

LOGOTERAPIA Y ANÁLISIS EXISTENCIAL

Sebastián Tabernero Capella

ÍNDICE

I.- INTRODUCCIÓN. EL LOGOS.

II.- LA IMAGEN LOGOTERAPÉUTICA DEL HOMBRE.

A) Axiomas fundamentales

1.- La voluntad de sentido

2.- Sentido de la vida

Los caminos para realizar el sentido

El suprasentido o supersentido

3.- Libertad de la voluntad

El pandeterminismo.

B) La ontología dimensional

Las dos leyes de la ontología dimensional

El antagonismo noopsíquico

Los cuatro criterios distintivos o dialécticas del antagonismo noopsíquico

- a) La dialéctica del destino y la libertad**
- b) La dialéctica de la propensión a enfermar y la constitución intacta**
- c) La dialéctica de la orientación al placer y la orientación al sentido**
- d) La dialéctica entre el carácter y la personalidad**

C) Diez tesis sobre la persona

III.- EL DIÁLOGO EXISTENCIAL: LA LOGOTERAPIA COMO FORMA DE CONVERSAR

A. La logoterapia como terapia específica y no específica, y la “cura médica de almas”

Los métodos o técnicas de la logoterapia

- a) La intención paradójica
- b) La derreflexión
- c) La modulación de la actitud

Los recursos espirituales de la logoterapia

- a) Autotrascendencia
- b) Autodistanciamiento

B. El itinerario logoterapéutico

C. Problemas principales a los que se aplica esta forma de conversar

- a) El problema de la ambivalencia: el individuo indeciso
- b) El problema de la no aceptación: el individuo encallado en la protesta
- c) El problema de la ignorancia: el individuo atrincherado en la indiferencia

D. Algunas reflexiones sobre una “retórica del amor”

IV.- APLICACIÓN DEL ANÁLISIS EXISTENCIAL Y DE LA LOGOTERAPIA EN LA ORIENTACIÓN NO-CLINICA

Justificación de la orientación no-clínica de la logoterapia

Técnicas y actitudes nacidas del proceder logoterapéutico aplicables a la orientación no-clínica

- a) Actitud orientadora por excelencia: escuchar a la persona**
- b) Buscar los valores concretos que mueven a la persona a la acción**
- c) Entrenar a la persona a reírse de sí misma**
- d) Entrenar a la persona a olvidarse de sí misma**
- e) Situar a la persona frente al deber cercano**
- f) Ensayar con la persona la proyección de sus acciones en el presente**
- g) Aprovechar los efectos psicosigüénicos de la noodinámica**

V.- LOGOTERAPIA Y EDUCACIÓN: LA LOGOEDUCACIÓN

La logoterapia como logoeducación

Una "pedagogía de las alturas"

Claves de la pedagogía de las alturas

- a) El ser humano es un proyecto: una pedagogía fundamentada antropológicamente**
- b) "Afinar la conciencia": una pedagogía orientada hacia el sentido**
- c) La sabiduría del infinito preguntar: el valor metodológico del diálogo socrático**
- d) La asimetría educativa**
- e) El cuidado logoeducativo en el encuentro con la existencia herida**
- f) La técnica de la humanidad. El logoeducador y el método fenomenológico**

LOGOTERAPIA Y ANÁLISIS EXISTENCIAL

Sebastián Tabernero Capella

I. INTRODUCCIÓN. EL LOGOS

La preocupación de Viktor Frankl por el sentido de la vida no surge a raíz de su estancia en los campos de concentración nazis sino que es una inquietud que tuvo desde muy joven. Cuando tenía 13 años, recordaba Frankl, su profesor de ciencias naturales estaba explicando, de una forma reduccionista, que la vida, en último término, no era sino un proceso de combustión y oxidación. Él reaccionó diciendo: “Si eso es así, ¿qué sentido tiene la vida?”

Viktor Frankl pasó, en su juventud primera, por un período de crisis personal y de agnosticismo, período de preguntas, de búsqueda y desesperanza que describe así: “Cuando joven tuve que pasar por el infierno de la desesperación ante la aparente falta de sentido de la vida, atravesando una etapa de total y extremo nihilismo. Pero luché a brazo partido contra él, como lo hizo Jacob con el ángel, hasta que pude decir “sí a la vida, a pesar de todo”, hasta que pude desarrollar una inmunidad contra el nihilismo” (La idea psicológica del hombre). Frente al “nada puedo esperar”, planteó: “alguien o algo te espera”: un lema personal de Frankl para levantar el ánimo a quienes estaban cayendo en la desesperación.

LOGOS.

Logoterapia es un concepto que procede de “logos”, al que podemos asignar tres acepciones:

- Logos significa “palabra”, “lógica”. La logoterapia es una psicoterapia donde lo sustancial es el encuentro humano que se entabla en el clima dialogal entre el paciente y el logoterapeuta. Este encuentro no se apoya tanto en el diálogo lógico con el paciente cuanto en la utilización de ese diálogo como medio para el encuentro personal y, como consecuencia, se debe evitar toda tentación de persuasión. “La logoterapia representa exactamente lo contrario de la persuasión” (Logoterapia y Análisis existencial).
- Logos es también “sentido”, “significado”, “propósito”. La logoterapia “se centra en el significado de la existencia humana, así como en la búsqueda de dicho sentido por parte del hombre”. Fundamenta su acción terapéutica en activar en el paciente su afán por encontrar el sentido de su existencia individual y concreta.

- Logos significa también “espiritual”, entendido como lo específicamente humano, como lo que se opone o contrapone a lo psicofísico. La logoterapia es, entonces, una psicoterapia que arranca de la dimensión espiritual de hombre y que aprovecha la fuerza de lo espiritual como palanca de su acción terapéutica: “La logoterapia trata con armas espirituales sobre la lucha espiritual que ocurre dentro del paciente” (La voluntad de sentido)

Resumiendo (Benigno Freire): “La logoterapia es un método de psicoterapia que se define por emprender su posición médica desde la dimensión espiritual del hombre y servirse de la fuerza espiritual en su acción terapéutica, acción que se desarrolla, habitualmente, según un procedimiento dialogal con el objetivo de situar al paciente frente a la búsqueda del sentido de su existencia individual y concreta”

Para Frankl toda psicoterapia se yergue, implícita o explícitamente, sobre una determinada teoría antropológica, que fundamente su acción terapéutica. El intento por convertir una antropología sobre la que basar la logoterapia es el Análisis Existencial, que es una antropología médica en cuanto al campo estrictamente clínico, pero que también es, al adentrarse en el campo de lo filosófico, una teoría metaclínica. La logoterapia tiene su fundamento antropológico, que es el análisis existencial. Ambos son “las dos caras de una misma teoría”

Con el nombre de Análisis Existencial nos referimos a una fundamentación antropológica que sirve de soporte para una acción psicoterapéutica que arranca de la dimensión espiritual del ser humano y que se articula sobre la explicación de la existencia (no sobre el análisis de la existencia, porque al igual que no hay un síntesis de la existencia tampoco hay un análisis de la existencia) para que la persona individual busque y encuentre un sentido, que trasciende lo meramente temporal y psicofísico, y se abra a la dimensión de lo espiritual.

El análisis existencial trata de despertar las posibilidades de la existencia, y es una meditación sobre la libertad y la responsabilidad, sobre el poder ser. La logoterapia es una terapia desde lo espiritual y parte de lo espiritual, trata de movilizar los valores en la psicoterapia y es una meditación sobre el deber ser.

En la práctica usamos el término logoterapia para hacer referencia a toda la obra frankliana.

II.- LA IMAGEN LOGOTERAPÉUTICA DEL HOMBRE.

“No hay ninguna psicoterapia sin una concepción del hombre y sin una visión del mundo” (Logoterapia y análisis existencial). La imagen del hombre, en su enfoque logoterapéutico, se basa en a- unos axiomas fundamentales, b- la ontología dimensional y c- en las diez tesis de la persona definidas por Viktor E. Frankl.

A) Axiomas fundamentales de la concepción antropológica de Frankl. Son tres los principios fundamentales de la logoterapia: la voluntad de sentido, el sentido de la vida y la libertad de la voluntad.

1.- La voluntad de sentido:

Frankl dice que “la primera fuerza motivante del hombre es la lucha por encontrar un sentido a la propia vida” (El hombre en busca de sentido). Habla de voluntad de sentido en contraste con el principio de placer o voluntad de placer (psicoanálisis-Freud) y en contraste con la voluntad de poder (Adler). Esa búsqueda del sentido de la vida “constituye una fuerza primaria y no una mera “racionalización secundaria” de sus impulsos instintivos” (El hombre en busca de sentido). La atención al simple efecto del placer o al simple medio para un fin que llamamos poder, se produciría cuando se ha frustrado la voluntad de sentido o, dicho en otras palabras, cuando el principio de placer o el anhelo de prestigio se han convertido en una motivación neurótica.

La voluntad de sentido es una fuerza motivacional que conduce a la autorrealización personal en la medida en que se produce el encuentro existencial con el sentido. Esta autorrealización nunca puede ser un objetivo en sí misma, sino que aparece como consecuencia del logro de sentido existencial, que exige la autotrascendencia. Ésa significa “que el hombre sólo sea él mismo y, justamente, tanto más hombre será cuanto que se olvide y se pase por alto, se deje a sí mismo atrás, al servicio de algo, de la consecución de su sentido, consagrándose a un deber o a otra persona”. (En el principio era el sentido).

Del mismo modo que el boomerang cuando falla en su objetivo de alcanzar la presa a la que iba dirigido, “el hombre sólo se vuelve a sí mismo, a ocuparse de sí mismo, después de fallar su misión, tras fracasar en la búsqueda de sentido a su vida” (Psicoterapia y existencialismo). Cuando la voluntad de sentido no se satisface se origina una frustración existencial, entendida como la sensación de vaciedad o carencia del sentido de la propia existencia, es decir, el sentimiento de vacío existencial. Sus primeras manifestaciones son el aburrimiento (como falta de interés por el mundo) y la indiferencia (como falta de iniciativa en el mundo, falta de iniciativa para cambiar algo). Reflejo de este vacío existencial es lo que Frankl denomina la “tríada neurótica de masas” que se compone de “depresión, agresión y adicción”.

¿Cómo se llega a este estado de vacío existencial? Frankl lo explica así: “Contrariamente al animal, los instintos ya no le indican al hombre lo que tiene que hacer y las tradiciones no le dicen lo que debe hacer y, a menudo, éste ni siquiera parece ya saber lo que quiere. Tanto más se inclina entonces, ya sea a querer lo que hacen los demás, o bien a hacer sólo aquello que los demás quieren. En el primer caso se trata de conformismo, en el último de totalitarismo. Junto con el conformismo y el totalitarismo hace su aparición, como tercera consecuencia del vacío existencial, un neuroticismo específico. Se presenta una neurosis novedosa, precisamente la que yo he designado como neurosis noógena”. (La voluntad de sentido)

La frustración existencial no debemos considerarla patológica, pero puede dar lugar a una neurosis noógena, que ya presenta un cuadro clínico de neurosis. Junto a ella Frankl hablaba, en sentido paraclínico y social, de unas neurosis colectivas, una patología del espíritu de nuestro tiempo, que se caracterizaría por cuatro síntomas o notas esenciales: 1. La actitud existencial provisional. 2. La actitud vital fatalista. 3. La idea colectivista. 4. Y el fanatismo.

El hombre de actitud provisional ante la vida dice: “no vale la pena”. El de actitud fatalista dice: “no está en mis manos”. El de actitud colectivista desconoce su propia personalidad al diluirse y sumergirse en la masa. El fanático “no desconoce su propia personalidad, sino la personalidad del otro, del que es de otra opinión”. Todos estos síntomas se pueden reducir “a la fuga de la responsabilidad y al miedo a la libertad”. Y justamente la libertad y la responsabilidad constituyen la espiritualidad del hombre.

“El hombre de hoy está hastiado del espíritu y en este hastío del espíritu consiste la esencia del nihilismo contemporáneo”. Gran número de personas gritan solicitando sentido para sus vidas sin que nadie les oiga. Nuestra sociedad de consumo crea cada vez más necesidades a fin de satisfacerlas. La necesidad más importante, la esencial necesidad de sentido, permanece, más que nunca, ignorada y desatendida. Y es tan importante porque una vez que la voluntad de sentido es realizada, el hombre se vuelve capaz de sufrir, de enfrentar frustraciones y tensiones y, si es necesario, está preparado hasta para entregar su vida. (Fundamentos y aplicaciones de la logoterapia)

2.- Sentido de la vida.

“El sentido de la vida difiere de un hombre a otro, de un día para otro, de una hora a otra hora. Así, lo que importa no es el sentido de la vida en términos generales, sino el significado concreto de la vida de cada individuo en un momento dado”. (El hombre en busca de sentido). No deberíamos buscar un sentido abstracto a la vida. La cuestión del significado de la vida debe invertirse y plantearse de forma distinta a la habitual. “En última instancia, el hombre no debería inquirir cuál es el sentido de la vida, sino comprender que es a él a quien se inquiere. En una palabra, a cada hombre se le pregunta por la vida y únicamente puede responder a la vida respondiendo por su propia vida, sólo siendo responsable puede contestar a la vida” (El hombre en busca de sentido)

María Ángeles Noblejas desarrolla esta idea: “El sentido de la vida cotidiana está en relación con lo que cada situación concreta significa para una persona determinada. Cada acontecimiento con el que tenemos que enfrentarnos, cada persona con la que nos encontramos, nos plantea una demanda, una cuestión a la que tenemos que responder haciendo algo en relación a la situación determinada. Su conocimiento se da cuando nos hacemos conscientes de que, entre las diferentes posibilidades que tenemos para actuar en una determinada situación, sólo una es la más indicada para nosotros, y también para los demás, teniendo en cuenta la situación total”. (Palabras para una vida con sentido)

La búsqueda de sentido en la vida cotidiana está relacionada con la “búsqueda de lo posible” y de lo más valioso. El sentido sería la posibilidad más valiosa de cada situación. “El sentido de la vida está en la vida misma” que continuamente nos presenta situaciones en las que cada persona debe expresarse y realizar aquello que descubre que está esperando ser realizado por ella. Esta respuesta sólo la puede realizar ella misma, sintiendo con ello su importancia, unicidad y valor personal. Surge así una estructura dialéctica del ser-hombre: la tensión entre el ser y el deber ser, entre lo que somos y lo que estamos llamados a ser. Frankl dice que “el sentido del ser humano estriba en reducir esa discrepancia” (El hombre doliente). Se trata de “la realización de la posibilidad axiológica reservada a cada individuo. La máxima “llega a ser el que eres” no significa sólo “llega a ser el que puedes y debes ser”, sino también “llega a ser lo único que puedes y debes ser”. (El hombre doliente).

Se comprende que el sentido haya de ser concreto, para que el hombre realice su esencia. Por tanto está referido a la persona individual y a la situación concreta. Cada persona y cada situación son distintas. Como consecuencia, “el sentido no puede darse, sino que debe descubrirse” (Ante el vacío existencial). Ningún hombre puede otorgar sentido a la vida de otro; es la propia persona quien ha de encontrarlo. Es un sentido subjetivo (cada persona tiene uno diferente) y es un sentido relativo (ad personam et ad situationem). Pero estas características nos hacen descubrir, al mismo tiempo, la objetividad del sentido: la persona tiene que captar, comprender y realizar el sentido único e irreplicable adecuado a la situación. Ese sentido no lo inventa, está fuera de ella. “El sentido debe descubrirse, pero no puede inventarse” (Ante el vacío existencial).

Vivir, dar cumplimiento a la propia vida, no consiste, pues, tanto en preguntar como en responder. El sentido de la vida dinamiza existencialmente a la persona: la vida no se dice, se hace, día a día, respondiendo a las situaciones específicas con que el hombre se confronta. “Ser hombre, dice Frankl, significa hallarse permanentemente confrontado con situaciones de las que cada una es al mismo tiempo don y tarea” (La presencia ignorada de Dios).

El sentido existe siempre. “No hay ninguna situación en la vida que realmente carezca de sentido. Este hecho debe atribuirse a que los aspectos aparentemente negativos de la existencia humana y sobre todo aquella tríada trágica en la que confluyen el sufrimiento, la culpa y la muerte, también pueden transformarse en algo positivo, en un servicio, a condición de que se salga a su encuentro con la adecuada actitud y disposición”. (Ante el vacío existencial). Si podemos transformar “el sufrimiento en servicio, la culpa en cambio y la muerte en acicate para la acción responsable, es posible hablar de un optimismo trágico”. (El hombre doliente).

La elección más o menos llena de sentido presupone la comprensión de lo lleno o carente de sentido. Para garantizar esta comprensión el ser humano dispone de la conciencia, que es “su órgano de sentido” (Ante el vacío existencial). La conciencia puede definirse como “la capacidad de rastrear el sentido único y singular oculto en cada situación”.

Cuando obramos en contra de nuestra conciencia, cuando obramos mal y actuamos en contra del sentido, en contra del bien requerido en una situación, surge la culpa, que para Frankl era fundamental en la persona, en cuanto que supone un toque de atención. Si le hacemos caso nos impulsa a un cambio, a la corrección o reparación de errores pasados. Por eso decía Frankl que quien niega al hombre su culpa le está despojando a su vez “de su dignidad humana, porque le negamos la nota distintiva de su humanidad: la libertad y responsabilidad”. (El hombre doliente)

Los caminos para realizar el sentido:

Guiado por su conciencia, existen tres caminos, según Frankl, por los que el ser humano puede encontrar sentido a su vida:

- Hacer o producir algo. Se corresponde con los “valores creativos”
- Vivenciar algo o amar a alguien. Se corresponde con los “valores vivenciales”
- Afrontar un destino inevitable y fatal con la actitud y firmeza adecuadas. Se corresponde con los “valores de actitudes”.

