

Artículo publicado en:

Boletín de Logoterapia, Bogotá, 2015

INTRODUCCIÓN:

La práctica terapéutica en pareja, sin duda, comprende una de las tareas más complejas y desafiantes, pues abarca temas insondables como el amor, la confianza, el compromiso, la intimidad, etc. Si bien, sabemos que la experiencia de amar es única y singular, no es menos cierto que nos empeñamos en comprender el amor y el funcionamiento de la pareja, muchas veces adheridos a viejos paradigmas o visiones reduccionistas de la persona y de su misterio.

En este panorama, el Análisis Existencial y la Logoterapia de Viktor Frankl se erigen como terrenos fértiles en rescate al amor y a la vida en pareja. Desde su paradigma multidimensional reorienta la terapéutica y repercute con solidez en la re significación social del encuentro amoroso.

Frankl abre surcos profundos para una nueva comprensión del amor, que nos permiten intuir el misterio de la unidad-totalidad de cada persona, al mismo tiempo que advertimos la respectividad-reciprocidad de la relación de pareja.

La dinámica existencial, cuya expresión se hace evidente en frecuencia e intensidad en las relaciones de pareja, descubre de un modo diáfano, lo que Frankl anota como el llamado del valor del amor y la búsqueda de sentido constante.

Una dinámica existencial en donde el tú y el yo, se encuentran al “amar amando”, mientras tejen su “ser siendo”. Un eterno peregrinaje, en donde las personas somos atraídas por el sentido de amar y de ek-sistir con el amado. Peregrinaje que nos descubre responsables cada día frente al desafío del otro, a la exigencia de construir intimidad, a la profundidad que comporta el llamado del “tú amado”.

Recordemos que para Frankl, la libertad fundamental de la persona es la de elegir su propia actitud frente a las preguntas de la vida y encontrar un sentido a la existencia. Sin duda, ese llamado profundo del “tú” constituye una de las mayores preguntas de nuestra existencia.

Frankl nos invita a trascender en ese llamado; a ser atraídos y no empujados; nos invita a comprender al amor como una entrega y no como un reclamo. Nos invita a comprender la relación de pareja como un encuentro genuino y auténtico. A rebasar la transacción de necesidades, el equilibrio del poder o la satisfacción de deseos recíprocos.

Nos invita a comprender la felicidad y el placer como efectos y no como la finalidad del encuentro amoroso. Pero sobre todo, nos invita a reflexionar sobre el otro, sobre su singularidad, su libertad, su temporalidad, su posibilidad.

Ante el pensamiento de Frankl, la auto trascendencia se convierte en el faro de la relación amorosa, dejando atrás la meta de la auto realización por medio del otro. Ante su pensamiento, las necesidades se convierten en libertad y la homeostasis en una sana tensión que crea y re crea el amar amando.

Si bien es cierto que nuestra intención no es abarcar en este artículo todos los aportes de Frankl al amor y a la terapia de pareja, trataremos de un modo sucinto explorar los que consideramos más importantes.

EL AMOR.-

Amor a primera vista, amor romántico, amor incondicional, amor pasional, amor fraterno, amor espiritual....cuánto se ha dicho sobre el amor!....al final, todos sabemos que por más que escribamos, leamos o estudiemos sobre este sentimiento, éste se convierte en una realidad que extiende todo esfuerzo y lo hace parecer vano.

Poetas, literatos y filósofos han dejado dulces y crudas descripciones de lo que representa amar y la belleza inexorable del encuentro y la intimidad.

Platón lo llamaba "la locura divina". Marcel Proust se refería a él como una irracionalidad regida por leyes mágicas. Stendhal señala que el amor es una bellísima flor, pero que requiere el coraje de tomarla desde el borde de un precipicio. Leibnitz lo describe como un desprendimiento que goza en la felicidad ajena. Nietzsche, por su parte, lo considera una trampa por el "genio de la especie" para garantizar su permanencia.

Stephane Sansonneus ha dicho que el amor es un valor "refugio". El premio Nobel de Economía, Gary Becker señala que el amor obedece a la ley de la oferta y la demanda, como un activo que se deprecia con el tiempo.

