prostration’ and Its Possible Relationship to Her Work” de John F. McDermott, estos son signos definitivos de trastornos profundos en la psique, posiblemente de estrés postraumático (cf. 84). Podemos imaginar que fue extremadamente difícil para ella lidiar con lo sucedido.



4) Abusos sexuales.

En el libro, *A Wounded Deer: The Effects of Incest on the Life and Poetry of Emily Dickinson* de Wendy K. Perriman, la autora afirma que Emily Dickinson fue abusada sexualmente. Perriman determina que el perpetrador probablemente fue su padre, Edward Dickinson. Perriman escribe lo siguiente: “La investigación sobre los antecedentes de la familia Dickinson, la evidencia de cartas y poemas, y el testimonio de personas que conocieron a la poeta, indican que mostró al menos 33 de 37 (efectos secundarios de los sobrevivientes de incesto) al aplicar en ella la herramienta de diagnóstico utilizada internacionalmente por muchos terapeutas. Cuando un paciente muestra más de 25 de estos patrones de comportamiento, existe una fuerte sospecha de abuso sexual” (xxiv).

Perriman concluye que su enigmática poesía puede haberse originado a partir de

“una exposición personal al incesto” y examina cómo ella “utilizó su oficio para hacer la transición de víctima a superviviente” (6) en un momento en que la profesión médica no reconoció ningún daño relacionado con este evento.

5) Reclusión.

Emily Dickinson comenzó a aislarse gradualmente a medida que envejecía. Las razones exactas de su retiro de la sociedad no están claras. Dickinson era conocida por ser una persona muy introvertida e introspectiva por naturaleza. Prefería la soledad y pasaba gran parte de su tiempo sola, incluso durante sus años de juventud. A lo largo de los años se ha especulado sobre la posibilidad de que fuera encerrada de niña. ¿Eso podría haber causado que ella se aislara en años posteriores?

El ensayo de B.A. Van der Kolk, “The Compulsion to Repeat the Trauma: Re-enactment, Revictimization, and Masochism”, afirma que “los adultos, así como los niños, pueden desarrollar fuertes lazos emocionales con personas que los acosan, golpean y amenazan de manera intermitente. La persistencia de estos lazos de apego conduce a la confusión del dolor y el amor. Las agresiones conducen a estados de hiperexcitación para los cuales la memoria puede ser dependiente o disociada, y esta memoria solo regresa por completo durante la renovación del evento que causó terror. Esto interfiere con el buen juicio sobre estas relaciones y permite que el anhelo de apego supere los miedos realistas. Todos los primates sometidos a abusos y privaciones tempranas son vulnerables a entablar relaciones violentas con sus compañeros cuando sean adultos. Los machos tienden a ser hiperagresivos y las hembras no se protegen a sí mismas ni a sus crías del peligro”. Dickinson escribió en 1862 un poema que sugiere alguna posible forma de abuso en este sentido pero, por supuesto, debemos darnos cuenta de que los poemas a menudo no narran con exactitud las historias acaecidas:

They shut me up in Prose—
As when a little Girl
They put me in the Closet—
Because they liked me “still”—

Still! Could themself have peeped—
And seen my Brain—go round—
They might as wise have lodged a Bird
For Treason—in the Pound— (*Complete* 302)

En cualquier caso, es importante entender las circunstancias de Emily Dickinson. Vivió en una época en la que las expectativas sociales hacia las mujeres eran bastante estrictas. Como mujer soltera, pudo haber enfrentado restricciones y limitaciones impuestas por la sociedad, lo que quizá influyó en su decisión de retirarse de la esfera pública. Después de haber examinado con meticulosidad los lances que repercutieron en la vida de autora, ¿deberíamos suponer que existe una correlación entre la mente creativa de Emily Dickinson y sus traumas?

CONCLUSIONES.

Emily Dickinson experimentó una serie de eventos que indudablemente influyeron en su carácter poético. A lo largo de su vida, enfrentó desafíos emocionales, físicos y psicológicos que tuvieron un impacto significativo en su visión del mundo y su expresión artística. Específicamente, las experiencias de pérdida, aislamiento y restricciones sociales actuaron como catalizadores para su exploración introspectiva.

En el siglo XIX, Dickinson también se vio sometida a normas culturales restrictivas. Su vida amorosa en secreto fue probablemente consecuencia del rechazo y la vergüenza impuestos por un modelo coercitivo de amor. Estas ocultaciones en torno a sus amantes formaron la base de la complejidad de sus emociones y su poesía críptica. Además, su constante problema ocular fue otro factor traumático inevitable que la llevó a la desesperación y el aislamiento.