Los valores creativos son aquellas acciones en las que el hombre da al mundo algo de sí mismo. Las podemos reconocer en nuestro trabajo profesional, en nuestras tareas ordinarias y, en especial, en la labor artística. Es lo propio del “homo faber”.

Los valores vivenciales harían referencia a aquellos casos en que el hombre acoge lo que el entorno le ofrece: al vivenciar la belleza de la naturaleza o del arte o de la cultura y al vivenciar el amor por alguien. Es lo propio del “homo amans”

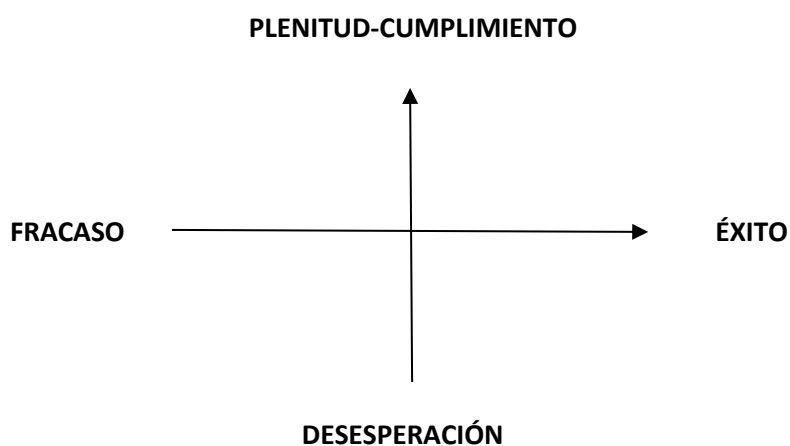
En estos casos, cuando hacemos algo útil, cuando gozamos de la existencia, parece fácil encontrar el sentido de la vida. Pero, ¿qué ocurre cuando la vida nos impone de forma inapelable unas circunstancias dolorosas que no podemos evitar? ¿Puede entonces tener la vida un sentido? Frankl pensaba que sí y ello porque estas situaciones inevitables nos permiten en todo caso realizar desde nuestra libertad

interior y en base a lo que él llamaba “la fuerza de obstinación del espíritu”, la tercera clase de valores y que para la logoterapia son los más excelentes: los valores de actitud; es decir, de valiente aceptación y afrontamiento, con dignidad y altura moral, de un destino inmodificable, de las circunstancias que nos han sido impuestas, sacando de ellas el mejor partido posible, mediante la adopción de una toma de postura ante ellas. Es lo propio del “homo patiens”.

“Cuando un hombre descubre que su destino es sufrir, ha de aceptar dicho sufrimiento, pues esa es su sola y única tarea. Ha de reconocer el hecho de que, incluso sufriendo, él es único y está solo en el universo. Nadie puede redimirle de su sufrimiento ni sufrir en su lugar. Su única oportunidad reside en la actitud que adopte al soportar su carga” (El hombre en busca de sentido)

Sólo si adopta una actitud adecuada podrá transformar, mediante un peculiar metabolismo, su sufrimiento en algo positivo y encontrarle un sentido: el cumplimiento humano no sólo se consigue creando o gozando, sino también sufriendo con la actitud correcta. La paz sólo se obtiene transformando el sufrimiento en un logro humano, nunca desahogando simplemente el dolor ni mucho menos demostrando a diestro o siniestro una agresividad que aumente todavía más lo absurdo de un acontecimiento trágico.

Con un sentido, el hombre está capacitado hasta para el sufrimiento. Con otras palabras: “el hombre está dispuesto incluso a sufrir a condición de que ese sufrimiento tenga un sentido”. Como decía Nietzsche: “quien tiene un por qué para vivir, es capaz de soportar casi cualquier cómo”. Por el contrario, cuando no descubrimos qué sentido tiene, el sufrimiento conduce a la desesperación. Elisabeth Lukas dice que “el sentido no es en el fondo otra cosa que la posibilidad de cambiar la realidad mediante el amor”: Cambiar la realidad externa cuando es posible, y cuando ésta es inmodificable, cambiarnos a nosotros mismos. Compatibles son el cumplimiento de vida y el fracaso, y compatibles son también el éxito y la desesperación.



Con la ayuda de este gráfico, podemos dar una explicación: Las dos líneas del gráfico expresan dimensiones diferentes. “El homo faber es lo que solemos llamar una persona triunfante, un hombre que cosecha éxitos. Para él sólo hay dos categorías y sólo en ellas piensa: triunfo o fracaso. Su vida se mueve entre esos dos extremos, en la línea de una ética del éxito. Pero para el homo patiens las cosas son diferentes: sus categorías no son éxito o fracaso, sino cumplimiento o desesperación. En virtud de ese par de categorías, el homo patiens adopta una posición vertical respecto de la línea de la ética del éxito. El cumplimiento y la desesperación se insertan, efectivamente, en otra dimensión. De esta diferencia dimensional se deriva también una superioridad igualmente dimensional, porque el homo patiens puede realizarse incluso en el más estrepitoso fracaso. La experiencia enseña que son perfectamente compatibles el cumplimiento y el fracaso y, por el lado opuesto, el éxito y la desesperación”.

El suprasentido o supersentido.

Hasta aquí hemos hablado de sentido como “sentido de la vida cotidiana, del sentido del momento, del sentido en la vida. Frankl utiliza otra acepción de sentido como “suprasentido” o “supersentido” como sentido último de la vida. Para él los valores actitudinales, experienciales y creativos sólo serían meras manifestaciones superficiales de algo mucho más fundamental: el suprasentido. Éste escapa a nuestra comprensión racional. La creencia en él es, al final, una cuestión de fe, que podemos definir como “una confianza en este significado último”. Esta postura sitúa al existencialismo de Frankl en un lugar alejado y diferente al existencialismo de Sartre. Éste, como otros existencialismos ateos, sugiere que la vida en su fin carece de sentido y que debemos afrontar ese sin-sentido con coraje. Frankl, en cambio, dice que lo que necesitamos es aprender a soportar nuestra inhabilidad para comprender en su totalidad el gran sentido último de la vida.

Al plantearse la cuestión de si el ser es un gran absurdo, algo sin sentido o si el ser es un gran supersentido, Frankl reconoce que “esa pregunta no puede encontrar respuesta desde las ciencias naturales”. Es un problema insoluble que sólo se resuelve por decisión, pues ambas interpretaciones son posibles. “La lógica está tanto a favor como en contra de una y otra interpretación. Pero aquí no se trata de lo lógico, de algo racional, sino de lo ontológico, de lo emocional. La legitimidad de ambas propuestas subraya la responsabilidad de la respuesta. El interrogado no afronta sólo una respuesta, sino una decisión, decisión existencial y no intelectual. Lo que debe efectuar no es un “intelligere”, un conocimiento objetivo, sino una opción personal. Las razones en pro y en contra mantiene la balanza equilibrada; pero el apostante pone sobre el platillo el peso de su ser. No es el saber el que decide esta opción, sino la fe; pero la fe no es un pensamiento del que se ha quitado la realidad de lo pensado, sino un pensamiento al que se ha añadido la existencialidad del pensante” (El hombre doliente). “La prueba última de la existencia del sentido es la satisfacción que acompaña a la búsqueda. El hombre religioso situará a Dios en ese sentido último; el no religioso, pero que cree en un supersentido, sitúa ese sentido último en otros valores” nos dice María Ángeles Noblejas.

3.- Libertad de la voluntad.

Recuerda Frankl que se ha demostrado empíricamente que “el descubrimiento y la realidad del sentido son independientes de la edad o del nivel de educación de cada uno, de si es hombre o mujer, e incluso de si es religioso o agnóstico y, en el caso de declararse religioso, con independencia de la religión profesada. Y lo mismo ocurre con el coeficiente de inteligencia”. El descubrimiento del sentido se realiza desde la libertad de la persona, desde su capacidad de autodeterminación. La persona no sólo tiene la capacidad de elegir, sino que, además, se ve enfrentada al hecho de tener que hacerlo continuamente, debiendo asumir la responsabilidad de sus decisiones.

El hombre es el ser que siempre decide lo que es; “el hombre es ese ser que ha inventado las cámaras de gas de Auschwitz, pero también es el ser que ha entrado en esas cámaras con la cabeza erguida y el Padrenuestro o el Shema Ysrael en sus labios” (El hombre en busca de sentido).

Sobre la autoconfiguración del hombre, dice Frankl: “El hombre se decide: toda decisión es autodecisión y la autodecisión es, en todos los casos, autoconfiguración. Mientras configuro el destino, la persona que soy configura el carácter que tengo, se configura la personalidad en la que me convierto. Todo esto no significa otra cosa que: yo actúo no solamente en consonancia con lo que soy, sino que también me transformo en consonancia con lo que actúo. Al fin y al cabo, uno llega a ser bueno a fuerza de hacer cosas buenas”. (Logoterapia y Análisis Existencial)

Esto tiene importantes repercusiones éticas: “sabemos que una acción, en última instancia, consiste en trasladar una posibilidad a la realidad, una potencia al actus. Por lo que concierne especialmente a la acción ética, quien actúa éticamente no se da por satisfecho de la unicidad de una acción ética: él hace más, transformando un actus en habitus. Lo que era acción ética es ahora actitud ética. Se podría decir, entonces, que la decisión de hoy es el instinto del mañana”. (Logoterapia y Análisis Existencial)

Estamos hablando de una libertad que tiene sus límites, (libertad demasiado humana, como diría Frankl) marcados por las condiciones biológicas, psicológicas y sociales. Se trata de condicionantes y no de determinantes. De modo que siempre se puede tomar posición frente a ellos y conservar, en los casos extremos, la libertad de decidir la actitud para con los mismos. “Los que estuvimos en los campos de concentración recordamos a los hombres que iban de barracón en barracón consolando a los demás, dándoles el último trozo de pan que les quedaba. Puede que fueran pocos en número, pero ofrecían pruebas suficientes de que al hombre se le puede arrebatar todo menos una cosa: la última de las libertades humanas – la elección de la actitud personal ante el conjunto de circunstancias – para decidir su propio camino” “Es esa libertad espiritual, que no se nos puede arrebatar, lo que hace que la vida tenga sentido y propósito” (El hombre en busca de sentido)

Sólo visiones reduccionistas o pandeterministas del hombre se atreverían a no considerar a la persona un ser libre, sino determinado por sus pulsiones instintivas, por sus complejos, por su constitución genética o su ambiente social. Y no reconocer la libertad de la persona, aun cuando sea condicionada, supone, para Frankl, una afrenta a su dignidad. Para Frankl la conciencia natural nos dice que somos libres. Esta autocomprensión es previa a toda autoobservación retrospectiva y a toda psicología introspectiva. Cuando me observo a mí mismo, ya no puedo detectar la libertad; todo parece determinado; pero lo que veo entonces, ya no soy yo mismo. Esta conciencia natural puede oscurecerse. La oscurece, por ejemplo, la psicología: ésta, al menos en su versión científica, no conoce la libertad ni le está permitido conocerla, como tampoco la fisiología puede conocerla. El fenómeno originario de la voluntad libre pertenece, pues, al ámbito de la metapsicofísica. El científico como tal sólo puede ser determinista. La ciencia natural sólo ve el organismo psicofísico, no la persona espiritual. Sólo ve la necesidad, la no libertad.

Eso lo precisa Frankl de la siguiente manera: “la necesidad y la libertad no están en el mismo plano; la libertad rebasa y trasciende toda necesidad. Lo psicofísico condiciona el espíritu humano, más no lo produce ni lo determina. El hombre tiene instintos, pero no es una realidad instintiva” (El hombre doliente). Y añade: “El hombre como ser espiritual no sólo se contrapone al mundo, tanto el exterior como el interior, sino que toma postura frente a él, adopta un comportamiento, y este comportamiento es libre. El hombre toma postura en cada momento de su existencia”. El hombre posee siempre la libertad; sólo que, a veces, abdica de ella: abdica libremente. No siempre es consciente de su propia libertad; pero la libertad puede y debe hacerse consciente.

El pandeterminismo.

El pandeterminismo niega la libertad y, por consiguiente, la responsabilidad del hombre. Frankl se plantea cuál es su origen. Lo encuentra en la confusión entre causas y razones. “¿En qué consiste la diferencia entre causas y razones? Troceando cebollas se llora. Esas lágrimas tienen una causa. Pero ahí no hay razón alguna para llorar. Y un alpinista que se acerca a la cima de una montaña de cuatro mil metros de altitud puede sentir angustia o mareo. Estos sentimientos tienen una causa o una razón. La causa puede ser la carencia de oxígeno. Pero si el alpinista sabe que está mal equipado o no bien entrenado, entonces su angustia no tiene una causa sino una razón” (El hombre doliente).

Las razones desaparecen del horizonte cuando se interpreta al ser humano como un sistema cerrado. “Si el ser humano es un “ser en el mundo”, el mundo incluye un mundo del sentido y de los valores. El sentido y los valores son las razones que mueven al ser humano a adoptar un determinado comportamiento. Pero justamente este mundo del sentido y de los valores como posibles móviles humanos queda excluido, alejado del campo visual, cuando interpretamos al ser humano en la línea de un sistema cerrado. Lo que queda son las causas y los efectos”. (El hombre doliente). Los efectos están representados por las reacciones a los estímulos o por reflejos condicionados, mientras que las causas están representadas por los procesos, instintos o mecanismos congénitos condicionantes, que condicionan los reflejos condicionados. “Pero los instintos son algo que me impulsa, mientras que el sentido y los valores tiran de mí, me atraen”. (El hombre doliente)

Si nos apuntamos a nivel antropológico al modelo de un sistema cerrado “seremos ciegos a nivel de motivación para eso que atrae el hombre desde fuera; y no olvidemos que lo que le empuja desde dentro son las fuerzas y los impulsos instintivos. El sentido y los valores son el “logos” que la psique busca al trascenderse a sí misma. Si la psicología ha de merecer este nombre, debe conocer las dos mitades del mismo: el logos lo mismo que la psique” (El hombre doliente).

Considerando lo dicho, el hombre es un ser condicionalmente incondicionado: y ello se expresa en tres dimensiones: moral o ideal, existencial y ontológica. “La dimensión moral o ideal de la incondicionalidad remite a un “debería” en relación con el hecho de ser hombre, a un tipo moral ideal, con el que la persona se enfrenta. La dimensión existencial de la incondicionalidad, en oposición a las antropologías reduccionistas, tienen relación con la inagotabilidad del hombre en sus condiciones biológicas, psicológicas o sociológicas. La dimensión ontológica de la incondicionalidad destaca la humanidad que habita en cada hombre concreto, e implica que todo hombre no está obligado a serlo pero debe serlo”. (Una imagen optimista del hombre ante la adversidad). Existencialidad y facticidad son las dos dimensiones, ontológica y condicional, del hombre; pero el hombre como tal es el hombre incondicionado.

Concluyendo: la libertad es uno de los fenómenos humanos. Pero es un fenómeno “demasiado humano”. Es finita. El hombre no está libre de condiciones: sólo es libre de tomar postura frente a ellas. Pero las condiciones no le determinan sin más.

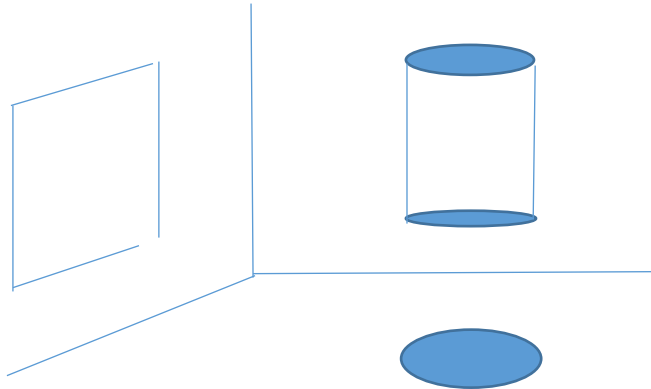
“Depende del hombre, en última instancia, decidir someterse o no a las condiciones. Hay un margen de acción dentro del cual el hombre puede elevarse por encima de sus condiciones para situarse en la dimensión humana. Y cuando Sigmund Freud dijo una vez que “exponiendo a personas de las más diversas categorías al hambre, van desapareciendo las diferencias individuales para manifestarse de modo uniforme el instinto insatisfecho” hay que decir que ocurre exactamente lo contrario. En los campos de concentración, las personas se diferenciaron más. Las personas viles se revelaron como tales. Otro tanto sucedió con los santos. El hambre los desenmascaró. El hambre atormentó a todos por igual. Pero las personas se diferenciaron” (El hombre doliente).

B) La ontología dimensional.

