

Un camino para vivir en una sociedad sin sentido

Desde la Logoterapia, el filósofo vienés plantea una intervención encaminada a detectar y diagnosticar el "vacío existencial"; provocando desde un acompañamiento no directivo una reacción de búsqueda, además de una responsabilidad ante sí mismo, y ante los demás. Pero sobre todo ante su vida, para que esta pueda llevarle al encuentro de " motivos para existir".

La novedad de esta psicoterapia en relación a las existentes es que desborda el área de las Ciencias de la Conducta, adentrándose en las humanidades y en la propia filosofía existencial. Abre una enorme brecha y se separa de forma clara de aquellas psicoterapias que se limitan en sus cimientos a la fisiología y al comportamiento.

Hay que subrayar de manera especial que la Logoterapia no "trata". Su intervención se desarrolla en el territorio del "acompañamiento". Acompaña a las personas que viven conflictos existenciales provocados, en palabras de Gabriel Marcel, por "una exigencia ontológica" no satisfecha. Es una falta de sentido, una ausencia de valores que crea en consecuencia una ausencia de toda huella espiritual. Mientras el psicoanálisis trabaja en torno a hacer consciente lo psíquico, la logoterapia frankliana pretende tornar consciente lo espiritual del hombre.

Su empeño se dirige desde el análisis de la existencia a una toma de consciencia de la responsabilidad del existir humano. Una responsabilidad que entiende como esencial a la persona. Desde aquí, Frankl nos conecta con el sentido. Si la responsabilidad se refiere siempre hacia un "deber", no podemos olvidar que los deberes pueden ser interpretados desde una referencia directa a los valores asumidos.

Para Frankl, el problema del sentido de vida, en cualquiera de sus planteamientos no responde a ninguna patología. Es un problema de la persona y su planteamiento revela lo más humano del hombre. No obstante, nos recuerda el filósofo y psiquiatra vienés que, planteado de una manera radical, puede desequilibrar y poner al límite a una persona. [2]

El sentido de vida es en multitud de ocasiones esquivado, a la manera de la huida neurótica, provocando en el ser humano un olvido de sí, y de sus deberes; intentando obviar el sentido histórico-individual que la vida le impone. ¿Podemos vivir sin cuestionarnos el sentido de vida?

El sentido de la vida se descubre a través de la conciencia en una búsqueda hacia lo trascendente. La logoterapia planteada por Frankl supera el análisis existencial, es más que un simple análisis del sujeto.

El sentido de vida puede descubrir o realizar de tres maneras. Realizando una acción, Es lo que damos a la vida cuando realizamos una acción creativa. Acogiendo las propias donaciones de la existencia, y finalmente por el sufrimiento.[3]

Con respecto al sentido de vida desde el trabajo, es necesario aclarar, que no nos referimos a la teoría del "laborocentrismo" radical que viene a mantener que es en el trabajo donde el hombre se hace. Frankl, plantea más una doctrina donde se desplaza el valor del trabajo en sí, para ubicarse en la actitud de sentido hacia él. "Lo substancioso, para la doctrina frankliana, no es el valor del trabajo sino el encontrarle un sentido al trabajo de todos los días: convertir el trabajo en sentido"[4] Son muchas las personas

que se arrastran hacia tareas de creación. Trabajos que terminan aturdiéndole y alejándose de su interioridad.

Frankl, en directa referencia a Scheler, señala a este tipo de hombres como aquellos que se dejan arrastrar por la realización de una obra olvidando el fin esencial, o lo que es lo mismo, los valores.

De esta categoría de hombres forman parte aquellos que trabajan ahincadamente durante toda la semana y que, al llegar el domingo- dominados por el vacío y la falta desoladora de contenido en su vida, que entonces se manifiesta en su conciencia- se sienten deprimidos ("neurosis dominical"), o que, llevados de un horror vacui (en sentido espiritual), van a refugiarse a un estado de embriaguez cualquiera.[5]

El segundo camino hacia el sentido de la vida nos lleva hacia la aceptación de una donación de la existencia. Frankl alude a esos momentos de conmoción interior provocados por algo exterior. Una obra de arte, la grandeza de la naturaleza en sus múltiples representaciones, y el amor.

El amor es el único camino para arribar a lo más profundo de la personalidad de un hombre. Nadie es conocedor de la esencia de otro ser humano si no lo ama. Por el acto espiritual del amor se es capaz de contemplar también lo que aún es potencialidad, lo que aún está por desvelarse y por mostrarse. Todavía hay más: mediante el amor, la persona que ama posibilita al amado la actualización de sus potencialidades ocultas. El que ama ve más allá y le urge al otro a consumir sus inadvertidas capacidades personales.[6]

Frankl subraya que el amor no puede interpretarse como un mero epifenómeno de los impulsos e instintos sexuales. El sexo, es para nuestro autor un medio para expresar la experiencia.