San Pablo se refiere a él en Corintios, 13, 1-8 como "...el amor es paciente, es afable; el amor no tiene envidia; no se jacta ni se engríe, no es grosero ni busca lo suyo, no se exaspera ni lleva cuentas del mal, no simpatiza con la injusticia, simpatiza siempre con la verdad. Disculpa siempre, se fía siempre, aguanta siempre. El amor no falla nunca"

El hecho es que reducir el amor a una realidad regida y explicada causalmente por leyes biológicas o psico sociales, termina siendo un burdo intento por reducirlo a un fenómeno humano, confundiendo sus manifestaciones con su insondable sentido de totalidad. Y es que el amor, parece ser una de las totalidades más misteriosas, no por desconocidas, sino por inexorables.

Al respecto Harlow señala "Por lo que atañe al amor o al afecto, los psicólogos han fracasado en su tarea. Lo poco que sabemos sobre el amor no va más allá de la observación y lo poco que hemos escrito sobre él ha sido mejor expresado por poetas y novelistas" (Harlow, 1958)

Quizás esta imposibilidad de definir o describir científicamente al amor resulta de una imposibilidad de intelectualizar este sentimiento, o quizás de una resignación científica consciente de su incapacidad de reducir su encanto y fascinación.

Sin embargo, creemos que desde la antropología Frankliana, el amor se abre en una nueva perspectiva, en la cual la persona no solo participa del amor y la sexualidad como realidades causadas sino como realidades significadas.

Sin embargo de la dificultad que encontramos a la hora de definir una de las experiencias humanas más significativas, señalemos algunas aproximaciones que realiza Frankl al tema, para luego subrayar sus implicaciones más relevantes.

" Se puede definir el amor como poder llamar tú a alguien y además poder aceptarle positivamente; en otras palabras: comprender a una persona en su esencia, tal como es, en su singularidad y peculiaridad..." (Frankl V. , Logoterapia y Análisis Existencial, 1990, pág. 81)

“La relación directa con lo espiritual en la otra parte constituye por tanto, la más alta forma posible de emparejamiento....el amor es, por tanto, la orientación directa hacia la persona espiritual del ser amado, en cuanto algo único e irrepetible (rasgos que hace de ella, una persona espiritual)”. (Frankl V. , Psicoanálisis y Existencialismo, 1978, pág. 187)

“Como “fenómeno original” que en cuanto tal no se puede reducir a algo que “propriadamente” esté detrás de él, el amor es un acto que caracteriza como humana la existencia humana; en otras palabras, es un acto existencial.” (Frankl V. , Psicoanálisis y Existencialismo, 1978, pág. 189)

“El amor constituye la única manera de aprehender a otro ser humano en lo más profundo de su personalidad. Nadie puede ser totalmente conocedor de la esencia de otro ser humano si no le ama. (Frankl V. , El Hombre en Busca de Sentido, 2001, pág. 156)

“En Logoterapia, el amor no se interpreta como un epifenómeno....el amor es un fenómeno tan primario como pueda ser el sexo. Normalmente el sexo es una forma de expresar el amor. El sexo se justifica, incluso se santifica, en cuanto que es un vehículo de amor, pero sólo mientras éste existe.” (Frankl V. , El Hombre en Busca de Sentido, 2001, pág. 156)

Como se dará cuenta el lector, la visión de Frankl resalta aspectos fundamentales como:

El amor no se puede reducir a un fenómeno psico social o biológico. Dicho reduccionismo para Frankl incluso puede definirse como un subhumanismo.

Si bien la ciencia puede reducir el amor en variables para “hacer como” si se tratara de un fenómeno con variables que pueden ser abordadas por separado, no es menos cierto que esta visión resulta equívoca y lamentablemente ha multiplicado comportamientos e incluso una lingüística deshumanizante del amor y de las relaciones de pareja como ha sido la hipersexualización del amor o la búsqueda del placer y poder por “medio del amado”.

El amor brota desde la característica específicamente humana: lo espiritual en el hombre. El amor es una experiencia que brota de la unicidad de la persona, se convierte en algo único y original como la persona misma. Su vivencia no es comparable a la de otro ser. Vivenciarlo es advertir su historicidad tal como experimentamos la nuestra.

El amor como realidad ontológica y existencial se presenta a los amantes como un dilema cotidiano por encontrar un sentido personal y común en plena libertad. Esta libertad evidente que tenemos los seres humanos ante las preguntas de la vida y del “tú amado” apunta a la revalorización de la trascendencia frente a la autorrealización.