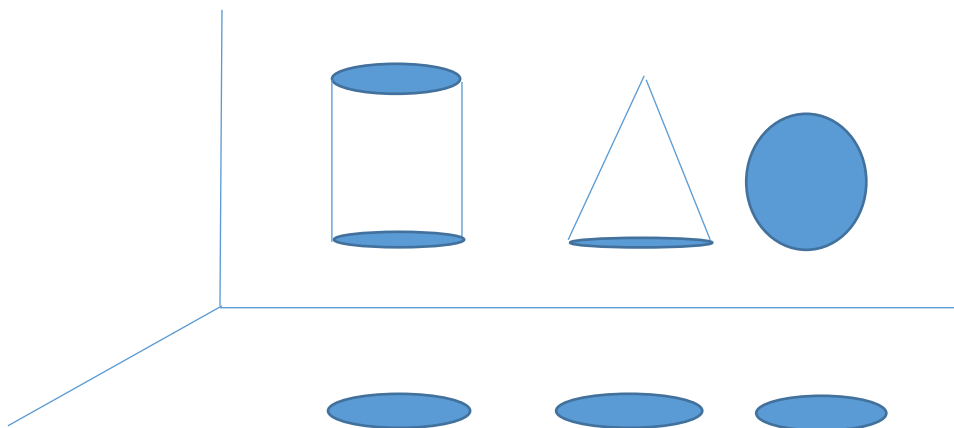
Destaca Elisabeth Lukas que “la verdadera particularidad de la logoterapia no la constituye tanto una táctica, estrategia o técnica psicológica como su arte de improvisación acorde con la problemática concreta de una paciente bajo la luz de una imagen digna del hombre” (Viktor E. Frankl. El sentido de la vida). Ésta imagen del hombre la presentó Frankl con su esbozo de su ontología dimensional, desplegando el ser humano en tres dimensiones que se corresponden con los planos somático, psíquico y espiritual o noético, siendo esta última dimensión la específicamente humana. No se trata de una teoría de tres capas, sino tal como muestra la analogía con la tridimensionalidad del espacio. Las dimensiones humanas del ser se penetran entre sí, como las tres dimensiones espaciales longitud, anchura y altura.

Las dos leyes de la ontología dimensional.

- 1- Una misma cosa proyectada desde su propia dimensión a otras inferiores se dibuja de manera tal que las figuras se contradicen:



- 2- Distintas cosas proyectadas desde su dimensión a una misma dimensión que sea inferior, se dibujan de tal manera que son polivalentes, equívocas (no son contradictorias entre ellas)



El plano somático comprende la actividad orgánica celular y las funciones corporales biológico-fisiológicas, incluidos los correspondientes procesos físicos y químicos. Entendemos por plano psíquico del ser humano la esfera de su estado anímico, la disposición moral, los sentimientos (pulsiones), instintos, deseos, afectos. A estos fenómenos anímicos cabe sumar además las aptitudes intelectuales de la persona, sus modelos de conducta adquiridos y sus improntas sociales.

¿Qué quedaría para el plano espiritual? Algo infinito: lo “humano primitivo”, es decir la adopción de una postura libre frente a lo corporal y anímico. Las decisiones volitivas autónomas (intencionalidad), el interés objetivo y artístico, el desarrollo creativo, la religiosidad y el sentimiento ético (conciencia), la comprensión del valor y el amor se asientan en la espiritualidad del ser humano. “Lo espiritual es la capacidad, inherente a todo ser humano, de: comportarse libremente y de forma responsable frente a las influencias internas y externas, adaptarse y tomar postura ante lo que no puede cambiar, reconocer fuera de sí mismo las formas de sentido que se le ofrecen en diversas situaciones y poder vivir el sentido” (Palabras para una vida con sentido).

El antagonismo noopsíquico.

El plano espiritual es la “dimensión específicamente humana”, que puede oponerse a la dimensión corporal y a la psíquica, en base al poder de resistencia del espíritu. Eso le lleva a Frankl a hablar antagonismo noopsíquico.

La logoterapia no desprecia lo psicosocial ni lo somático, sino que busca investigar hasta qué punto las fuerzas espirituales del hombre se pueden movilizar, no sólo para eliminar frustraciones existenciales, sino también para corregir trastornos psíquicos o aliviar dolencias psicosomáticas. La distinción entre la dimensión somática y la espiritual suele estar clara; pero hay que evitar la confusión entre esta última y la psíquica, pues la logoterapia busca un enfrentamiento fructífero entre ambas en base al citado antagonismo noo-psíquico. Seguimos a Elisabeth Lukas:

Los cuatro criterios distintivos o dialécticas del antagonismo noopsíquico:

a) La dialéctica del destino y la libertad.

“El destino nunca explica completamente la conducta de una persona, porque ella no es víctima sino coautora de su destino” (Logoterapia. La búsqueda de sentido). Gracias a la dimensión noética, el ser humano es capaz de obstinarse frente a su destino distanciarse de su estado interno, ofrecer resistencia a sus circunstancias externas o aceptar heroicamente sus límites. Para Frankl lo espiritual, la persona, es ya por

definición lo libre en el ser humano. “Llamamos persona a aquello que puede comportarse libremente, en cualquier estado de cosas. La persona es aquella dimensión del hombre que es capaz de oponerse siempre, oponerse a cualquier posición: no solo a una posición externa, sino también interna; pero la posición interna es exactamente eso que se llama disposición (así se denomina a veces el carácter)”. (El hombre doliente).

Lo espiritual nunca se diluye en una situación, siempre es capaz de distanciarse de la situación, sin diluirse en ella, de guardar distancia y tomar postura frente a ella. Y añade: “Hay una palabra que expresa lo que está en el hombre y con lo que el hombre se halla confrontado: el carácter. La persona es libre; pero el carácter no lo es; más bien, la persona es libre frente a su carácter. Esto se desprende ya del hecho de que la persona sea espiritual mientras que el carácter constituye algo psíquico y corresponde a la predisposición genética y brota de ella. El carácter es algo creado, en tanto que la persona es creadora” (El hombre doliente).

Siempre existe la libertad. No en el sentido de “estar libre de” sino de “ser libre para”. Y por tanto, siempre existe la responsabilidad. Por ello, Elisabeth Lukas destaca que “uno de los principios del procedimiento logoterapéutico es: Hay que prestar ayuda, pero no eximir de responsabilidad. Por desgracia en la psicoterapia ocurre a menudo lo contrario: al paciente se le exime de toda responsabilidad al atribuirse todos sus dilemas a conflictos internos y externos iniciados por otros, lo que acaba convirtiéndolo en una víctima desamparada” (Logoterapia. La búsqueda de sentido)

Para poder optar, al tomar decisiones, por lo más lleno de sentido, el hombre dispone, como se ha dicho, de un órgano de sentido: la conciencia.

b) La dialéctica de la propensión a enfermar y la constitución intacta

Frankl partía del hecho de que el hombre puede enfermar en los planos somático y psíquico, pero nunca en su dimensión noética. Aunque determinados procesos patológicos psíquico-físicos pueden dejar parcial o temporalmente indisponible nuestra dimensión espiritual, ésta permanece siempre intacta. La espiritualidad del hombre siempre existe en potencia y sólo este hecho garantiza al ser humano su inviolable dignidad.

“Quien sabe de la dignidad incondicional de cada persona, también tiene absoluto respeto ante la persona humana, aún ante el enfermo, también ante el incurable y ante el insano irreversible. Realmente no existen “enfermos del espíritu”, pues el espíritu, la persona espiritual misma no puede enfermarse” (La voluntad de sentido). Para poder ayudar a un enfermo hay que encontrar ese espacio espiritual libre. Si rechazamos que en el ser humano existe este espacio íntegro e invulnerable, entonces sólo veremos al hombre con una mera máquina que enferma y que necesita una reparación.

c) La dialéctica de la orientación al placer y la orientación al sentido

“La logoterapia se diferencia de las otras orientaciones psicoterapéuticas principalmente por su concepto de motivación al poner en duda la tan de moda “filosofía psicológica de la felicidad”, según la cual la felicidad es la satisfacción de las necesidades. Sin embargo, si consideramos la dimensión noética del ser humano, la felicidad consistiría en la satisfacción de un sentido.

Por una tarea llena de sentido, las personas están dispuestas a asumir renuncias y, si es necesario, dejar las necesidades insatisfechas. El hombre no sólo necesita saber por qué vive, sino que también quiere saber para qué vive; no sólo necesita víveres para subsistir, sino también objetivos en la vida. La inquietante pregunta de épocas anteriores que había movido al ser humano en tiempos de urgencia: “¿qué hago para vivir?”, se invirtió en los años de bienestar, no sin resultar menos inquietante: “Vivo, ¿para hacer qué?” (Logoterapia. La búsqueda de sentido).

Oposición homeostasis-noodinámica: late aquí, según Frankl, la oposición entre el principio de homeostasis y la noodinámica. Según el principio de homeostasis del plano bidimensional de seres humanos y animales, los deseos instintivos que se acentúan exigen una satisfacción para que el ser vivo recupere su equilibrio interno. Sin embargo, este principio autorregulador es válido para el reino animal; pero no se puede trasladar tan fácilmente a un ser como el hombre que, además, es espiritual.

Por el contrario, Frankl habla de una tensión sana, dosificada; la tensión entre el ser y del deber ser: “entre lo que se es y lo que se debería ser. Esta tensión es inherente al ser humano y por consiguiente es indispensable al bienestar mental. No debemos, pues, dudar en desafiar al hombre a que cumpla su sentido potencial” (El hombre en busca de sentido).

“Considero un concepto falso y peligroso para la higiene mental dar por supuesto que lo que el hombre necesita ante todo es equilibrio o, como se denomina en biología “homeostasis”; es decir un estado sin tensiones. Lo que el hombre realmente necesita no es vivir sin tensiones, sino esforzarse y luchar por una meta que le merezca la pena. Lo que precisa no es eliminar la tensión a toda costa, sino sentir la llamada de un sentido potencial que está esperando que él lo cumpla” (El hombre en busca de sentido).

d) La dialéctica entre el carácter y la personalidad.

Señala Lukas que: “El carácter (psíquico) es “el ser creado” que se corresponde con un tipo psicológico, una raza y una mentalidad, está predispuesto hereditariamente y formado por el medio. En cambio, la persona (espiritual) es “una existencia que hay que crear”, que se enfrenta con su carácter, con sus predisposiciones y con su influenciabilidad” (Logoterapia. La búsqueda de sentido). En consonancia con ello, “una de las frases favoritas de la logoterapia es, en realidad, un axioma del modo de ver a la persona: “No hay que consentirlo todo de uno mismo”.

Frankl dice que hay algo, además del medio ambiente y de la herencia, que constituye al hombre: lo que el hombre (la persona) hace de sí mismo (del carácter). “Por eso la fórmula de Allers “el hombre tiene un carácter pero es una persona, admite un complemento: Y deviene una personalidad”. La persona que alguien es, dialogando con el carácter que tiene, adoptando una posición ante él, lo configura y se configura ella constantemente, y llega a ser una personalidad. Pero esto significa que yo no actúo únicamente con arreglo a lo que soy, sino que llego a ser lo que soy con arreglo a lo que hago” (El hombre doliente).

Lo expuesto tiene especial importancia en relación con lo que Frankl llama “fatalismo neurótico”, pues cuando el neurótico habla de su persona, de su modo de ser personal, tiende a hipostasiarlo y a actuar como si ese modo de ser implicase un “no poder ser de otro modo”. “El neurótico no dice: hasta ahora he sido así, me he comportado de éste o aquel modo, sino que considera su modo de ser como algo definitivo e inmodificable. Olvida que uno no debe resignarse a todo”.

Frankl entiende que se podrá saber, a lo sumo, cómo se comportaría un individuo en una determinada situación a tenor de su predisposición caracterológica; pero nunca se puede prever o predecir cómo se comportará de hecho, ya que el ser humano no actúa en última instancia desde su carácter, sino que su persona toma postura frente a todo y también frente a su carácter. La predisposición caracterológica nunca es lo decisivo; lo decisivo es siempre la toma de postura de la persona. “La libertad de la persona no es sólo una libertad del carácter, sino también una libertad para la personalidad. Es libertad de la facticidad y libertad para la propia existencialidad. Es libertad del modo de ser y libertad para ser de otro modo” (El hombre doliente).

Ese cambiar para ser de otro modo “se orienta en el mundo objetivo del sentido y de los valores; esa orientación de sentido, propia de toda autoconfiguración personal, resulta comprensible teniendo en cuenta que la verdadera personalidad es impensable si no está marcada por el sentido y los valores” (El hombre doliente).

C) Diez tesis sobre la persona.

Son expuestas por Viktor E. Frankl del siguiente modo:

1. “La persona es un individuo porque es una unidad”. No admite división, no se puede subdividir ni escindir. Ni siquiera en la llamada esquizofrenia se llega realmente a una división de la persona.
2. “La persona es también una totalidad”. No es sólo un in-dividuum, sino también insummabile, no sólo no se puede partir sino que tampoco se puede agregar. Como totalidad que es tampoco puede incorporarse del todo en clasificaciones incluyentes, como son la masa, la clase o la raza: todas éstas no son entidades personales, sino a lo sumo pseudopersonales. El hombre que cree asimilarse a ellas, en realidad, sólo se hunde en ellas; si se asimila a ellas en cuanto persona, se abandona a sí mismo.
3. “Cada persona es absolutamente un ser nuevo”. Con cada persona que viene al mundo se inserta en la existencia un nuevo ser, se le trae a la realidad; pues la existencia espiritual no puede propagarse, no puede pasarse de padres a hijos. “Lo único propagable son los ladrillos, pero no el constructor”.
4. “La persona es espiritual”. Por su carácter, la persona espiritual se halla en contraposición heurística y facultativa con el organismo psicofísico. Éste tiene una función instrumental y, más allá, expresiva: la persona necesita de su organismo para actuar y expresarse. Como instrumento que es en este sentido, constituye un medio para un fin y, como tal, tiene valor utilitario. “El concepto opuesto al de valor utilitario es el concepto de dignidad; pero la dignidad pertenece sólo a la persona, le corresponde naturalmente, independientemente de toda utilidad social o vital. Sólo quien pasa por alto esto y lo olvida puede considerar la eutanasia justificable”
5. “La persona es existencial”. Con esto se significa que no es fáctica ni pertenece a la facticidad. “El hombre, como persona, no es un ser fáctico sino un ser facultativo”. Existe de acuerdo a su propia posibilidad para la cual o contra la cual puede decidirse. “Ser hombre es ante todo ser profunda y finalmente responsable”. Por ello es algo más que meramente libre: “en la responsabilidad se incluye el para qué de la libertad humana”.
6. “La persona es yoica”. Es decir, “no se halla bajo la dictadura del “ello”, una dictadura en la que Freud pudo haber pensado cuando afirmó que “el yo no era amo de su propia casa”.

7. “La persona no es sólo unidad y totalidad en sí misma, sino que la persona brinda unidad y totalidad”. El hombre representa “un punto de interacción, un cruce de tres niveles de existencia: lo físico, lo psíquico y lo espiritual”, pero “dentro de esa unidad y totalidad, lo espiritual del hombre se contrapone a lo físico y a lo psicofísico”. Siempre cabe apelar al “poder de resistencia del espíritu” contra la poderosa psicofisis.
8. “La persona es dinámica”, por su capacidad de distanciarse de lo psicofísico. Este autodistanciamiento de sí mismo como organismo psicofísico es lo que constituye a la persona espiritual como tal. “Ex_sistir significa salirse de sí mismo y enfrentarse consigo mismo”
9. “El animal no es persona puesto que no es capaz de trascenderse y de enfrentarse a sí mismo”. Por eso el animal no posee el correlato para ser persona, no tiene un mundo sino sólo un medio ambiente. “Del mismo modo que un animal, desde su entorno, no puede entender el mundo humano, el hombre tampoco puede aprehender el mundo superior, excepto por un intento de alcanzarlo, de presentirlo por la fe”
10. “La persona no se comprende a sí misma sino desde el punto de vista de la trascendencia”. Y más que eso: “el hombre es tal, sólo en la medida en que se comprende desde la trascendencia, también es sólo persona en la medida en que la trascendencia lo hace persona: resuena y reverbera en él la llamada de la trascendencia”. Esa llamada la recibe en la conciencia.

III.- EL DIÁLOGO EXISTENCIAL: LA LOGOTERAPIA COMO FORMA DE CONVERSAR

La logoterapia se caracteriza por una peculiar forma de conversar, el diálogo existencial, que presentamos a través de la exposición del “itinerario logoterapéutico”, con el planteamiento de los principales problemas a los que se aplica y mediante algunas reflexiones sobre una retórica del amor. Es importante, antes, hacer una referencia a la aplicación de la Logoterapia como terapia específica y no específica y a “la cura médica de almas”, lo que permitirá una mayor comprensión de lo que se expondrá posteriormente.

A. La logoterapia como terapia específica y no específica, y la “cura médica de almas”.

Destaca José Benigno Freire que “la logoterapia puede aplicarse a dos distintos niveles de intervención médica: como terapia específica y como terapia no-específica” (El humanismo de la logoterapia de Viktor Frankl). Aunque Frankl hace referencia también, en el ámbito médico a la “cura médica de almas. (Teoría y terapia de la neurosis).

La cura médica de almas hace referencia al proceder del médico “cuando la curabilidad del enfermo termina, y tendría por metas principales “capacitar al hombre frente a un sufrimiento impuesto por el destino”, “habilitar internamente al enfermo para que aprenda a aceptar lo inevitable, lo que ni somática ni psíquicamente es asequible a un tratamiento” y “consolar el alma”. Este actuar, aunque se refiere al proceder del médico “que trata de ensanchar su círculo de acción y de agotar las posibilidades de la acción médica”, no se propone ofrecer “ningún sustitutivo de la psicoterapia, sino que se propone simplemente complementarla”.