El tercer camino para dotar a la vida de sentido lo plantea Frankl en el sufrimiento. En el momento en que nos enfrentamos a las "situaciones límites". Un destino ineludible, al que no podemos decir que no porque no depende de nosotros (enfermedad crónica, incurable, cáncer terminal...etc.) la vida, según nuestro autor, nos plantea la oportunidad de asumir y aceptar el sufrimiento. Pero aquí también es necesario matizar. Frankl no dota de sentido al sufrimiento en sí. El sentido no reside en él. El sentido se desprende de la "actitud" frente a la manera de soportar ese sufrimiento.

Para ilustrar esta afirmación, Frankl acude a una anécdota que cita en multitud de sus libros y a la que vamos a recurrir también nosotros.

Citaré un ejemplo muy claro: un doctor en medicina general me consultó sobre la fuerte depresión que padecía. Era incapaz de sobreponerse al dolor del fallecimiento de su esposa, con quien compartió su matrimonio excepcionalmente feliz. Su esposa había muerto dos años atrás. ¿Cómo podía ayudarle? ¿Qué decirle? Me abstuve de comentarle nada, y en vez de ello, le pregunté "¿Qué habría sucedido, doctor, si usted hubiera muerto primero y su esposa le hubiese sobrevivido?". "Bueno- dijo-para ella habría sido terrible, ¡sufriría muchísimo!" Ante lo cual repliqué: "Lo ve, doctor, usted le ha ahorrado a ella todo ese sufrimiento, pero para conseguirlo ha tenido que llorar su muerte y sobrevivirla".No dijo nada, me tomó la mano y, quedamente, abandonó mi consulta. El sufrimiento deja de ser sufrimiento, en cierto modo, en cuanto encuentra un sentido, como suele ser el sacrificio. [7]

Frankl vuelve una y otra vez a dejar bien sentado que no plantea la necesidad de un sufrimiento para dotar de sentido a la vida. "El sentido es posible sin el sufrimiento o a pesar del sufrimiento."[8]

Seguiremos entonces las reflexiones de Frankl en torno a las "escapadas nihilistas" que al respecto del interrogante por el sentido de vida se plantean muchas personas, cuando identifican el sentido como un camino hacia una "eudomonía". Frankl afirma que "el

principio del placer no es otra cosa que un artefacto psicológico. En realidad, el placer no constituye en general, la meta de nuestras aspiraciones, sino que es, simplemente, la consecuencia de sus realizaciones." [9] Frankl es categórico. "Si el placer fuese realmente el sentido de la vida, habría que llegar a la conclusión de que la vida carece, en rigor, de todo sentido". [10]

El hombre que se agarra a esta forma de vida, deja de lado el universo de los valores, lo único que, a juicio de Frankl, puede proporcionar una verdadera felicidad al ser humano. De nuevo Frankl hace referencia a su maestro Scheler, para quien en su reflexión en torno a la relación entre vida y espíritu señala toda una jerarquía de valores en directa relación con los diferentes planos de la vida afectiva. [11]

Frankl, de forma reiterada, nos recuerda que no se trata de preguntar a la vida por el sentido. No podemos hablar de un sentido universal. [12] Sino de un sentido singular. Nos propone un sentido de situación. Aunque suponga cierta "elasticidad" en nuestros valores, siempre que llegemos a una "realización existencial".

Toda persona representa algo único, cada una de sus situaciones de vida algo singular, que se produce una sola vez. Estos dos caracteres, el de algo único y el de lo que se produce una sola vez, informan de un modo relativo en cada caso el deber concreto del hombre. Esto hace que cada hombre sólo pueda tener un deber único en cada momento; pero esta unicidad es precisamente lo que presta a este deber su carácter absoluto. El mundo de los valores se contempla, pues, en perspectiva; lo que ocurre es que a cada punto de vista corresponde una sola perspectiva, que es precisamente la certera. Existe, por tanto, una justeza absoluta, no a pesar, sino precisamente a causa de la relatividad de la perspectiva... A veces, es necesario, en efecto, que el hombre no se aferre, por así decirlo, a un grupo de valores, el sin ver más allá de él, sino que sea lo suficientemente ágil para pasar a otro grupo, caso de que sea en ellos, y solamente en ellos, donde se dé la posibilidad de realización. [13]