El sexo no puede separarse del amor, es una manifestación del amor. El amor es un valor de vivencia, es decir un valor de apertura a la naturaleza de homo amans.

El amor permite el descubrimiento del otro, descubrimiento en el doble sentido: quitar el velo que cubre, y, encontrar lo que estaba ignorado o escondido. El amor revela el auténtico “tú”. Comporta la visión fenomenológica de la otra persona, sin ninguna proyección, distorsión, exageración o interés, sin otro referente que ella misma.

El amor no es ciego, el amor tiene una función cognitiva, sin embargo, no es un conocimiento racional deductivo, del que se sacan conclusiones a partir de determinadas premisas, sino un conocimiento más profundo y directo.

Pero no es solo conocimiento, constatar, evidenciar, el amor *“incluso es profético”*. Vale decir, se anticipa al futuro. Este conocimiento no se circunscribe al presente de la persona amada, sino que anuncia lo que a futuro será. Esta visión reveladora tiene la virtud de descubrir todas las potencialidades y posibilidades que el amado encierra y que es capaz de cristalizarlas y actualizarlas gracias a la presencia, acompañamiento y confianza del amado. Esta anticipación de algo que puede llegar a ser pero que todavía no es, no es mera contemplación sino que abre las posibilidades de concreción en la cotidianidad y por tanto, configura la pareja desde un activismo de futuro.

No está por demás insistir que este conocimiento es directo e intuitivo y no por vía de razonamiento, éste generalmente lleva a conclusiones y extravíos: *“Para el amante, el amor hechiza el mundo, lo transfigura, lo dota de un valor adicional. El amor aumenta y afina en quien ama la resonancia humana para la plenitud de los valores”* (Frankl V. , Psicoanálisis y Existencialismo, 1997, pág. 185)

Por ello Frankl considera que el amor es el encuentro más profundo de la espiritual de dos seres. El encuentro profundo solo puede darse a este nivel, de ahí que: *el “amor (en el sentido estricto de la palabra) es la más alta forma posible de lo erótico (en el sentido más amplio del término), como la más profunda penetración posible en la textura persona de la otra parte, la vinculación con algo espiritual”* (Frankl V. , Psicoanálisis y Existencialismo, 1997). Solo a este nivel *“es posible el emparejamiento”*. *“El amor es, por tanto, la orientación directa hacia la persona espiritual del ser amado, en cuanto algo único e irrepetible (rasgos que hace de ella, una persona espiritual)”* (Frankl V. , Psicoanálisis y Existencialismo, 1997)

La relación que queda a nivel somático o emocional podría considerarse como intento, como flechas tensas en el arco, pero que aún no alcanzan a liberar su fuerza.

Más que un encuentro de dos seres, de dos individualidades, el amor es el encuentro de dos vidas, *“es un acto existencial”* en donde se comparte la tesitura del ser amado, la disposición de ánimo, la forma peculiar de ser y de enfrentar la vida.

Terminaremos este artículo, señalando que estos aportes de Frankl, ofrecen campos abiertos para investigación y aplicación en la terapia de pareja.

En un intento de resumirlos, diríamos:

1.- La Ontología dimensional de Frankl evita la *“cosificación”* del amado y evita que el amor se reduzca a una transacción burda de necesidades biológicas, psicológicas y sociológicas.

El amado deja de ser una especie de sustituto para nuestras necesidades. Un objeto que deseamos en nuestro intento por poseer y/o recuperar de alguna manera nuestras carencias.

Las preguntas que acechan el consultorio muchas veces versan sobre una identificación entre el amor y la compatibilidad biológica conocida como la *“química”* que garantiza el placer sexual, el reloj biológico, la euforia o el apego. Las relaciones vistas desde esta óptica parecen estar sometidas a una cuantificación de los cambios ingobernables de la fisiología, la libido, y de un instinto ciego que va desde la *“locura de amor”* hasta la *“locura de la frustración”*.

Desde la visión psicologista, sin descontar otras implicaciones, los amantes vinculan su relación con los conceptos de compatibilidad y de auto realización. Este concepto de compatibilidad está estrechamente unido con lo que *“quiero que sea mi pareja”* y con cuánto me puede ofrecer para asegurar *“mi potencial de bienestar”*.