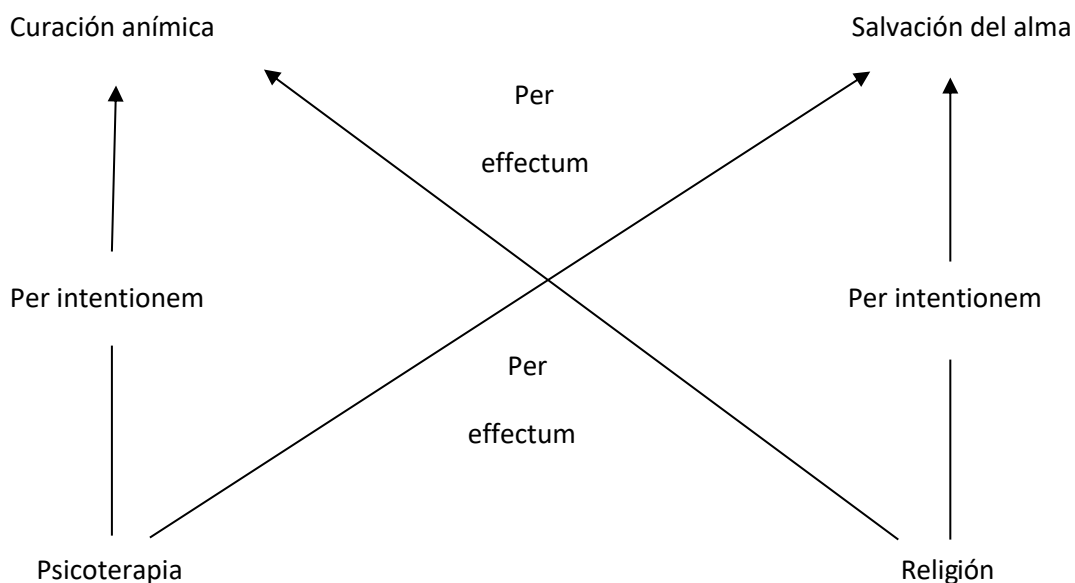
El ser humano que es capaz de extraer sentido del sufrimiento (homo patiens) requiere de la humanidad del médico (del medicus humanus). “El homo patiens requiere al medicus humanus, el médico que no sólo trata como médico, sino que actúa también como hombre. El médico que no sea al mismo tiempo humano, sino sólo científico, podría amputar con la ayuda de la ciencia una pierna. Pero con la sola ayuda de la ciencia no podría evitar que el amputado o el que ha de ser amputado, se suicide después de la amputación o antes de ella”.

“Saluti et solatio aegrorum” figuraba como lema en el hospital general de Viena: “curación y consolación de los enfermos”. “El médico tiene que consolar el alma” nos recuerda la American Medical Association, misión que no es exclusiva del psiquiatra sino de cualquier médico que ejerce.

Frankl destaca aquí el encuentro humano entre médico y paciente. Su relación con el paciente se convierte en un encuentro de hombre a hombre. Del médico exclusivamente científico surge el médico que también es humano. La cura médica de almas no es otra cosa que el intento de una técnica de esta humanidad del médico. Tal vez es la técnica de la humanidad la que puede preservarnos de la inhumanidad de la técnica.

La cura de almas médica no es en absoluto un sustitutivo de la cura de almas sacerdotal, pues “la meta de la cura de almas médica (y en general la meta de la psicoterapia) es la curación psíquica y la meta de la cura de almas sacerdotal, (y en general la meta de la religión) es la salvación del alma”. (Logoterapia y Análisis existencial). Frankl precisa que “es cierto que la religión no tiene motivo alguno psicoterapéutico, pero sí un efecto psihigiénico. Y es porque proporciona al hombre un estado de seguridad y una sustentación espiritual sin par, contribuyendo así sobremanera a la conservación del equilibrio anímico”.

Reflexión gráfica de Viktor Frankl:



“El terreno al que nos conduce la logoterapia, y mayormente el análisis existencial, es fronterizo entre la medicina y la filosofía. La cura médica del alma, sobre todo, se mueve en los linderos mismos que separan la “medición” de la “religión”. Quien camina por límites que separan dos tierras, se expone siempre a ser observado con recelo desde uno y el otro lado. No es, pues, extraño que esta cura de almas médica preconizada por nosotros sea blanco de las miradas recelosas desde los dos campos por entre los que discurre. Así tiene que ser, y no debemos disgustarnos, sino considerarlo como un tributo necesario que esta disciplina nuestra tiene que pagar. La cura de almas médica se halla enclavada entre dos reinos. Es, por tanto, zona fronteriza. Como todo terreno situado entre dos fronteras, tierra de nadie. Y, sin embargo, ¡una tierra de promisión! (Psicoanálisis y existencialismo).

Los métodos o técnicas de la logoterapia

La logoterapia como terapia no-específica presenta tres modalidades técnicas de aplicación: la intención paradójica, la derreflexión y la modulación de la actitud. Esta última es añadida por Elisabeth Lukas como el tercer método logoterapéutico.

- a) **La intención paradójica** es, en palabras de Frankl, “un procedimiento en el cual los pacientes se ven estimulados a realizar – o a desear realizar – las mismas cosas que ellos temen, aunque con un sentido irónico” (La voluntad de sentido). Lo primero es aplicable al paciente fóbico, lo segundo, al paciente obsesivo-compulsivo. En ambos casos el miedo patógeno es sustituido por un deseo paradójico, desmontando el círculo vicioso de la ansiedad anticipatoria.
- b) **La derreflexión**, como nos explica Frankl, es la técnica logoterapéutica “según la cual los pacientes en lugar de observarse a sí mismos tratan de olvidarse de sí mismos (autoolvido). Pero tal olvido de sí mismo no podrá producirse si antes los pacientes no hacen entrega de sí mismos (autoentrega)”. Mediante ella se trata de superar la “hiperreflexión” o excesiva autoobservación del paciente.
- c) **La modulación de la actitud** es añadida como un tercer método por Elisabeth Lukas (Logoterapia. La búsqueda de sentido). La modulación de la actitud se diferencia de la “modificación de la conducta” (indicada en la terapia conductista), porque hace referencia al deseo central de la logoterapia: su objetivo no es modificar primero el comportamiento, sino cambiar la actitud. Una actitud interior modificada trae consigo, sin más esfuerzos, una conducta modificada. Con este método se busca ayudar a la persona a enfrentar el sufrimiento inevitable, cambiando actitudes psicológicamente insanas (asociadas a pasividad, negación, resignación o desesperación) por unas actitudes sanas, ayudando a que asuma la conciencia de la responsabilidad en su vida y a que no claudique de su libertad (echándole la culpa de lo que vive a su pasado o a las circunstancias). (También tu vida tiene sentido).

Cuando se practica la modificación de actitudes, los pacientes empiezan a entender que depende de ellos responder a las preguntas que la vida les plantea y que nadie lo hará por ellos. La modificación de las actitudes los fortalece para no temblar ante los inesperados golpes de la vida, especialmente cuando deben enfrentarse a situaciones inmodificables, en donde lo único que puede hacerse es aceptar lo que sucede y tener la actitud más saludable frente a ello.

Cuando el terapeuta trabaja en el ámbito de las actitudes cognoscitivas tiene que observar el siguiente orden: 1.- cambiar la actitud ante el síntoma viéndolo como oportunidad o pregunta que la vida plantea. 2.- cambiar la actitud ante los factores negativos de la propia vida asumiendo la responsabilidad de que la actitud y su destino están en sus manos. 3.- cambiar la actitud ante los factores positivos de la propia vida, encontrándole sentido a su situación actual, develando la ganancia existencial obtenida a través o en medio del sufrimiento.

Lukas diseña un plan sistemático de tratamiento para la aplicación de la logoterapia: a.-despertar y fomentar la capacidad de autodistanciamiento. b.- cambio de actitud. c.- reducción de los síntomas y afianzamiento de la nueva estabilidad. d.- ampliación general de la orientación de sentido, mediante la sensibilización para nuevas posibilidades de sentido (fomentar la capacidad de autotrascendencia).

En la modificación de actitudes, “se busca cambiar el nocivo “no puedo porque...” a la actitud saludable de: “puedo, a pesar de...” (También tu sufrimiento tiene sentido). Muchas psicoterapias se concentran en explorar las razones por las que un cliente ‘no puede’, en lugar de planear un curso de acción de los obstáculos ‘a pesar de’. Así la puerta queda abierta a la actitud saludable de: “Yo siempre puedo cambiar”.

La logoterapia como terapia específica de las neurosis noógenas. Identificamos a este tipo de terapia específica si se cumplen dos requisitos: a) Una previa aceptación de los supuestos básicos de la antropología frankliana y b) Si el fin de la intervención terapéutica apunta directamente al núcleo etiológico de la enfermedad. El proceder de esta terapia consiste en improvisar el diálogo según cada paciente y cada situación, combinando técnica y arte, jugando con la intuición del terapeuta que deberá ajustarse a los márgenes de un proceder técnico.

“El logoterapeuta ha de proceder según estas tres normas que encauzan en la práctica los postulados básicos del análisis existencial:

1. La logoterapia es un encuentro personal;
2. Un encuentro personal que se suscita mediante el diálogo;
3. Un diálogo que procede con este objetivo: que el paciente encuentre el sentido de su vida.” (El humanismo de la logoterapia de Viktor Frankl).

Para Frankl toda entrevista de la logoterapia se convierte en un encuentro personal entre la única y singular individualidad del paciente y la única y singular personalidad del terapeuta. Es preciso, por tanto, adecuar el método al paciente y para eso la actitud primordial consiste en escuchar. El logoterapeuta, en ese encuentro, intentará establecer una relación cercana y distante al mismo tiempo, para evitar las dependencias afectivas.

Será, en segundo lugar, un encuentro dialogal en el que tendrá trascendencia no sólo qué se dice sino también el cómo se dice. El terapeuta debe crear un clima de confianza, huyendo de cualquier tono didáctico, exhortativo, moralizante o de adoctrinamiento para no interferir en el sentido de vida del paciente. Y en un marcado tono de humor. Frankl recomendaba la ironía socrática como un proceder adecuado para el diálogo socrático y asemejaba la tarea del logoterapeuta al “papel de comadrón socrático”. La logoterapia sería así una auténtica obstetricia espiritual.

Los recursos espirituales de la logoterapia

El diálogo socrático nos pone en contacto con nuestro núcleo saludable, el espíritu, a fin de que podamos hacer uso de sus recursos. Estos recursos espirituales (o noéticos o noológicos) son las dos capacidades específicamente humanas: la autotrascendencia y el autodistanciamiento. Son, para Frankl, las dos características antropológicas fundamentales de la existencia humana. (Teoría y terapia de las neurosis).

a.- Autotrascendencia. Por ella entendemos que “el hombre no llega a ser realmente hombre y no llega a ser plenamente él mismo sino cuando se entrega a una tarea, cuando no hace caso de sí mismo o se olvida de sí mismo al ponerse al servicio de una causa o al entregarse al amor de otra persona”.

b.- Autodistanciamiento. Hace referencia a que “la libertad del hombre incluye la libertad de tomar posición frente a sí mismo, y, con este fin, distanciarse, en primer lugar, de sí mismo” (La voluntad de sentido). Esta capacidad de autodistanciarse tiene dos manifestaciones fundamentales: “el humor y el heroísmo” y, en virtud de la misma, “el hombre puede tomar distancia no sólo de una situación, sino también de sí mismo. Puede elegir una actitud ante sí mismo”. “El humor es otra de las armas con la que el alma lucha por su supervivencia. Puede proporcionar el distanciamiento necesario para sobreponerse a cualquier situación, aunque no sea más que por unos segundos”. (El hombre en busca de sentido).

En tercer lugar, el objetivo propio y específico del diálogo logoterapéutico, consiste en situar al paciente en las mejores condiciones para que encuentre y cumpla el sentido de su vida, su sentido único e irrepetible, singular e intransferible. Se trata de abrirle el mayor número de puertas posibles a su paciente, y a éste corresponde elegir la puerta por la cual desea pasar. Dice Frankl: “el logoterapeuta no es pintor, sino oculista. El pintor pinta la realidad como él la ve, mientras que el oculista ayuda al paciente para que pueda ver la realidad tal como es para el paciente. Es decir, amplía su horizonte, su campo de visión para un sentido y unos valores” (En el principio era el sentido).

A la vista de lo expuesto Lukas dice que “la logoterapia es una forma terapéutico-pedagógica-filosófica-psicológica de conversar” que renuncia a una imposición de valores: el terapeuta no puede situarse por encima de lo que esté bien o mal en la vida del paciente y endosarle una escalera de valores propia, imponiéndole unas ideas de sentido exteriores. Pero, aunque se renuncie a una imposición de valores, tampoco se es neutral ante los mismos: al contrario, es imprescindible reflexionar sobre lo dicho, para comprobar que se ajusta a unos valores, que se es cercano a la realidad y que se es responsable. Se ha de evitar que los pacientes deformen y traicionen su verdadero ser.

B. El itinerario logoterapéutico.

Se debe conducir al paciente frente a su deber cotidiano, ayudarle en la respuesta concreta, “aquí y ahora” a las demandas que la vida le plantea en cada situación particular. El logoterapeuta debe proceder según el siguiente itinerario:

- a. Que el paciente cobre consciencia de su libertad para cumplir el deber del instante presente, con independencia de las limitaciones y condicionantes personales, psicológicos o sociales.
- b. La respuesta concreta frente al deber cotidiano es una elección personal: el paciente es responsable único de esta decisión.
- c. El paciente ha de asumir la responsabilidad de ejercer su libertad (ecuación antropológica básica para el análisis existencial). Para ello el logoterapeuta dirigirá al paciente a resolver personalmente estas dos cuestiones: 1) Ante quién se siente responsable para cumplir ese concreto deber (por ejemplo: ante su propia conciencia o ante Dios). 2) De qué se siente responsable: qué sentido o misión concreta presiente que la existencia le plantea. (El humanismo de la logoterapia de Viktor Frankl)

“De esa consciencia de la tarea específica de cada uno sigue después de forma automática la consciencia de responsabilidad frente a ella y, a veces, hasta el sentimiento de cierta misión. Y nada puede hacer más fuerte al ser humano en la lucha contra dificultades o, cuando de ello se trata, en el soportar lo inevitable, que justamente este sentimiento de tener una tarea única y de ser irremplazable en su cumplimiento” (Escritos de juventud). El afán terapéutico se dirige a facilitar el encuentro con los valores o el sentido que se engarzan en su vida cotidiana; porque el sentido y los valores son razones que mueven a los hombres a actuar de un modo u otro.

En este itinerario, un principio de acción terapéutica típico y característico de la logoterapia consiste en solicitar al paciente que imaginativamente proyecte en el futuro las repercusiones existenciales de sus decisiones en el presente. Con ello se persigue que el paciente sienta el peso de su responsabilidad al comprobar cómo con sus decisiones en el presente puede variar el curso de su vida futura. Asimismo se percibe la fuerza de su libertad, pues sus elecciones en el presente señalan el camino de su devenir existencial.

Esta acción logoterapéutica activa en la praxis clínica la ecuación antropológica básica que sustenta el análisis existencial: ser hombre es igual a ser libre y responsable. Para aplicar este principio nos servimos de tres estrategias, según Freire: “Se le ruega al paciente que: a. imagine que está escribiendo la novela de su vida; b. imagine que al final de sus días comienza a escribir su autobiografía; c. imagine que está rodando una película sobre su vida” (El humanismo de la logoterapia de Viktor Frankl). En estas estrategias se trasluce la idea de la caducidad de la vida como una invitación a la responsabilidad: a aprovechar cada instante, cada posibilidad en él latente de cumplir un sentido y de realizarlo. La existencia pasa; pero los instantes de la existencia se esculpen en la biografía, instante a instante, acción a acción. Y de ello deduce Frankl el imperativo categórico de la logoterapia: “Vive como si vivieras por

segunda vez y como si la primera vez lo hubieras hecho todo tan mal como estás a punto de hacer". (El hombre doliente).

Para Frankl es evidente la relación que existe entre el tiempo y la responsabilidad. Cada instante ofrece y demanda una posible realización de valores. Esos instantes, por la finitud de la vida, pueden ser irrepetibles. De esta forma, la vida se compone de una suma finita de instantes que sólo se presentan una vez. (Logoterapia y análisis existencial). La suma finita de instantes es la que marca y divide el tiempo humano en presente, pasado y futuro, que tienen distinta función en la realización de valores por el hombre: la incertidumbre del futuro no garantiza la realización de valores, la caducidad del pasado ya no permite realizarlos; única y exclusivamente en el presente y desde el presente resulta posible el ejercicio de la responsabilidad así como la realización de valores para convertirlos en sentido.

Pero no podemos olvidar que la acción responsable en el presente nos permite incluso modificar el sentido del pasado y modelar el sentido del futuro. Los hechos acaecidos en el pasado (aún inmodificables en su contenido histórico) pueden revalorizarse, si son confirmados o reafirmados desde los actos en el presente; incluso se puede modificar el sentido de los hechos pasados por medio del arrepentimiento en el presente. "Un presente luminoso ilumina todo nuestro pasado".

El futuro se inscribe en la naturaleza incierta de la posibilidad. Pero los actos en el presente son capaces de reducir o encauzar los márgenes de esa cierta probabilidad. "El futuro, nuestro futuro, depende en buena parte de nuestra decisión y de nuestra responsabilidad" (El hombre doliente).

C. Problemas principales a los que se aplica esta forma de conversar. (Elisabeth Lukas)

a) El problema de la ambivalencia: el individuo indeciso.