Frankl nos recalca que, al señalar al hombre como un ser responsable, con total capacidad para descubrir el sentido concreto de su existencia, no podemos olvidar que esa búsqueda debe realizarse fuera de sí, en el mundo. En esto, la coincidencia con Marcel es total. Es fuera de mí, y en la intersubjetividad, donde puedo desarrollar mi encuentro con el sentido. "Kierkegaard expresó este mismo pensamiento con palabras muy bellas, cuando dijo que la puerta hacia la dicha se abre tirando hacia fuera" [14] Frankl lanza un "imperativo categórico" en torno a la responsabilidad del hombre. Este precepto enfrenta a la persona con la finitud de la vida y con la finalidad o propósito personal y existencial. Le llama a una consciencia de su responsabilidad desde un plano de la temporalidad.

En la consulta, nos recuerda Frankl, es solo el consultante quien tiene que tomar la decisión de si debe interpretar su existencia como una responsabilidad ante la sociedad en la que vive o ante su propia conciencia. Otros, enfrentan su responsabilidad hacia un valor más absoluto, planteándose rendir cuentas a Dios

Francisco Eduardo Barrera ®

[1] Frankl, V. E.: *Ante el vacío existencial. Hacia una humanización de la psicoterapia*, Herder, Madrid, 1986. Cuarta edición. Cfr. Págs. 39-51.

[2] Frank, V.: *Psicoanálisis y existencialismo*. FCE. México, 1950. Pág. 39.

[3] Frankl, V.: *El hombre en busca de sentido*, Herder, Barcelona, 2004. Pág. 133. *Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager* (1946) Traducciones de Christine Kopplhuber (del alemán) y Gabriel Insausti (del inglés)

[4] Freire, J.B.: *El humanismo de la logoterapia de Viktor Frankl. La aplicación del análisis existencial en la orientación personal*, Eunsa, Pamplona, 2007. Pág. 214.

[5] Frank, V.: *Psicoanálisis y existencialismo*. FCE. México, 1950. Pág. 42.

- [6] Frankl, V.: *El hombre en busca de sentido*, Herder, Barcelona, 2004. Pág. 134. *Ein Psychologe erlebr das Konzentrationslagger* (1946) Traducciones de Christine Kopplhuber (del alemán) y Gabriel Insausti (del inglés). Consultar igualmente en torno al amor. Frankl, V.: *La presencia ignorada de Dios. Psicoterapia y religión*, Herder, Barcelona, 2006. Pág. 37. *Der unbewusste Gott* (1974). Traducción de J.M. López Castro.
- [7] Frankl, V.: *El hombre en busca de sentido*, Herder, Barcelona, 2004. Pág. 135. *Ein Psychologe erlebr das Konzentrationslagger* (1946) Traducciones de Christine Kopplhuber (del alemán) y Gabriel Insausti (del inglés).
- [8] *Ibíd*em, Pág. 135.
- [9] Frank, V.: *Psicoanálisis y existencialismo*. FCE. México, 1950. Pág. 49.
- [10] *Ibíd*em, Pág. 51.
- [11] Scheler, M.: *El formalismo de la ética material de los valores*, Revista de Occidente, Volumen I, Madrid, 1941. Pág. 103. Confrontar también Págs. 151-154 El tema de los valores remite de forma inevitable en la Logoterapia de Frankl al pensamiento de Max Scheler, filósofo de profunda huella en el psiquiatra vienés. Hemos de recordar que, sobrepasando a Husserl, en su intención de aclarar la actividad espiritual del hombre. Scheler sigue la senda de Brentano y Husserl. El valor no comparece en sí en actos o vivencias cognoscitivas de índole teórica, sino en las vivencias emocionales. Apartándose de ellos en el momento que no concede a la actividad teórica papel alguno para el fundamento de las vivencias emocionales. Scheler plantea algo que recoge Frankl. No tomamos realmente contacto con los valores en juicios o en representaciones, sino a través de los sentimientos. Pero subrayemos, que Scheler nos habla de unos "sentimientos intencionales". Son vivencias emotivas, pero intencionales.
- [12] Frankl, V.: *El hombre en busca de sentido*, Herder, Barcelona, 2004. Pág. 131. *Ein Psychologe erlebr das Konzentrationslagger* (1946) Traducciones de Christine Kopplhuber (del alemán) y Gabriel Insausti (del inglés)
- [13] Frank, V.E.: *Psicoanálisis y existencialismo*. FCE. México, 1950. Págs. 57-58.
- [14] *Ibíd*em, Pág. 55.

Francisco Eduardo Barrera®
logoterapiavivirconsentido@gmail.com
[Website](#)