En una especie de ceguera consiente, el amante *“concibe, construye y crea”* un otro a quien amar. De esta manera el amante se relaciona con ese otro *“creado a imagen de sus necesidades”* y cuando

percibe que éste se revela, termina la relación. El espejismo se disuelve una vez que el otro se opone a ser un objeto.

Lo peligroso de esta construcción es que el “tú” termina identificado con lo que “pienso y quiero que sea”, ocultando a la persona, negándole su singularidad. En otras palabras “cosificándolo” tras cientos de expectativas.

Esa construcción del otro que muchas veces implica modelos sociales, roles de género, moldes de la familia de origen o simplemente proyecciones, terminan configurando una caricatura del tú amado. Un verdadero drama en donde los actores principales entremezclan sus vidas entre necesidades y frustraciones mutuas, haciendo del reclamo de las “deficiencias” del otro su principal argumento.

El otro se convierte en un instrumento y la supuesta compatibilidad en un termómetro de autorealización. El yo está sometido a la adicción de lo que le resulta atractivo del tú. El “tú” esta sometido a los límites del bienestar del “yo” y viceversa.

La hiper intención y la hiper reflexión son consecuencias directas de esta manera de relacionarse con el otro. Cuanto más los amantes buscan la felicidad a través del otro, más se pierden en reflexiones e intenciones sobre las ventajas y desventajas temporales que ofrece el encuentro amoroso en el marco de ayudar al otro en su realización.

2.- El “estar-junto a” debe respetar la intencionalidad propia de la persona. Intencionalidad que significa apertura al mundo, al otro, al sentido y a los valores. Por tanto es posible extender la mirada “más allá del nosotros” y propiciar un diálogo con el mundo de cada uno. La sobre atención a la dinámica de la pareja puede en ciertos casos, engeguecer a los amantes de sus otros roles en el mundo.

3.- El “encuentro amoroso”, se caracteriza por la respectividad, es decir, la alteridad en donde el “yo” no se queda en sí mismo pero tampoco se pierde en el “tú” y; por la reciprocidad, pues al reconocer esa singularidad del otro, nos volvemos insustituibles en la relación. La co dependencia, los modelos y juegos relacionales pueden ser trabajados desde esta perspectiva. Eclipsar al otro, engullir al otro, identificarnos con el otro o sentirnos desplazados

En el amor, dos personas se re-conocen en una mutua posibilidad. Como bellamente declara Frankl “el amor devuelve la vista; es más, incluso es profético; puesto que el valor que el amor hace ver y resplandecer no es todavía realidad sino una mera posibilidad; algo que todavía no existe, sino que se desarrolla, puede y debe desarrollarse.” (Frankl V. , 2003). La implicación más importante en terapia de pareja es dejar a un lado la idea de “compatibilidad” rigidizada en creencias inamovibles y supuestas verdades inquebrantables. Se comprende que el amor es una construcción viva que merece respuestas y atención cotidiana, situando a la pareja más allá de los límites de la acomodación o adaptación.

4.- La persona es un ser inseparable del devenir del tiempo. Es el que ha sido, es el que es y es el que sigue siendo. La comprensión recíproca de la pareja sobre este carácter temporal del ser, evita muchos de los problemas que la relación amorosa enfrenta, pues no es difícil encontrar frases en terapia como “quiero sentirme como antes”; “no eres el/la que conocí”; “nunca cambiarás”.

Esta realidad impide volverse “experto en el otro”.

La temporalidad da paso a la curiosidad por el otro, a la atención hacia el otro. Esto trae enormes implicaciones en la comunicación de la pareja.

Reconocernos seres-en-el-tiempo y facultativos también implica un compromiso existencial. Las elecciones personales y en pareja, las actitudes y los comportamientos emergen como respuestas que configuran nuestro ser en el mundo amoroso.

La pareja puede comprender que responden ante la vida, por tanto son libres en su elección. Bajo dicha premisa, las culpas mutuas, los reclamos de responsabilidad unilateral adquieren nuevos significados para la pareja.