Ambivalencia significa querer posibilidades opuestas y no quererlas al mismo tiempo, pensar que algo es bueno y a la vez es malo. Ejemplo: el caso de la duda ante la ruptura matrimonial. El afectado no formula interiormente un sí o un no de manera rotunda. Esto genera un estado de malestar porque todos los actos que rodean la situación adolecen de la falta de lo deseado concluyentemente, lo que acaba por mermar las fuerzas de la persona. En esta situación la respuesta de la logoterapia es que el terapeuta no está autorizado a intervenir valorando en uno y otro sentido: en cualquier caso, no hasta que haya desentrañado qué alternativa en el radio de acción del paciente tiene más sentido. Y de ello le informa el propio paciente. Los fenómenos de ambivalencia sólo se resuelven a través de una aguda percepción de cada ínfimo matiz que decanta la balanza hacia una de las dos alternativas; pero siempre que ese matiz esté referido a un valor

A la persona indecisa sólo la podemos ayudar si, además de la obviedad de que todo tiene su lado claro y su lado oscuro, comprende que por amor a un lado claro, que es lo que tiene más cerca, está arrastrando también las sombras relacionadas con aquél. Las luces que le dan claridad sólo lo sabe la persona en lo más profundo de su corazón y se descubre en pequeños indicios como “aquí soy prescindible” (cuando en realidad quiere decir “allí no”) o “aquello no tenía ningún valor para mí” (cuando en realidad quiere decir “lo otro sí”). Un terapeuta que perciba tales indicios estará autorizado para conducir con cautela al paciente hacia esas luces que brillan alrededor de un matiz con mayor fuerza que otras, porque ellas, respecto a la situación presente del paciente, son inherentes al sentido del momento. “Siempre habrá un valor más alto que el otro. La comprobación de tal circunstancia facilita la toma de una decisión responsable, superando la crisis de ambivalencia original” (Viktor E. Frankl. La humanidad posible).

b) El problema de la no aceptación: el individuo encallado en la protesta.

Ante los desafíos del destino, algunas personas reaccionan con un obcecado “no”, que, más tarde o más temprano, desemboca en una actitud de protesta de la que no es fácil sacarlas. De este modo, se hacen la vida más difícil de lo que ya es.

Una parábola esclarecedora de Elisabeth Lukas: “Dos niños con sendos globos juegan en el patio. Uno de ellos pierde el cordel y el globo se eleva al cielo. El niño rompe a llorar: ‘he perdido el globo’, ‘he perdido el globo’. Al poco rato el otro niño suelta la cuerda de su globo, que también se eleva al cielo. Dando palmas y bailando de alegría, dice: ‘mira qué bonito, cómo sube. Vuela hacia el sol’ “. A ninguno de los dos niños se le exime de un ápice de sufrimiento; pero al que está dispuesto a aceptar le va mejor: si es necesario, es capaz de despedir positivamente la pérdida.

Una persona sólo podrá pasar de una actitud rígida de protesta a una actitud flexible de aceptación si cambia la perspectiva del perjuicio personal por la perspectiva de la percepción de valores. Hay que intensificar la percepción de valores de las personas que constantemente protestan y no aceptan y, al hacerlo, reparar en que los valores que entran en el campo de percepción no sean impuestos desde el exterior. (Ganar y perder).

c) El problema de la ignorancia: el individuo atrincherado en la indiferencia.

Las personas ignorantes están indiferentes a las necesidades de quienes les rodean e, incluso, a las suyas propias. El trabajo con personas atrincheradas en la indiferencia es especialmente duro. Son personas armadas con una coraza de ignorancia y brutalidad que rodea el blando núcleo de su interior. Esa coraza les ha protegido en anteriores fases de su vida y se han quedado aferrados a ella, experimentando una ceguera de valores. A pesar de ello, si hay suerte, la coraza puede presentar grietas y roturas en las que se concentre el anhelo primitivo del individuo por una existencia satisfecha de sentido. Si se empieza exactamente por esos puntos débiles se puede hacer estallar un trozo de armadura y crear espacio libre para descubrir una nueva sensibilidad.

En estos casos hay que ampliar a través del diálogo el campo de visión de los pacientes, para que lleguen a percibir los valores próximos, sus excusas se vengán abajo y se ablande el exterior. Eso puede ocurrir en el momento en que el interior de la persona reconozca como originalmente propios los valores que tiene a su lado, una vez desmontadas sus excusas con un análisis consecuente. “Una canción dormita en todas las cosas que se sueñan sin cesar. Y el mundo se pone a cantar; sólo tienes que dar con la palabra mágica” (Joseph von Eichendorff). Los psicoterapeutas no tienen palabras mágicas; pero los pacientes sí tienen una en su interior, y empiezan a cantar cuando los psicoterapeutas dan con ella.

D. Algunas reflexiones sobre una “retórica del amor”.

Este lenguaje a que estamos haciendo referencia se traduce en unos elementos de conversación (no específicos de la logoterapia pero que se ajustan perfectamente a ella) que Lukas denomina una “retórica del amor”, pues son aplicables a cualquier comunicación interpersonal eficiente, también fuera del escenario logoterapéutico. Estos elementos de conversación, que pasamos a exponer, son los siguientes:

a) Revaluar a la persona

Se habla siempre de que el paciente debe confiar incondicionalmente en el profesional que le atiende; pero la logoterapia invita a la perspectiva contraria: a que el profesional crea incondicionalmente en su paciente, en base a los recursos espirituales del mismo, aunque a veces estén ocultos. Es necesario un poco de valentía para resaltar las capacidades intactas, el núcleo personal íntegro y la belleza interna del paciente. La logoterapia intenta percibir los aspectos positivos del paciente: los lados buenos presentes y las buenas posibilidades de expansión futuras que, aunque adormecidas, le son potencialmente propias.

Con Frankl hemos definido el amor como una doble percepción de la persona amada: en su forma real y en su forma óptima. Eso significa no dejar pasar la oportunidad de confrontar a un paciente con sus aspectos positivos. En vez de no valorar, hay que revaluar. La franqueza es una cuestión de honestidad y no se trata de repartir cumplidos sin ningún motivo; pero lo que sí se puede hacer es poner acentos: en primer lugar sobre los recursos disponibles y luego con la confrontación del interlocutor con sus buenas posibilidades de expansión futuras.

Esto es más complicado porque requiere de una intuición que no se puede crear y que sólo aparece en el transcurso de un acompañamiento íntimo y espiritual del paciente. Y necesita, aunque pocas veces sea suficiente, de la citada confianza incondicional inversa. Entonces no se está exigiendo demasiado, sino acompañando al ser humano a la cima de su dimensión más elevada.

b) Contribuir a la claridad

La logoterapia debe ser una ayuda en el esfuerzo por iluminar la cualidad de videncia interior de las personas que sufren y, para ello, hay que ofrecerles un material relevante con el que pueda enfrentarse espiritualmente (y, aunque conviene ser flexibles, este material no puede darse en forma de consejos directos). Se contribuye a la claridad cuando ayudamos a frenar interpretaciones precipitadas, pues es claro lo mucho que nos podemos equivocar al interpretar los actos de los demás. Otra forma de contribución consiste en poner de manifiesto las contradicciones y motivar al paciente para que renuncie a las insinuaciones ocultas.

El profesional debe dirigir una demanda al paciente: “ayúdame a entenderte”, que es un excelente factor de comunicación, porque genera claridad de forma rápida y sin crítica, especialmente para el destinatario de esa demanda, y genera una reacción distinta en cada uno.

c) Jugar con alternativas

El ser humano libre, adulto y consciente de su responsabilidad está lleno de alternativas. Ante ello, el diálogo terapéutico debe ocuparse principalmente de preparar el terreno y jugar con dichas alternativas, lo que es de gran importancia. Si dos personas tienen una manzana cada una y las intercambian, cada persona tendrá una manzana como antes. Pero si dos personas tienen una idea cada una y las intercambian el resultado será fenomenal, porque cada persona tendrá dos ideas.

Algo parecido ocurre con el malabarismo genuinamente logoterapéutico que se realiza en el espacio libre y fantástico de la persona. El terapeuta inicia el juego socráticamente: “¿qué pasaría si...?”. “¿se imagina que...?”. Y el paciente empieza a soñar. Y, soñando, anticipa sus más elevadas posibilidades. Con este juego el logoterapeuta aspira a ampliar el campo de visión del paciente. (Equilibrio y curación a través de la logoterapia).

d) Seguir las huellas del sentido

Elisabeth Lukas explica este elemento de conversación recordando cómo: “Viktor E. Frankl quería superar una serie de ismos, entre ellos el constructivismo y el subjetivismo vulgares. Él sabía que la búsqueda de sentido no se puede asociar a la arbitrariedad individual. Es una búsqueda de la verdad, y no tanto de la verdad histórica como de la verdad ética. Sin embargo, la verdad siempre es sólo una”. (Logoterapia. La búsqueda de sentido).

Pero hay que ser modestos, pues nadie conoce la única y completa verdad. Lo que no es óbice para que podamos extendernos hacia ella con humildad y conocimiento, con calma y confianza. Desde esta perspectiva, en la conversación logoterapéutica hay un esfuerzo “por unir a las personas con su voz interior. Seguimos el rastro de aquello que les ha sido solicitado o encomendado justamente a ellas, en el nombre de la vida, de su conservación y de su desarrollo. Lo que descubrimos no siempre es fácil y deseado, pero es una bendición y su efecto es sanador” (Logoterapia. La búsqueda de sentido).

La importancia de este “seguir las huellas de sentido” hace afirmar a Lukas que: “Quizás nuestros argumentos verbales sean, al fin y al cabo, secundarios, y nuestro convencimiento de que la vida tiene un sentido incondicional que no se pierde bajo ninguna circunstancia sea nuestro medicamento principal. Y este convencimiento es el que se traslada no pocas veces al paciente”. (Logoterapia. La búsqueda de sentido).

e) Conclusión

Los elementos de conversación se entremezclan entre sí y caracterizan las intervenciones logoterapéuticas, pero también se incluyen, en un ámbito más general, dentro de una “retórica del amor”: “Porque cuando las personas se comunican de forma afectuosa, se dirigen hacia lo mejor de su prójimo, hablan con claridad y generando claridad, dispensan benevolencia a la libertad de su interlocutor y apoyan a éste en la aventura de la búsqueda conjunta de sentido” (Logoterapia. La búsqueda de sentido).

En efecto: “El amor no tiene miedo (palabras clave: reevaluar a la persona), el amor no enmascara (palabras clave: contribuir a la claridad), el amor no encadena (palabras clave: jugar con alternativas) y el amor no exige ni exime (palabras clave: seguir las huellas del sentido). Y, sobre todo, el amor tiene infinitos idiomas y signos”.

Por eso Lukas hace suya la sabia receta de Frankl, según la cual “lo importante de una técnica de conversación en psicoterapia nunca es la técnica en sí, sino el espíritu con el que se aplica. La técnica no servirá de nada mientras se ciña exclusivamente a prescribir recetas, pero su resultado será milagroso si está impregnada del espíritu del amor”. (Logoterapia. La búsqueda de sentido).

IV.- APLICACIÓN DEL ANÁLISIS EXISTENCIAL Y DE LA LOGOTERAPIA EN LA ORIENTACIÓN NO-CLÍNICA

Viktor Frankl escribía en 1947 unas reflexiones que nos parecen vigentes en la actualidad:

“En un tiempo como el actual, en el que las masas se encuentran en un estado de emergencia y sufrimiento psíquico sin igual, es más necesario que nunca tratar de remediarlo. No sólo el personal médico especializado, sino también personas del ámbito de la política cultural y de la religión son conscientes de su responsabilidad respecto de esta situación. Saben que a través de la educación, y ante todo a través de ella, es preciso salvar a la humanidad actual de una caída definitiva en el abismo. Aquí se perfila algo como la exigencia de una psicoterapia social, o la necesidad de una psicohigiene colectiva. Nosotros, sin embargo, tenemos que preguntarnos: ¿qué orientación psicoterapéutica debería sentirse más llamada a contribuir a esta tarea que una orientación cuya máxima superior y principio supremo, cuyo imperativo culmina en el llamamiento a la conciencia de responsabilidad? Y más aún después de tanto tiempo de irresponsabilidad y de educación de la irresponsabilidad...

“Sin embargo, la tarea de la que aquí se trata no puede ser realizada por nadie individualmente, ni aunque dispusiere de capacidades personales ilimitadas. Su cumplimiento tiene que ser obra de muchos. En efecto, el esbozo de esta obra está en el aire. Por supuesto, esto mismo en el doble sentido de la expresión: primero, en el sentido de que todos aquellos que están animados de buena voluntad, en la medida en que ven el mundo con ojos abiertos, la conocen; y, en segundo lugar, en el sentido en que la fundamentación ideológica y científica de esta obra sigue aún pendiente de realización, por lo que, justamente, está en el aire. Nosotros luchamos por esa fundamentación, y con nosotros, muchos otros. Y si, además de la lucha, se alcanza con ello una victoria, tal victoria estriba en la vivencia edificante de ver cómo todos tiran realmente de la misma cuerda. Por eso, lo que hace falta es promover esa comunidad invisible y, con ello, su obra” (La psicoterapia en la práctica clínica).

Ante este sufrimiento tan generalizado, apela a una “psicoterapia social” o “psicohigiene colectiva” que culmine en el llamamiento a la conciencia de responsabilidad. Hemos hablado de la orientación clínica de la logoterapia, que debe hacerse por profesionales de la salud, como psiquiatras y psicólogos clínicos. Pero abordamos también cómo el análisis existencial y las técnicas y actitudes del proceder logoterapéutico pueden aplicarse también en la orientación no-clínica. Seguimos a José Benigno Freire, en su obra “El humanismo de la logoterapia de Viktor E. Frankl”.

Justificación de la orientación no-clínica de la logoterapia.

La logoterapia recibe la crítica frecuente de su escasa eficacia clínica al indicarse sólo para las neurosis noógenas. La logoterapia es una psicoterapia que arranca de la dimensión espiritual del hombre y que aprovecha la fuerza de lo espiritual como palanca de su acción terapéutica. Frankl hablaba de que el análisis existencial es una terapia dentro de lo sano. Puede resultar especialmente válida para la psicohigiene y la madurez del hombre sano. En este sentido, la logoterapia ejerce su mejor acción y eficacia psicohigiénica en el ámbito de lo no-clínico. Así lo explica Frankl:

“La frustración existencial que no se ha convertido en patógena, que, si se puede decir así, permaneció ligera, no precisa menos del análisis existencial que la neurosis noógena. Sólo que entonces el análisis existencial no es una terapia de neurosis ni, por tanto, tampoco un ámbito exclusivo del médico, sino que interesa de la misma forma al filósofo y al teólogo, al pedagogo y al psicólogo; pues éstos se deben ocupar en la misma medida que el médico de la duda sobre el sentido de la existencia. Así, pues, se constata que, mientras la logoterapia es una terapia tanto específica como inespecífica y la cura de almas médica por lo menos sigue siendo médica, el análisis existencial va más allá de estas indicaciones en la medida en que su objetivo en realidad no es solamente médico. En este sentido, en nuestra opinión, es legítimo que la Asociación Argentina de Logoterapia Existencial incluya una sección específica para no médicos. Antes como ahora, la psicoterapia, en el sentido de una psicoterapia de neurosis, sigue siendo asunto exclusivo del médico; pero no es que por esto se deba reservar al médico la psicohigiene, la profilaxis de enfermedades neuróticas, incluyendo las neurosis noógenas. De aquí resulta que el análisis existencial puede significar una medida salvadora” (Logoterapia y análisis existencial).

Teniendo en cuenta lo que es la logoterapia en el ámbito clínico, no debemos impedir que un asistente social, un pedagogo, un sacerdote, etc., ofrezcan consejo y asistencia a personas que se cuestionan o buscan un sentido en su vida y a personas víctimas del vacío existencial. Esta visión existencial que ofrecemos puede interesar al filósofo y al teólogo, al pedagogo y al asistente social, y la logoterapia facilita la aplicación de algunas técnicas y actitudes que elevan el nivel de una entrevista de orientación. A Frankl le preocupa el proporcionar un punto de apoyo, un anclaje espiritual a la persona que atraviesa una crisis en su existencia y que no (por ello) cabe considerar enferma.

“El problema del sentido de la vida no se plantea de un modo típico solamente en los años de la adolescencia, sino que en ocasiones es, como si dijéramos, el propio destino quien lo plantea, por ejemplo con motivo de una vivencia cualquiera que sacuda y haga estremecerse al hombre. Y así como la problemática del sentido de la vida, en el período de la adolescencia, no representa en rigor nada enfermizo, tampoco debe considerarse como patológica la angustia espiritual del hombre luchando con el contenido de la vida”. (Psicoanálisis y existencialismo).

Frankl ya manifestó esta inquietud desde muy joven y promovió centros de consulta psicopedagógicos gratuitos para la juventud en dificultades. Advierte ya entonces que los síntomas patológicos típicos del vacío existencial necesitan enfrentarse mediante una nueva forma de intervención: una relación de ayuda mediante la cual sea posible recuperar la percepción de la significatividad de la vida y la capacidad de decidir responsablemente el propio destino.

Habla de una verdadera “reeducación” de las personas, con una finalidad de “profilaxis” y “prevención del suicidio”. Para ello es necesaria cierta formación psicológica, pero más importante es la calidad personal y la aptitud humana. Se trataba de ofrecer a los jóvenes que lo necesitaban “una persona a quien puedan dirigirse sin timidez ni temor, puesto que se dirigen a ella no como enfermos ni como clientes sino como un ser humano a otro ser humano”. (Escritos de juventud).

Al cobijo del análisis existencial y la logoterapia, surge un proceder orientador de gran valor para la psicohigiene y de gran eficacia para acompañar al hombre y ayudarlo a solventar las problemáticas y las crisis humanas que conducen a la madurez y a sortear los inevitables envites que toda existencia lleva aparejados. El análisis existencial ofrece la inestimable aportación de presentar una acabada visión del hombre que, por su carácter dinámico, bien puede considerarse un modelo humanístico de personalidad, que se formula en un esquema sencillo flexible y ágil, pues su intención primera es la de servir de fundamento a la acción logoterapéutica.