En relación a las especulaciones sobre posibles abusos sexuales, es importante destacar que no existen pruebas o testimonios documentados que confirmen que Dickinson sufrió abusos por parte de su familia o conocidos. Un análisis detallado de sus cartas revela que mantenía un círculo reducido de correspondientes, y no hay indicios directos ni declaraciones que sugieran que experimentara algún tipo de abuso. Por lo tanto, se puede concluir que esta teoría es altamente subjetiva y carece de fundamentos sólidos desde un punto de vista técnico. El libro de Perriman al respecto se basa en una cadena de sucesos irreales y una conjetura tendenciosa y poco verosímil.

Asimismo, la suposición de que Dickinson fue físicamente confinada o encerrada por su familia carece de respaldo histórico. En realidad, su reclusión parece ser más producto de sus propias preferencias personales. Sin duda, la pérdida de seres queridos, como la muerte de su sobrino "Gib", la llevó a enfrentarse a la realidad de la muerte. Este evento dejó una huella indeleble en su poesía, impulsándola a explorar cuestiones existenciales. A través de sus versos, reflexionó sobre la fragilidad de la existencia humana y la efimeridad de lo físico, creando así un cuerpo de trabajo con temáticas universales que aún resuenan en la actualidad.

En resumen, los traumas que afectaron a Emily Dickinson jugaron un papel fundamental en su transformación como ser humano y poeta. Sus experiencias proporcionaron el terreno fértil necesario para su visión de la vida, la muerte y la condición humana. Dickinson utilizó sus cartas y poemas como una forma de enfrentar y superar las heridas emocionales del pasado. Con valentía, revivió las emociones pasadas y plasmó sus sueños y pesadillas sobre el papel. Se negó a olvidar o reprimir las heridas del pasado y se propuso descifrar el camino hacia la redención a través de la poesía.

Como expresa el poeta Elias Canetti de manera sublime en su obra "Die Provinz der Menschen": "Todas las cosas que uno olvidó / gritan ayuda en los sueños" (269). En la actualidad, la obra de Emily Dickinson se sitúa como un exquisito ejemplo del poder transformador de los traumas cuando se canalizan a través de la poesía.

Obras citadas

- Canetti, Elias. *Die Provinz der Menschen*. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch Verlag, 1973.
- Caparrotta, Martin. “Dr Gabor Maté on Childhood Trauma, the Real Cause of Anxiety and Our ‘Insane’ Culture.” *Human Window* (24 September 2020). 23 Jun. 2023 <<https://humanwindow.com/dr-gabor-mate-interview-childhood-trauma-anxiety-culture/>>.
- Dickinson, Emily. *The Complete Poems of Emily Dickinson*. Ed. Thomas H. Johnson. Boston: Little, Brown, 1960.
- *The Letters of Emily Dickinson*. Ed. Thomas Herbert Johnson y Theodora V. Ward. Cambridge: Belknap Press of the Harvard UP, 1958.
- Douglass, Frederick. *My Bondage and My Freedom*. New York: Miller, Orton & Mulligan, 1855.
- Freeman, Margaret. “Emily Dickinson.” *The Literary Encyclopedia: Exploring Literature, History and Culture*. 5 Jun. 2023. URL: <<https://www.litencyc.com/php/speople.php?rec=true&UID=1259>>.
- McDermott, John F. “Emily Dickinson’s ‘Nervous Prostration’ and Its Possible Relationship to Her Work.” *The Emily Dickinson Journal* 9.1 (Spring 2000): 71-86.
- Perriman, Wendy K. *A Wounded Deer: The Effects of Incest on the Life and Poetry of Emily Dickinson*. Newcastle: Cambridge Scholars, 2006.
- Rinpoche, Sogyal. *El libro tibetano de la vida y de la muerte*. LibrosTauro. 7 Jun. 2023. URL: <<https://drive.google.com/file/d/0B0TgTXJ1ZDIWNTRkYWI4NjYtN2IxZi00MW E5LWE4MmItYzllNzlhYTgzMzUw/view?resourcekey=0-FVJUeBKMZQnQ0C6f-V-oQ>>.
- Van der Kolk, Bessel. “The Compulsion to Repeat the Trauma: Re-enactment, Revictimization, and Masochism.” *The Psychiatric Clinics of North America* 12.2 (July 1989): 389-411. 16 Jun. 2023. URL: <http://www.healing-arts.org/healing_trauma_therapy/Van_der_Kolk_The_Compulsion_To_Repeat_The_Trauma.pdf>.