Otra importante implicación de esto, es que este “ ser siendo junto a otro”, potencia lo perfectible que hay en la relación y en las personas que la viven. Esto implica, que la pareja vive en el mundo de lo perfectible y, por tanto, se compromete existencialmente a aceptar los límites de la persona amada, aceptando sus errores y confiando en los aprendizajes que estos pueden provocar. De esta manera la “idealización del otro” no encuentra cabida.

5.- El antagonismo noopsíquico facultativo de Frankl provee, para nuestro criterio, de una fecundísima noción a la hora de la intervención terapéutica en pareja. Para la pareja es una revisión de sus propios determinismos y, al mismo tiempo, los coloca en el compromiso existencial de responder desde el amor, hacia sus realidades psicofísicas y sociales.

El antagonismo noológico facultativo se convierte en un campo de encuentro profundo cuando la pareja lo advierte. Cuando miramos levantarse por sobre su facticidad al tú amado y tomar una postura ante sus límites, lo “volvemos a ver”, volvemos a creer en su “posibilidad”, nos dejamos atraer por sus valores de actitud y el amor nos atrae.

6.- Frankl desafía a la pareja a mirar atrás y re definir. Mirar adelante y re definir. “Si todo está almacenado en el pasado, es importante decidir en el presente, qué es lo que queremos eternizar haciéndolo formar parte del pasado. “...La responsabilidad humana se basa, pues, en el activismo del futuro, en la propia elección de posibilidades a partir del futuro, y en el optimismo del pasado, es decir, tornando estas posibilidades en realidades al rescatarlas del puerto del pasado” (Frankl V. , 1984)

Si hay algo que resuena en el mundo de la pareja como indudable es que somos preguntados y no preguntamos. Somos interrogados por el otro, por su conciencia y por su conciencia moral. Somos interrogados, interrogamos al otro. Respondemos y nos responden y en ese flujo y reflujo de preguntas y respuestas, la responsabilidad nos implica mutuamente y exige que la intención se plasme en actos llenos de sentido.

El encuentro amoroso y el diálogo con los significados del otro, van afinando la conciencia personal y del “nosotros”. De esta suerte, nos comprometemos existencialmente a ser “afinadores de conciencia” del otro. Frankl lo señala de esta manera “...el genuino encuentro no se orienta solo al logos, sino que también ayuda al compañero a trascenderse hacia el logos.” (Frankl V. , 2002). Podemos deducir que cada persona se va configurando en sentido y valores en el encuentro amoroso y que por contraposición el encuentro amoroso va configurando a la persona gracias al aporte del tú amado.

Terminaremos este artículo señalando que Frankl, sin duda alguna, representa un campo fértil para la terapia de pareja y para la re significación tan necesaria del encuentro amoroso.

Como él ha dicho, las personas estamos dotadas de lo necesario para buscar y descubrir el sentido de nuestra vida. De alguna manera podríamos decir que esta búsqueda no es otra cosa que la búsqueda enmascarada de amar, de trascender, de orientarse a un otro: *“lo que el ser humano quiere realmente no es la felicidad en sí, sino un fundamento para ser feliz”* (Frankl V. , El Hombre Doliente, 1990).

Bibliografía

Frankl, V. (1988). *Voluntad de sentido*. Barcelona: Herder.

Frankl, V. (1990). *El Hombre Doliente*. Barcelona: Herder.

Frankl, V. (1997). *Teoría y Terapia de la Neurosis*. Barcelona: Herder.

Frankl, V. (2000). *Fundamentos y Aplicaciones de la Logoterapia*. Buenos Aires: San Pablo,

Frankl, V. (2003). *Logoterapia y Análisis Existencial*. Barcelona: Herder.

Frankl, V. (2003). *Psicoterapia y Humanismo*. México: FCE.

Harlow, H. F. (1958). "The Nature of Love". *American Psychologist*, 13, 673.

Hazan, C. y. (1987). "Love conceptualized as an attachment process". *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 52, 511-524.

Katz, A. &. (1958). Residential propinquity and marital selection: A review of theory, method, and fact. *Marriage and Family Living*, 20, 237-335.

Lee, J. (1974). "The Styles of Loving". *Psychology Today*, 44-51.

Liebowitz, M. R. (1983). *The Chemistry of Love*. Boston: Brown.

Vial, W. (2000). *La antropolopía de Viktor Frankl*. Santiago de Chile : Universitaria.

Willi, J. (2004). *Psicología del Amor*. Barcelona: Herder.