La logoterapia, en resumen, ofrece y aporta:

- Un modelo dinámico de personalidad, que encaja con el ser concreto, singular y único en su peculiar situación existencial.
- Permite, en la acción orientadora, no perder de vista ninguno de los aspectos que configuran al hombre en su unidad-totalidad.
- Al ofrecer un modelo de psicología humanística, destaca dos notas importantes. Acentúa el concepto de persona, como fundamentación sólida de la personalidad. Y encauza y dirige la personalidad hacia el ideal de madurez.
- Este proceder orientador puede resultar psicohigiénico, madurativo, para el hombre sano y normal. Más que descubrir o escuchar conflictos de la persona, entresaca de este panorama sintomático la raíz que otorga unidad, principio o relación a los problemas personales y existenciales, que están imbricados entre sí. Objetivo de las entrevistas iniciales es una función diagnóstica.

Técnicas y actitudes nacidas del proceder logoterapéutico aplicables a la orientación no-clínica.

Aunque la logoterapia utiliza técnicas, “es más que una simple técnica, es un arte y va más allá de la pura ciencia, es sabiduría. Pero, en última instancia, no es solo sabiduría. La sabiduría es insuficiente sin el toque humano” (Fundamentos y aplicaciones de la logoterapia). “Abordar a los seres humanos sólo en términos de técnicas implica manipularlos, y hacerlo meramente en términos de dinámicas supone cosificarlos, convertirlos en meras cosas. Y ellos inmediatamente sienten y se dan cuenta de la cualidad manipulativa de nuestro enfoque y de nuestra tendencia a cosificarlos”. Destaca, Frankl, la importancia del encuentro humano, y cómo “es la técnica de la humanidad la que puede preservarnos de la inhumanidad de la técnica”. (Teoría y terapia de las neurosis).

José Benigno Freire señala las principales técnicas y actitudes que se pueden aplicar:

a) Actitud orientadora por excelencia: escuchar a la persona

La logoterapia enseña que el orientador, antes de encauzar el diálogo, debe escuchar con atención a la persona entrevistada. Y ello por tres razones:

1. Las entrevistas de orientación no se fundamentan en el establecimiento de una relación médico-enfermo, son más consejo humano que acción técnica. Por ello el orientador precisa crear un clima de confianza emotiva para que la otra persona se sienta comprendida y ayudada (lo que técnicamente se denomina “relación de amistad-prestigio entre iguales”). Es preciso aprender el arte de dirigir el diálogo para que la persona entrevistada se sienta con confianza para desahogarse y explicitar sus conflictos y problemas, tanto personales como existenciales.
2. En la medida en que la persona explicita lo que le preocupa, revelando parte de su intimidad, facilita al orientador el poder ajustar y acertar con el diagnóstico de la situación, y este buen diagnóstico será la base de la eficacia en la resolución del problema y del plan a proseguir en el curso de la orientación.
3. Por el fuerte efecto terapéutico de la función catalizadora que suele acompañar a la verbalización de la problemática interior.

b) Buscar los valores concretos que mueven a la persona a la acción

La tarea orientadora, al no estar fundamentada en la relación médico-enfermo, se encuentra legitimada para introducir en su acción técnica el sentido de la vida en su condición abstracta (filosofía de la vida, actitudes existenciales, creencias religiosas...). Pero el orientador debe evitar convertir las entrevistas en una sesión de didactismo o adoctrinamiento exhortativo o moralizante. Para ello cuenta con un arma privilegiada: el tono logoterapéutico, entre irónico y socrático, enseña a convertir al paciente en el protagonista que descubre gradualmente el sentido que la vida le propone como meta o misión.

Sea cual sea la cosmovisión o sistema de creencias de la persona, el análisis existencial muestra y demuestra que ello converge, en la práctica, en el cumplimiento del deber de hoy. Como destaca Freire: “Hasta aquí hemos de conducir al sujeto, porque ahí, y sólo ahí, se fragua y se resuelve cualquier sentido de la vida, y representa el espacio idóneo y único para la psicohigiene y la felicidad. Consumar el sentido de la vida consiste, en última instancia, en realizar los valores concretos que reclama el menudo deber cotidiano” (El humanismo de la logoterapia de Viktor Frankl).

Y apelar a esos valores concretos significa también encontrar un sólido apoyo para el cambio de actitud o de conductas. “A los valores concretos que impulsan al cumplimiento del deber se asocian y despiertan las emociones y los sentimientos correspondientes; las emociones y los sentimientos son raíz psicosomática de las acciones del hombre. Luego, podemos servirnos de esa fuerza emocional para encauzarla en la dirección que la persona precise para solventar su problemática personal o existencial” (El humanismo de la logoterapia de Viktor Frankl).

c) Entrenar a la persona a reírse de sí misma

Entrenar a la persona a reírse de sí misma es aplicar a la orientación personal el principio psicológico de fondo sobre el que se asienta la técnica de la “intención paradójica”, utilizando los beneficiosos efectos en la personalidad del sentido del humor. Éste distancia al sujeto de los acontecimientos sin desvincularlo de lo real. Y este distanciamiento permite al sujeto dar relieve y perspectiva a los acontecimientos existenciales y sus repercusiones personales, lo cual facilita, al jerarquizarlos, su solución gradual y progresiva.

También el humor oxigena la existencia al rebajar las tensiones emocionales que acompañan al sujeto cuando se siente desbordado o presionado por la inmediatez de los acontecimientos.

d) Entrenar a la persona a olvidarse de sí misma

Entrenar a la persona a olvidarse de sí misma no es otra cosa que aplicar a la orientación personal el principio psicológico de fondo sobre el que se asienta la técnica de la “derreflexión”. El olvidarse de uno mismo es, o bien un corolario o un fundamento del sentido del humor, cuando éste se entiende como una actitud interior que emerge de un realístico posicionamiento existencial.

Además, destaca Freire, que este olvidarse de uno mismo: “produce en el sujeto una focalización en la tarea a realizar que rentabiliza la eficacia en la propia acción y rebaja las tensiones acumuladas por la excesiva intención (hiperintención) o por la excesiva atención (hiperreflexión) en la tarea o en el sujeto. (El humanismo de la logoterapia de Viktor Frankl).

Sin embargo, su efecto es más profundo pues apela al núcleo mismo de la unidad-totalidad. En efecto, según el pensamiento frankliano, el hombre sólo encuentra su sentido personal trascendiendo el propio yo, es decir, autotrascendiéndose, lo que para Frankl es la esencia de la existencia.

e) Situar a la persona frente al deber cercano

Situar a la persona frente al cumplimiento del deber cercano e inmediato constituye un procedimiento dialogal para ayudarla a comprender el contenido irrenunciable de su responsabilidad respecto a su existencia. “Todo deber le es dado siempre al hombre de un modo concreto solamente, en la concreción de lo que el hombre “debe” hacer precisamente “aquí y ahora”. Los valores absolutos, objetivos, se convierten, así, en deberes concretos, se traducen en las exigencias del día y en los deberes personales” (Psicoanálisis y existencialismo).

Añade también V. Frankl: “En última instancia, es indiferente el puesto que una persona ocupe; lo que importa, fundamentalmente, es cómo trabaja y si ocupa realmente o no el lugar en que se halla situado. No es, pues, la mayor o menor magnitud de su radio de acción lo que importa, sino solamente el que llene o no el círculo de sus deberes”. Por ello, “un hombre corriente que cumpla realmente con los deberes concretos que le plantean su familia y su profesión es, a pesar de la pequeñez de su vida, más grande y ocupa un lugar más alto que cualquier gran estadista que tenga en sus manos la posibilidad de disponer de un plumazo de la suerte de millones de hombres, pero que no gobierne sus actos ni tome sus decisiones con arreglo a la conciencia del deber”. (Psicoanálisis y existencialismo).

f) Ensayar con la persona la proyección de sus acciones en el presente

Con este proceder se pretende convencer al paciente de una manera plástica de que goza de libertad para erigirse en protagonista de su propia existencia, como ser facultativo que es. Si proyectamos en el futuro las previsibles consecuencias de las distintas respuestas que la persona puede dar ante el cumplimiento del deber de hoy, se puede observar cómo variará, o variaría, el sentido de la propia existencia en virtud de los comportamientos actuales. Los actos en el presente, desde el ángulo de la propia libertad, modelan las posibilidades y los caminos existenciales del futuro, así como sus consecuencias futuras.

Alejandro de Barbieri dice: “La logoterapia es un enfoque que hace más énfasis en el futuro que en el pasado, considerando que el futuro es el que realmente determina nuestro pasado. Una paradoja existencial: el modo en que nos proyectamos determina lo que vivimos y no al revés. Hemos crecido enmarcados en un modelo determinista, que nos dice que el pasado determina nuestro futuro. Es así que esta interpretación de la realidad fue dejando al ser humano sin libertad, sin capacidad de decidir, limitándose a desempeñar un guión ya escrito en los primeros años de su vida” (Economía y felicidad. Una vida con sentido).

Si se enlaza este proceder con el mencionado anteriormente, en toda entrevista de orientación, jamás se pierde de vista la ecuación antropológica básica de la logoterapia: ser hombre es igual a ser libre y responsable. Y esta ecuación antropológica básica es una formulación compatible con cualquier sentido de la vida (en su conceptualización abstracta) que parta de una ética natural.

g) Aprovechar los efectos psicosigiénicos de la noodinámica

Es necesario, en un primer paso, mostrar a la persona que la noodinámica (la tensión entre el ser y el deber ser) es una íntima tensión psicológica que fluye lógica y espontáneamente de la estructura ontológica del ser y de las coordenadas realísticas de la existencia. Lejos de suponer un estorbo o un impedimento a la acción o a la madurez del hombre, es un recurso inevitable y beneficioso para la psicosigienencia y el crecimiento interior. Manejar la tensión que nace de la solicitud a la acción que insta al hombre en la dirección señalada por la dimensión espiritual (noodinámica) es el camino, a menudo escarpado, pero imprescindible, que conduce progresiva y gradualmente a la psicosigienencia y a la madurez.

V.- LOGOTERAPIA Y EDUCACIÓN: LA LOGOEDUCACIÓN

Hay una estrecha relación entre la logoterapia y la educación. Aquella se define como una educación a la responsabilidad, encerrando un evidente potencial pedagógico. Ello se encuentra en íntima conexión con la aplicación, fuera del ámbito clínico, del análisis existencial y de la logoterapia. Profundizamos ahora, con unas ideas básicas, en este tema de gran actualidad en los ámbitos especializados.

La logoterapia como logoeducación

El IV Congreso mexicano de logoterapia, celebrado en junio de 2008, se presentó con el título: La logoterapia es más que una terapia: hacia una propuesta educativa.

Nos dice Leticia Ascencio: “En sentido estricto, la logoterapia representa una intervención clínica orientada a curar un tipo particular de neurosis (las llamadas neurosis noógenas), en sentido más general es un método integrador utilizado en una gama más amplia de molestias psicológicas y existenciales, pero en sentido profiláctico y preventivo es una forma de educación en la responsabilidad”

Frankl tiene múltiples referencias sobre este tema: “Vivimos en una época de creciente difusión del concepto de vacuidad. En esta época, la educación ha de tender no sólo a transmitir conocimientos, sino también a afinar la conciencia, de modo que el hombre preste atento oído para percibir el requerimiento inherente a cada situación. En unos tiempos en que los diez mandamientos han perdido, al parecer, su vigencia para tantas personas, el hombre tiene que estar capacitado para percibir los 10.000 mandamientos encerrados en 10.000 situaciones, con las que le confronta la vida. Y esto no sólo hace que la vida le parezca plena de sentido, sino que él mismo se inmuniza contra el conformismo y el totalitarismo, estas dos secuelas del vacío existencial.

De una u otra manera, la educación es hoy más que nunca una educación para la responsabilidad. Y ser responsable significa ser selectivo, ir eligiendo, aprender a distinguir entre lo que es esencial y lo que no lo es, entre lo que tiene sentido y no lo tiene, entre lo que es responsable y lo que no”. (Ante el vacío existencial).

Ascencio plantea la distinción entre logoterapeuta y logoeducador: “Tenemos por un lado al logoterapeuta ejerciendo la logoterapia como acción terapéutica. Por otro al logoeducador ejerciendo igualmente la logoterapia como labor de orientación. Ambos se fundamentan igualmente de la filosofía y antropología de Viktor Frankl, pero su ámbito de trabajo es distinto, lo mismo que sus actividades profesionales; por lo tanto, sus conocimientos y destrezas deben ser específicos para la labor que cada uno realiza. Y esto debe reflejarse en la formación profesional”.

Características que debe tener un logoeducador:

- una base sólida de conocimientos en la teoría logoterapéutica, que le permita su comprensión y apropiación;
- tener unas técnicas de enseñanza, comunicación y manejo de grupos, herramientas de autoconocimiento que lo lleven a descubrir sus propios recursos y habilidades, y que le permitan ocupar su lugar insustituible en la relación;
- y una plataforma de lanzamiento a través de contactos institucionales que le permitan ir poniendo en práctica esta actividad.

El logoeducador ha de ser un catalizador de la voluntad de sentido, sobre todo a través de su mediación personal, que actúa sobre el educando a través de lo que es, antes incluso de lo que sabe, hace o dice. Es como un pontífice, persona que crea puentes para mejorar las relaciones. La tarea de la educación consiste en cultivar los sueños más allá de las necesidades. “El educador es aquel que sabe ‘soñar a los demás como no son todavía’. Y es precisamente en esto en lo que consiste el amor educativo según Frankl: en tener viva la tensión entre el ‘ya’ y el ‘todavía no’, entre el ser actual y el deber-ser”. (Leticia Ascencio)

Frankl en su concepción del amor nos dice: “Amar significa poder decirle “tú” a alguien; pero no sólo esto, sino poder decirle también “sí”, esto es, no sólo aprehenderle en toda su esencia, en su individualidad y unicidad, sino aceptarle en lo que vale. Así pues, no consiste en ver sólo el “ser-así-y-no-de-otro-modo” de una persona, sino en ver al mismo tiempo su “poder-ser”, su “deber-ser”, esto es, ver no sólo lo que realmente es, sino también lo que puede ser o lo que deberá ser. En otras palabras, citando una hermosa frase de Dostoiesky: ‘Amar significa ver a la otra persona tal como la ha pensado Dios’...No se puede decir que el amor verdadero es ciego; esto sería válido, a lo sumo, para el enamoramiento. El amor verdadero devuelve la vista a los hombres, y no sólo esto, sino que además los convierte en clarividentes, en profetas, pues ver los valores del ser amado significa ver lo que es una simple posibilidad, esto es, no una realidad, sino algo que se va a realizar” (La psicoterapia al alcance de todos)

Una “pedagogía de las alturas”

Daniele Bruzzones es una referencia ineludible en esta materia. En su obra “Pedagogía de las alturas. Logoterapia y educación” analiza las claves de lo que debe ser la logoeducación. Frankl elaboró una psicología de las alturas para complementar la psicología de lo profundo de Freud. El alpinismo sirve de metáfora y ejemplo del ascender de la existencia, porque “es al confrontarse consigo mismo, mirando una idea o una meta por alcanzar, que el ser humano vence sus límites y desarrolla en plenitud sus potencialidades. La educación debe presuponer siempre en las personas esta capacidad espiritual de autotrascendencia y apuntar permanentemente a un objetivo futuro y más alto. (Pedagogía de las alturas).

Frente a la postura del neurótico, que siempre que habla de sí mismo tiende a creer que su ser-así actual responde a un no-poder-ser-de-otra-forma, la logoterapia presta una atención privilegiada a la dimensión del crecimiento y del cambio. En esta mirada, la fenomenología ofrece una clave de lectura epistemológica, ontológica y metodológica que permite pensar en la educación retornándola a su vocación original de ser soporte para la proyección existencial de una manera auténtica.

La educación, y todavía más, la existencia es antes que nada cuidado (sorge). Hay que comprenderla como la promoción y el desarrollo de las posibilidades propias y singulares de cada uno, y sobre todo como llamada permanente a la autonomía del sujeto. “Desde un punto de vista fenomenológico y existencial, tener cuidado en el sentido pedagógico significa cultivar en el sujeto educativo la pasión por el cuidado de sí mismo”. (Pedagogía de las alturas).

Esta referencia al cuidado de sí mismo no debe entenderse en un sentido egocéntrico. La voluntad de sentido es una fuerza motivacional que conduce a la autorrealización personal en la medida en que se produce el encuentro existencial con el sentido. La autorrealización nunca puede ser un objetivo en sí misma, sino que aparece como consecuencia del logro del sentido existencial, que exige la autotrascendencia. Ésta significa que el hombre en último término puede realizarse sólo en la medida en que logra la plenitud de un sentido fuera en el mundo, no dentro de sí mismo: el hombre sólo será él mismo y, justamente, tanto más hombre será cuanto que se olvide y se pase por alto, se deje a sí mismo atrás, al servicio de algo, de la consecución de su sentido, consagrándose a un deber o a otra persona.

Frankl defendió una técnica de la humanidad frente a la inhumanidad de la técnica. Según la tradición fenomenológica, contrapuso la actitud personalista a la naturalista impuesta por el positivismo. El análisis existencial de Frankl contribuye a la construcción de una pedagogía fenomenológico-existencial, al poner en el centro la cuestión crucial de toda fenomenología y el corazón de toda ciencia humana: la exigencia de sentido.

Claves de la pedagogía de las alturas

a) El ser humano es un proyecto: una pedagogía fundamentada antropológicamente.

La naturaleza educativa de la intervención logoterapéutica tiene sus raíces en la experiencia juvenil de Frankl. Cuando promovió los centros psicopedagógicos gratuitos para la juventud, constató que los síntomas patológicos del vacío existencial necesitaban una nueva forma de intervención: una relación de ayuda mediante la cual sea posible recuperar la percepción de la significatividad de la vida y la capacidad de decidir responsablemente.

Se trataba de una verdadera reeducación de las personas, con una finalidad de profilaxis y prevención del suicidio, en especial entre jóvenes. Toda opción educativa posee una dimensión antropológica de fondo que debe ser explicitada. El análisis existencial frankliano recupera la autonomía de la dimensión espiritual y concibe la altura como auténtica

profundidad del hombre, ofreciendo una importante contribución a la definición de una pedagogía fundamentada antropológicamente. La formación de la personalidad no es la expresión controlable del automatismo de un aparato psicofísico, sino el resultado impredecible de la autonomía de una existencia espiritual. Si la existencia tiene una estructura proyectual, la acción educativa es auténtica cuando se basa en el presupuesto antropológico de la libertad individual y cuando se dirige a promover la autonomía y la autenticidad.

Lo que incide más en el devenir de la personalidad es la capacidad de entender o querer un sentido o valor, de decidirse por alto o por alguien. Y cuando uno decide no sólo se limita a decidir algo sino que se decide a sí mismo. No sólo actúo conforme a lo que soy, sino que me voy convirtiendo en lo que actúo. Cada decisión es una autodecisión y la autodecisión es siempre una autoconfiguración. Y mientras configuro el destino, la persona que soy forma el carácter que tengo: de esta manera se forma la personalidad en que me convierto. Una decisión repetida favorece el paso del actus al habitus: estructura progresivamente las actitudes, los rasgos y las disposiciones habituales de la personalidad.

El cuidado educativo, en el sentido fenomenológico y existencial, se propone como intervención dirigida a custodiar y sostener a posibilidad de decidir y de decidirse, desarrollando márgenes de trascendencia respecto a un ser arrojado existencial frecuentemente no elegido ni deseado. Desde el momento en que todo proyecto auténtico se fundamenta en la decisión, la educación se centra esencialmente sobre la capacidad de elegir, como expresión plenamente madura de una existencia autónoma y responsable. El cuidado educativo encuentra entonces su razón de ser en el esfuerzo por cultivar en el sujeto educativo el deseo de tener cuidado de sí mismo, donde tener cuidado de sí mismo significa esencialmente llenar la propia vida con sentido. En resumen, la educación en sentido logoterapéutico es una pedagogía no sólo centrada-en-la-persona, sino también fundamentalmente orientada-al-sentido.

b) “Afinar la conciencia”: una pedagogía orientada hacia el sentido

Frankl rechaza los modelos tradicionales impositivos, pues la verdad a la que el sujeto debe ser llevado se impondrá por sí misma, en cuanto sea descubierta efectivamente como verdad propia. El análisis existencial no debe interferir en la elección de los valores y en su disposición jerárquica; sino que únicamente debe conducir al hombre allí donde de forma autónoma, libre y responsable, logre descubrir las propias tareas y ve en su vida un sentido no anónimo sino irrepetible y único. Si se conduce al hombre hasta allí, será él mismo el que responda a esa llamada de forma concreta y creativa. El educador no debe imponer, sino actuar como “un catalizador” de la voluntad de sentido. Un maestro nunca puede dar a sus alumnos un sentido, sino un ejemplo: el de su dedicación y devoción personal a la búsqueda de la verdad y de la ciencia.

El logoeeducador es como un “técnico de la intencionalidad”, un verdadero “facilitador” en la búsqueda de sentido, un compañero de viaje en el difícil paso de la inautenticidad de la dispersión a una progresiva apertura al mundo de los significados y valores, hasta la asunción de una plena responsabilidad de decidir. (Pedagogía de las alturas).

Frankl destaca el papel de la conciencia como órgano de sentido, como capacidad intuitiva de descubrir el sentido único y singular escondido en cada situación. “La educación ha de tender no sólo a transmitir conocimientos, sino también a afinar la conciencia, de modo que el hombre preste atento oído para percibir el requerimiento a cada situación”. (Ante el vacío existencial).

Ante la abundancia de mensajes, estímulos e incentivos que recibe el hombre de hoy, apunta que “hoy más que nunca la educación es educación a la responsabilidad. Si el hombre en medio de todo este torbellino de estímulos quiere sobrevivir y resistir a los medios de comunicación de masas, debe saber qué es o no lo importante, qué es o no lo fundamental; en una palabra, qué es lo que tiene sentido y qué es lo que no lo tiene”. (La presencia ignorada de Dios).

Hay algo de revolucionario en estas palabras, sobre todo en la alternativa radical entre una educación que apunta a transmitir conocimientos, principalmente orientada a la conservación del pasado, (en la que el sujeto es destinatario de un saber y una verdad que le preceden y lo trascienden: él debe limitarse a aprenderlos) y una educación que apunta a afinar la conciencia (en la que el sujeto mismo es el generador del saber y de la verdad).

Frankl parece afirmar que la transmisión de nociones nunca es, de por sí, educativa. Por ello, según Bruzzone: “el objeto específico de la educación es el sujeto, es decir, la conciencia. Y puesto que la conciencia es la sede de una serie de operaciones (sentir, pensar, evaluar, elegir, amar...) la educación debe ocuparse principalmente no de los contenidos, sino más bien de procesos” (Afinar la conciencia).

Esto significa que no es importante sólo qué cosa se aprende, sino también (quizá sobre todo) cómo se hace. “No es tanto el conocer que nos salvará, sino el saber pensar; la capacidad de pensar podría ser la materia, la disciplina fundamental que se enseñe en las escuelas. “El conocer (Hannah Arendt) tiene como fin la construcción del saber; el objeto del pensar, en cambio, es la búsqueda de significado. La ciencia produce conocimiento y, por lo tanto, permite explicar algunos hechos de vida. Pero solamente el pensamiento y la reflexividad consentirán comprender el significado de la vida misma” (Afinar la conciencia).

La diferencia entre la educación del conocimiento (transmisión) y la educación del pensamiento la relaciona Bruzzone con la importante distinción entre preguntas ilegítimas y preguntas legítimas. Las primeras serían “aquellas para las cuales siempre hay una respuesta preconcebida, aquéllas que se refieren a un saber acumulado y organizado, y no a las cuestiones vivas y a los problemas pendientes con los cuales las personas se enfrentan en el mundo real”: es la educación del conocimiento. (Afinar la conciencia).

La educación al pensamiento, “en cambio, consiste en el aprender a hacer preguntas legítimas, para las cuales todavía no existe una respuesta predefinida, o, por lo menos unívoca, preguntas hipotéticas que formulen suposiciones que deben ser analizadas en sus implicaciones y consecuencias. Y si éste es el objetivo de la educación, no hay duda de que la logoterapia ha captado una forma metodológica ventajosa, remitiéndonos al gran modelo histórico de una discusión razonada, la conversación clásica de hombre a hombre: el diálogo socrático.

c) La sabiduría del infinito preguntar: el valor metodológico del diálogo socrático

La relación de ayuda es interpretada por Frankl como una intervención de carácter noético, que, desde el punto de vista del procedimiento, se inspira abiertamente en el modelo clásico del diálogo socrático. La logoterapia se califica originalmente como una intervención de tipo no sólo terapéutico sino (también y sobre todo) de carácter educativo que, por su peculiar función mayéutica en el sentido socrático, Frankl consideraba una especie de obstetricia espiritual.

Ya Sócrates percibió en el procedimiento dialógico la posibilidad generadora de participar en el origen de la vida a nivel espiritual y formativo (educar: exducere). “No se trata sin embargo de simplemente hacer emerger a la consciencia un conocimiento previo (Platón), ni de reapropiarse de un pasado incómodo o de un inconsciente reprimido (Freud), sino de encontrar un camino inédito hacia un futuro lleno de significado y una perspectiva de sentido y de valores por realizar”. (Pedagogía de las alturas).

En el método socrático el discurso breve, rápidamente alternado, pretende sustituir al discurso largo y vacío. Se parte de la afirmación del “no saber”, poniéndose en la postura de quien debe aprender y no enseñar, utilizando la ironía como elemento esencial. El “saber que no sabes” es una condición irrenunciable de la búsqueda de sentido y del aprendizaje. Y la ironía no es un mero artificio ni una muestra de hipocresía, sino que tiene una fuerza pedagógica. No se trata de ayudar al interlocutor a generar una verdad que ya posee implícitamente sino de un generar juntos, en el que el educador se une con el educando en un proceso de búsqueda, respecto al cual no se distingue por la capacidad de conocer anticipadamente los resultados, ni mucho menos por la autoridad de definir previamente los contenidos, sino por la única ventaja de conocer mejor el camino-a-través-del-cual (meth’odos) conseguirlo. La calidad de la relación persona-a-persona es importante no sólo como un dispositivo metodológico funcional sino sobre todo como un presupuesto ontológico. Frankl relacionaba autotranscendencia y autorrealización: “El Yo sólo se convierte en tal a través de un Tú”.

Queda por señalar finalmente un peligro que hay que evitar, que es el del eventual “diálogo sin logos”. Constituyente del diálogo es tanto la dualidad (duo-logos) como la intencionalidad (dia-logos). (Pedagogía de las alturas). El diálogo carente de su referente intrínseco de intencionalidad no se puede llamar auténtico y cae fácilmente en el psicologismo. Más que ante un diálogo, nos encontraríamos ante un monólogo recíproco. La clave de la educación se puede establecer: “en la diferencia que existe entre interrogar (en el sentido de exigir una

respuesta prevista a una petición de información igualmente predecible en base a la enseñanza recibida) y preguntar (plantear un interrogante en la medida de lo posible abierto y sin solución preconcebida como para estimular la reflexión y la construcción compartida de conocimiento” (Pedagogía de las alturas). “La relación dialógica es educativa siempre que sea intencional. No basta la intimidad del encuentro.

d) La asimetría educativa

Si la existencia se alimenta de la polaridad entre el ser y el deber-ser, el ser humano necesita de un sano grado de tensión entre aquello que ya es y aquello que todavía no es, entre lo real y lo ideal. Sin esta tensión la existencia se atrofia, se cae en la apatía y el aburrimiento, y se deja de crecer. Frankl constata que “en la actualidad la gente carece de tensión”, lo que es fomentado por una “educación que sigue fundamentándose en la teoría homeostática, que se guía por el principio de que debe imponerse a los jóvenes la menor cantidad posible de demandas”.

Esta educación inculca una intolerancia a la frustración y una inmunodeficiencia psíquica. Ante ello, la educación debe salvaguardar la “asimetría” que se manifiesta en la citada polaridad, proponiendo deberes y modelos capaces de catalizar la voluntad de sentido y de estimular la autotranscendencia. (Fundamentos y aplicaciones de la logoterapia).

Esto requiere de los educadores “una mirada capaz de llegar más allá de la evidencia (o, mejor, más allá de la obviedad y el descontento de la costumbre) para captar lo posible”. (Afinar la conciencia). Frankl consideraba que, para ser plenamente realistas (cuando se trata de las personas) siempre es necesario ser idealista; o sea, apuntar al máximo absoluto, si se quiere obtener el máximo relativo.

Lo explicaba con un símil aeronáutico: “A este propósito, recuerdo siempre lo que me dijo mi profesor de vuelo californiano: ‘Suponiendo que quiero volar hacia el Este mientras sopla un viento de costado del norte, mi avión se desviará hacia el sudeste. Si entonces pongo mi aparato rumbo hacia noreste, volaré de hecho en dirección Este y aterrizaré donde quiero aterrizar’. ¿No ocurre lo mismo con el hombre? Si lo tomamos simplemente como es, lo hacemos peor. Si lo tomamos como debe ser, entonces lo convertimos en lo que puede llegar a ser. Pero esto no me lo dijo mi profesor de vuelo californiano. Esto es una sentencia de Goethe”. (Ante el vacío existencial).

Tomando otro ejemplo como el alpinismo, nos dice Frankl que sólo el afrontamiento de dificultades permite a las personas desarrollar los recursos para superarlas. A diferencia de otros deportistas, que compiten entre ellos, el escalador compite consigo mismo tratando de forzar la frontera de lo humanamente posible. “El escalador extremo no intenta crear necesidades, sino descubrir posibilidades”. El educador como precursor que precede al educando, muestra las metas y posibilidades, pero “no puede, en ningún caso, sustituir a quien lo sigue, ni imponer su propio itinerario como el único posible, ni obligar a nadie a proponerse el mismo objetivo”. (Afinar la conciencia)

Frankl nos explica ese papel del educador como precursor o provocador, en contraposición al de pacificador de conciencias. Lo hace del siguiente modo: “El sentido no ha de coincidir con el ser; el sentido va por delante del ser. El sentido marca la pauta al ser. La existencia se quiebra a menos que sea vivida en términos de autotranscendencia hacia algo más allá de sí misma”.

“Viendo las cosas desde este ángulo, podríamos distinguir entre personas que marcan la pauta y personas conciliadoras: las primeras nos enfrentan a los sentidos y a los valores, ayudando a orientarnos así en el sentido; las últimas aligeran el peso de la confrontación con el sentido”. Los pacificadores de conciencias apaciguan a las personas y dicen: “¿Por qué os preocupáis por vuestras deficiencias? Sólo unos pocos viven según sus ideales. De modo que olvidémosles; cuidemos de la paz de nuestra mente, del alma, y no de esos sentidos existenciales que sólo provocan tensiones en los seres humanos”. (Psicoterapia y existencialismo).

Frankl destaca esa función de precursor, pero lejos de todo adoctrinamiento, pues provocar la voluntad de sentido quiere decir “dejar que el sentido brille por sí mismo”, de modo que quien se impone no es el educador sino el sentido mismo. “El logoterapeuta no es pintor, sino oculista”, pues el pintor pinta la realidad como él la ve, mientras que el oculista ayuda al paciente para que pueda ver la realidad tal como es para el paciente, ampliando su campo de visión para un sentido y unos valores. Dilata también su campo existencial, acompañando a los sujetos a que aprendan a hacer experiencias de sentido, poniéndolos en contacto genuino con el mundo, y permitiéndoles disponer “de un horizonte de significados y valores más vasto y diverso dentro del cual proyectar su existencia”. (Afinar la conciencia).

e) El cuidado logopedagógico en el encuentro con la existencia herida

Hay una relación muy estrecha entre el cuidado que ofrece la logoterapia en sentido terapéutico y el cuidado en sentido logopedagógico. Hay cierta continuidad entre ambos que hace difícil fijar sus límites y separarlos. “El cuidado terapéutico se lleva a cabo en un ámbito clínico y en presencia de particulares criticidades que obstaculizan el desarrollo, o de problemas certeros (aunque no necesariamente de carácter psicopatológico); el cuidado educativo, en cambio, se lleva a cabo en el contexto más amplio de la cotidianidad y en relación con situaciones ‘normales’ de la existencia. Ambas tienden a asegurar un nivel de salud que, cada vez más, coincide con un estado de bien-estar integral (psicofísico, relacional y existencial).

Con respecto a dicha situación de bienestar, “una interviene en modo esencialmente reparatorio, la otra en modo preparatorio. Pero ambas están dirigidas al cuidado existencial que todo ser humano debe asumir, desde el momento que se encuentra ‘arrojado’ en el mundo y tiene que prevenir la ‘caída’ proyectándose con sentido” (Afinar la conciencia). En los dos casos, se trata de conferir o restaurar al sujeto la capacidad de decidir por sí mismo y de dar forma a su propia existencia. “La esencia del cuidado (desde el cuidado materno hasta el médico y el pedagógico) consiste en cuidar a alguien para que él aprenda a cuidarse de sí mismo. Cómo una persona aprende a cuidar de su propia existencia es lo que une a la logoterapia con la educación, ya que ambas se dirigen a la persona espiritual para que se apropie de la vida y la transforme, de destino anónimo, en una obra auténtica” (Afinar la conciencia).

Respecto a esa apropiación de la vida y proyección con sentido, hay que recordar que las personas tienen la posibilidad de encontrar sentido en su vida realizando alguna obra, tarea o trabajo (a través de los “valores de creación”), o bien mediante la contemplación del arte, la naturaleza o de la singularidad irrepetible de la persona amada (“valores vivenciales”). Sin embargo, en situaciones de sufrimiento, pérdida o enfermedad, la persona se ve enfrentada a circunstancias inevitables en las que no parecen tener cabida o se ven dificultados dichos valores, por lo que su existencia parecería abocada al sin-sentido.

Frankl se oponía a esta conclusión porque en dichas situaciones el hombre tiene la posibilidad de dar sentido mediante la realización de “valores de actitud”. En estos casos el terapeuta, orientador o educador se encuentra con una tarea fundamental: ayudar a las personas a conquistar la capacidad de soportar el propio sufrimiento. Cuando se pierde la posibilidad de cambiar la realidad exterior, queda la posibilidad de una autoconfiguración: cambiarse uno mismo en la realidad interior mediante la elección de una actitud adecuada en relación a las condiciones externas no elegidas o deseadas.

“Al cumplir un sentido, el hombre se realiza a sí mismo. Si cumplimos el sentido del sufrimiento, realizamos lo más humano del ser humano, maduramos, crecemos, crecemos más allá de nosotros mismos. Incluso cuando nos enfrentamos sin remedio y sin esperanza, enfrentados a situaciones que no podemos modificar, incluso entonces estamos llamados y se nos pide que cambiemos nosotros mismos”.

“Nadie lo ha descrito con más exactas palabras que Yehuda Bacon, encerrado cuando era todavía un niño, en el campo de concentración de Auschwitz, quien se preguntaba qué sentido podían tener los años que tuvo que pasar en Auschwitz: ‘Cuando era niño, pensaba contar al mundo lo que había visto en Auschwitz, con la esperanza de que este mundo cambiara al fin. Pero el mundo no ha cambiado, el mundo no quería saber nada de Auschwitz. Sólo más tarde he llegado a comprender el auténtico sentido del dolor. El sufrimiento tiene sentido si tú mismo te cambias en otro’”. (Ante el vacío existencial).

Existe un misterioso e implícito poder educativo en el sufrimiento que permite verlo como una oportunidad para transformar, a través de un especial metabolismo, esa materia prima que es el destino en madurez y crecimiento personal: “El sufrimiento, el auténtico, no es sólo una obra, sino un incremento. Cuando asumo un sufrimiento, cuando lo hago mío, crezco, siento un incremento de fuerza: hay una especie de metabolismo. La esencia del metabolismo consiste en una transformación de sustancias, material bruto, en fuerza. En el plano humano se trata de la transformación de ese material bruto que es el destino, el doliente ya no puede configurar el destino externamente, pero el sufrimiento le capacita para dominar el destino desde dentro, transportándolo del plano de lo fáctico al plano existencial...Eso se llama crecer” (El hombre doliente).

Ello exige la aceptación de la realidad; aceptación que es en sí misma una forma de acción que transforma a la persona en su interior. También en las situaciones “límite” de la vida, la persona está llamada a superarse, a olvidarse de sí misma, a ofrecerse a una causa o tarea que realizar, a otra persona a quien amar o a un Dios a quien servir. Sólo entonces el dolor podrá encontrar un “para qué” (que no un “por qué”). Debo pasar del plano de las preguntas al de las respuestas. No se trata de centrarme en encontrar un “por qué” racionalmente convincente, sino tener un “para qué” o un “para quién”: Sólo desde la trascendencia se puede encontrar el sentido último del sufrimiento”. “De modo que el sufrimiento, para tener sentido, no puede ser un fin en sí mismo...Al aceptarlo, no sólo lo afrontamos, sino que a través del sufrimiento buscamos algo que no se identifica con él: trascendemos el sufrimiento” (El hombre doliente).

Quien acompaña en la vivencia de una existencia herida debe recordar a su interlocutor que es la vida quien nos interroga continuamente y que el secreto de su significatividad no consiste tanto en recibir respuestas convincentes, sino más bien en saber responder a la vida.

Hemos de recordar las palabras de Frankl en “El hombre en busca de sentido” al referirse a la atención a sus compañeros de cautiverio: “Cualquier intento de restablecer la fortaleza interna del recluso bajo las condiciones de un campo de concentración pasa antes que nada por el acierto en mostrarle una meta futura. Desgraciado de aquel que no viera ninguna meta. La respuesta típica que solía dar ese hombre a cualquier razonamiento que tratara de animarle, era: “Ya no espero nada de la vida”.

“¿Que respuesta podemos dar a estas palabras? Lo que de verdad necesitamos es un cambio radical en nuestra actitud ante la vida. Tenemos que aprender por nosotros mismos, y después enseñar a los desesperados, que en realidad no importa que no esperemos nada de la vida, sino si la vida espera algo de nosotros. Tenemos que dejar de hacernos preguntas sobre el significado de la vida y, en vez de ello, pensar en nosotros como en seres a quienes la vida les inquiriera continua e incesantemente” (El hombre en busca de sentido).

El cuidado logopeduativo nos recuerda que el verdadero drama de muchas personas no consiste tanto en tener que sufrir, sino en sufrir a solas o sin una perspectiva de sentido. Ante ello, la logoterapia ofrece un horizonte de sentido y herramientas para un cuidado de la existencia que permanece aún en las situaciones más desesperadas: el tiempo del sufrimiento puede ser un tiempo en el que, lejos de apagarse para siempre, se refuerce el amor por la vida.

f) La técnica de la humanidad. El logopeduador y el método fenomenológico

Frankl no codificó rigurosamente un método de intervención (a excepción de las técnicas de la derreflexión y de la intención paradójica). La razón, probablemente, hay que encontrarle en su temor de que la logoterapia pudiera ser interpretada como una técnica más de psicoterapia, cuando su objetivo principal era rehumanizar la psicoterapia, destacando que la personalidad y el estilo del terapeuta inciden en la calidad de la relación mucho más que las técnicas que utiliza.

¿Quién es logoeeducador y cómo puede ser formado?

El logoeeducador se reconoce por un cierto tipo de enfoque y por un espíritu que, sin dudarlo, se definiría como “fenomenológico” (Afinar la conciencia). No encontramos con la importancia del factor humano. Nos dice Frankl que la psicoterapia implica “una ecuación con dos incógnitas: $z = x + y$. en la ecuación x representa la unicidad irrepitable de la personalidad del paciente, e y , la cualidad no menos única e irrepitable de la personalidad del terapeuta. Con otras palabras, no cualquier método se deja aplicar en todos los casos con las mismas expectativas de éxito, ni todo terapeuta puede manejar cualquier método con la misma eficacia. Y lo que vale para la psicoterapia en general vale en particular también para la logoterapia” (La psicoterapia en la práctica clínica).

De esto se desprende que el encuentro terapéutico no es, en modo alguno, ni previsible ni determinable, por lo que no caben recetas universalmente válidas; existiendo un amplio campo para la individualización y la improvisación, lo que choca con la pretensión científica de racionalizar, prevenir y controlar el proceder. La psicoterapia es más que una técnica, en cuanto que es un arte. Va más allá de la ciencia, en cuanto que es sabiduría.

A diferencia de lo que ocurre con la técnica, en las relaciones de ayuda nada puede sustituir la humanidad de las personas que representa el verdadero factor decisivo y, por lo tanto, el principal instrumento de trabajo. En el encuentro de persona a persona acontece algo que no es técnicamente producible, pero que es existencialmente significativo. La psicoterapia, decía Binswanger, no se puede reducir a un servicio, dado que es, en su esencia, un “fenómeno coexistencial”, que es eficaz si logra establecer una auténtica relación interhumana entre el terapeuta y el paciente. “Cada terapeuta, en definitiva, debe convertirse en un buen fenomenólogo si quiere ser un buen terapeuta. Lo mismo se puede decir del logo-educador, el cual, con más razón, además de los métodos y las técnicas, debe poder contar con un recurso fundamental: el propio factor humano. Cultivar la humanidad, entonces, se convierte en el primer indispensable criterio formativo” (Afinar la conciencia).

En las profesiones de la salud y del cuidado, y también en ámbitos no sanitarios, como los del trabajo social y educativo, el distanciamiento afectivo, la tecnificación, la mercantilización de los servicios...son factores que alejan la práctica del cuidado clínico (to cure) del cuidado en el sentido existencial (to care). Quien debe dedicarse al cuidado de las personas y de su fragilidad no puede evitar una cierta implicación emotiva, ni siquiera queriéndolo, porque el encuentro con la humanidad del otro plantea siempre interrogantes de sentido y de sentimientos que exigen ser reelaborados.

“A menudo los profesionales no cuentan con la capacidad para hacerlo y se refugian en un distanciamiento defensivo que no sólo perjudica a los usuarios, sino también a ellos mismos: la indiferencia, de hecho, le resta a la práctica de la cura su sentido más profundo y originario. De ese modo, el exceso de distancia produce quizás índices más altos de burn-out de los que produce el exceso de implicación”. (Afinar la conciencia).

Para estar en contacto con situaciones existencialmente difíciles “sin refugiarse en el distanciamiento y en el anonimato, también un educador debe aprender dos cosas, entre ellas complementarias: concentrarse en el otro y trabajar continuamente en sí mismo, porque se puede cuidar a los demás sólo en la medida en que nos cuidemos a nosotros mismos”. (Afinar la conciencia). Los cuidadores deben educarse tanto en las dimensiones del saber y del saber hacer como en la del ser, pues no deben recurrir simplemente al uso de lo que saben, sino, antes que nada, al uso de lo que son.

Es necesario cultivar una auténtica capacidad emotiva y relacional cuyo primer elemento es el conocimiento emotivo que se califica por su calidad de ampliación del sí, que implica un doble movimiento: “por un lado, salida del yo hacia aquello que está afuera para acogerlo, para brindar hospitalidad; por otro lado, intensificación de la experiencia en sí, contacto con la profundidad”. (Afinar la conciencia). Se trata de adquirir un mejor conocimiento de sí para comprender mejor a los demás, con una evidente trascendencia ética.

“La identificación empática no es sólo un fenómeno de carácter psicológico, sino más bien un acto moral: ella es una verdadera matriz de respuestas moralmente adecuadas. La empatía se traduce así en responsabilidad, ella nos permite captar las necesidades del otro y corresponderlas concretamente. Por tanto, en el trabajo terapéutico y educativo, se debe desarrollar esa peculiar sensibilidad que capacite a “hacerse cargo” de las necesidades del otro. De lo contrario, la relación de ayuda se convierte en un mero ejercicio de habilidad, pero se la vacía internamente” (Afinar la conciencia).

La mejor forma de comprender a otro es entrar en su “visión del mundo” y ser capaz de ver su mundo a través de sus ojos. Este intento de captar el mundo del otro tal cual él lo vive y lo percibe es el fundamento del planteamiento fenomenológico. Lo podemos lograr a medida que prescindamos de representaciones estandarizadas de las personas y de sus necesidades, que el saber ha sistematizado, pero que no siempre coinciden con la realidad que enfrentamos, pues esta realidad no se da jamás independientemente de lo vivido por las personas que la experimentan.

Se trata, en definitiva, de “afinar la mirada”, con una actitud de asombro ante el mundo, que resista la tentación de atribuir a cada fenómeno (persona, situación) lo “ya-dicho”, lo “ya-visto” o lo “ya-sabido”. “Esto permite realizar el principio fenomenológico por excelencia; el de la fidelidad al fenómeno y del respeto a lo que se manifiesta. En el ámbito de la labor educativa y social, eso resulta absolutamente indispensable: ‘saber captar’ el modo de ser propio de cada uno”. (Afinar la conciencia). La esencia de la fenomenología, quizá, sea precisamente esa: aprender a “tener los ojos bien abiertos” y a ejercitar la sensibilidad.

Interesa destacar que esta mirada no es puramente intelectual sino afectiva. Como dice Frankl: “No podemos acercarnos a la esencia de una persona mientras que en nuestros esfuerzos por conocer a los demás nos limitemos y confiemos simplemente en lo racional y en lo racionalizable. Si queremos tender un puente de persona a persona (y esto es válido también para un puente de conocimiento y comprensión) las cabezas de puente no tienen que ser precisamente las cabezas, sino los corazones. La sensibilidad puede ser más delicada que sagaz la inteligencia” (La psicoterapia al alcance de todos).

El comportamiento fenomenológico, desde este punto de vista, puede ser definido, al decir de Bruzzone, como “un estilo existencial, un modo atento y sensible de ser-en-el-mundo”. Recordemos que para Frankl: “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. Por el acto espiritual del amor se es capaz de ver los trazos y rasgos esenciales en la persona amada; y lo que es más, ver también sus potencias: lo que todavía no se ha revelado, lo que ha de mostrarse. Todavía más, mediante su amor, la persona que ama hace posible que el amado manifieste sus potencias. Al hacerle consciente de lo que puede ser, logra que esas potencias se conviertan en realidad” (El hombre en busca de sentido).

Así aclara Frankl que el modo de acceso al otro no es cognitivo sino existencial. El conocimiento cognitivo es adecuado para captar objetos, cosas; pero la persona es justo lo que no es cosa. Por ello no cabe con ella una mera relación instrumental, sino una relación de encuentro. Y el encuentro para Frankl, es fundante de la persona. Aquí no cabe ni el anonimato ni la impersonalidad.

El educador fenomenólogo cuando se encuentra ante una situación nueva, no la relaciona inmediatamente con aquello que “se dice” o “se piensa”, sino que trata de captar el perfil original, auténtico y único. Aceptando su pobreza de certezas se dispone a ver lo esencial, sabiendo poner entre paréntesis lo que se conoce en el momento adecuado. Destaca Bruzzone que “quien no sabe prescindir de sus propias seguridades (conceptos teóricos, sistemas de acción, hábitos consolidados), no es capaz de sorprenderse por nada; corre el riesgo de no ver más el mundo, sino solamente la lente a través de la cual lo mira. Finalmente, sin darse cuenta, cae en la charlatanería o en el equívoco” (Afinar la conciencia).

Si el principio de la fenomenología es la autenticidad de la experiencia, es necesario que un profesional sepa generar de su experiencia un nuevo saber. Es decir, que sea reflexivo: no limitándose a aplicar técnicamente sus conocimientos a los problemas que a diario se le presentan, sino sabiendo buscar soluciones inéditas y produciendo, de ese modo, nuevos conocimientos. El profesional, y en especial el educativo, no puede eximirse de interrogar continuamente a su propia experiencia para extraer la sabiduría que una ciencia aséptica y abstracta nunca podrá alcanzar.

Recordando la afirmación de Heidegger (“la ciencia no piensa”) Bruzzone advierte: “Quien considere que desempeñar un trabajo social o educativo solamente requiere espíritu pragmático y habilidad práctica se equivoca. Si el alma de este trabajo es la ‘cura de la vida’, entonces, es necesario aprender a pensar las cuestiones más profunda, aquellas del sentido y del no sentido de la existencia. La actitud reflexiva (incluso filosófica) pues, indudablemente, forma parte de la competencia profesional de un operador que tiene que manejar cotidianamente los desafíos de la existencia y, muchas veces, hacer frente a las emergencias de la vida. Desde este punto de vista, el supuesto conocimiento de los expertos corre el riesgo de resultar inútil o hasta contraproducente porque “deshabilita” la actitud a la reflexión”. (Afinar la conciencia).

En la experiencia sedimentada a través del tiempo hay un saber latente. Con la reflexión los profesionales desarrollan la capacidad de observarse a sí mismos en una situación, de indagar sobre sus propios modos de pensar, sentir y actuar y logran aprovechar lo que, de otro modo, en la fragmentariedad de una acción rutinaria o apresurada, corre el riesgo de perderse. No basta atravesar repetidamente un cierto tipo de situaciones para acumular experiencia, si no se filtra lo que se ha vivido. La tarea logo-educativa, en definitiva, es sólo marginalmente un trabajo de tipo técnico y es, en cambio y, sobre todo, una labor creativa que, en cierto modo, requiere empezar desde el principio con cada persona y con cada situación.

FIN

LOGOTERAPIA Y ANÁLISIS EXISTENCIAL

Sebastián Tabernero Capella

ÍNDICE

I.- INTRODUCCIÓN. EL LOGOS.

II.- LA IMAGEN LOGOTERAPÉUTICA DEL HOMBRE.

A) Axiomas fundamentales

1.- La voluntad de sentido

2.- Sentido de la vida

El suprasentido o supersentido

3.- Libertad de la voluntad

El pandeterminismo.

B) La ontología dimensional

Las dos leyes de la ontología dimensional

El antagonismo noopsíquico

Los cuatro criterios distintivos o dialécticas del antagonismo noopsíquico

a) La dialéctica del destino y la libertad

b) La dialéctica de la propensión a enfermar y la constitución intacta

c) La dialéctica de la orientación al placer y la orientación al sentido

d) La dialéctica entre el carácter y la personalidad

C) Diez tesis sobre la persona

III.- EL DIÁLOGO EXISTENCIAL: LA LOGOTERAPIA COMO FORMA DE CONVERSAR

A. La logoterapia como terapia específica y no específica, y la “cura médica de almas”

Los métodos o técnicas de la logoterapia

- a) La intención paradójica
- b) La derreflexión
- c) La modulación de la actitud

Los recursos espirituales de la logoterapia

- a) Autotrascendencia
- b) Autodistanciamiento

B. El itinerario logoterapéutico

C. Problemas principales a los que se aplica esta forma de conversar

- a) El problema de la ambivalencia: el individuo indeciso
- b) El problema de la no aceptación: el individuo encallado en la protesta
- c) El problema de la ignorancia: el individuo atrincherado en la indiferencia

D. Algunas reflexiones sobre una “retórica del amor”

IV.- APLICACIÓN DEL ANÁLISIS EXISTENCIAL Y DE LA LOGOTERAPIA EN LA ORIENTACIÓN NO-CLÍNICA

Justificación de la orientación no-clínica de la logoterapia

Técnicas y actitudes nacidas del proceder logoterapéutico aplicables a la orientación no-clínica

- a) Actitud orientadora por excelencia: escuchar a la persona**
- b) Buscar los valores concretos que mueven a la persona a la acción**
- c) Entrenar a la persona a reírse de sí misma**
- d) Entrenar a la persona a olvidarse de sí misma**
- e) Situar a la persona frente al deber cercano**
- f) Ensayar con la persona la proyección de sus acciones en el presente**
- g) Aprovechar los efectos psicosigiénicos de la noodinámica**

V.- LOGOTERAPIA Y EDUCACIÓN: LA LOGOEDUCACIÓN

La logoterapia como logoeducación

Una “pedagogía de las alturas”

Claves de la pedagogía de las alturas

- a) El ser humano es un proyecto: una pedagogía fundamentada antropológicamente**
- b) “Afinar la conciencia”: una pedagogía orientada hacia el sentido**
- c) La sabiduría del infinito preguntar: el valor metodológico del diálogo socrático**
- d) La asimetría educativa**
- e) El cuidado logoeducativo en el encuentro con la existencia herida**
- f) La técnica de la humanidad. El logoeducador y el método fenomenológico**