

Crecimiento personal
COLECCIÓN



M^a. Ángeles Noblejas

**PALABRAS PARA UNA
VIDA CON SENTIDO**

2^aEdición

Desclée De Brouwer 

**PALABRAS PARA UNA VIDA
CON SENTIDO**

2^a Edición



M^a Ángeles Noblejas de la Flor

48

**PALABRAS PARA UNA VIDA
CON SENTIDO**

2^a Edición

Crecimiento personal
C O L E C C I Ó N

Serendipit 

Desclée De Brouwer 

Diseño de colección: Luis Alonso

© M^a Ángeles Noblejas de la Flor, 2000

© EDITORIAL DESCLÉE DE BROUWER, S.A., 2000

Henao, 6 - 48009 Bilbao

www.edesclée.com

info@edesclée.com

Impreso en España - Printed in Spain

ISBN: 84-330-1488-9

Depósito Legal:

Impresión:

*A Antonio,
M^a Ángeles, Pablo, Elena,
Carmen y Enrique*

ÍNDICE

Introducción	11
CAPÍTULO I - Libertad	15
Libertad y espiritualidad	22
El problema de la voluntad libre	29
Libertad “frente a” y libertad “para”	31
Cuestiones para la reflexión	40
CAPÍTULO II - Responsabilidad	41
El hastío del espíritu	44
Capacidad de autotranscendencia	52
Responsabilidad “de qué” y “ante qué o quién”	58
Cuestiones para la reflexión	62
CAPÍTULO III - Conciencia	65
Consideraciones sobre el término “conciencia”	65
Conciencia y actuación en el mundo	70
Conciencia y descubrimiento del sentido	74
Cuestiones para la reflexión	79

CAPÍTULO IV - Voluntad de sentido. 81
 Ante el vacío existencial. 94
 Cuestiones para la reflexión 99

CAPÍTULO V - Sentido de la vida 103
 Sentido “de la vida cotidiana” 104
 Suprasentido 109
 Sentido en el dar: valores de creación 115
 Sentido al recibir: valores vivenciales o experienciales. 118
 Sentido en la adversidad: valores de actitud 120
 Cuestiones para la reflexión 141

Bibliografía 143



INTRODUCCIÓN

El hombre es un ser de grandes posibilidades para bien y para mal. En nuestra época esto podemos constatarlo sin grandes esfuerzos: por un lado vemos un desarrollo tecnológico que nos capacita para hacer del mundo una “aldea global” y, por otro, hambre, analfabetismo, capacidad irracional de destrucción...

Desde el punto de vista del desarrollo humano y la madurez personal y colectiva de personas y pueblos podemos decir que cada época tiene su propio mal y su propio camino de avance. ¿Cuál es el mal de nuestra época?, ¿qué nombre podríamos darle a las trabas personales y colectivas que sufrimos en nuestro proceso de convertirnos en personas y humanidad?, ¿dónde se encuentran nuestras mayores posibilidades? Es importante responder a estas preguntas pues reconocer el mal es el primer paso hacia su solución y potenciar lo positivo la mejor forma de ir reduciendo aquel a la vez que aumentamos el bien.

Sin pretender entrar a realizar aquí un análisis sociológico de las características de nuestra civilización globalizada y neoli-



beral, sí podemos situarnos en una línea de reflexión que nos ayude a comprender mejor algunas experiencias centrales de nuestra vida personal y colectiva. En este contexto, decimos que el mal de nuestra época es el “sinsentido”, la falta de sentido de lo que vivimos, y que la respuesta a esta situación sería, por tanto, la entrega a tareas personales y colectivas que plenifiquen la existencia de todo ser humano.

Antes de la II Guerra Mundial el hombre estaba deslumbrado por el camino de progreso científico y tecnológico emprendido. No es de extrañar, por tanto, que pudiera surgir un sentimiento tal de poderío y dominio sobre la tierra que le hiciera olvidar, o al menos relegar, su cualidad de “co-creador”, pasando a creerse “creador”.

La experiencia del horror de esa gran guerra devuelve al ser humano la pregunta por el sentido de lo que hace y lo que vive. ¿Qué sentido tiene todo el progreso si lo utilizamos en contra del mismo hombre?

Esa pregunta se mantiene en todos los órdenes de nuestra vida. ¿Qué sentido tiene la satisfacción por parte de la sociedad de consumo de todas nuestras necesidades e, incluso, la creación de nuevas necesidades para satisfacerlas, si la necesidad fundamental del ser humano, la necesidad básica de sentido, permanece ignorada y descuidada?

¿Qué sentido tiene el contar con una capacidad científica y tecnológica de mejora genética vegetal, de producción de alimentos, de investigación sobre la salud... si ello no redunde en una alimentación sana y equilibrada, en una buena salud... para todos? ¿Qué sentido tiene el contar con una capacidad científica y tecnológica de procesamiento e intercambio de in-



formación... si ello no redundará en una cultura humanizante y humanizadora para todos?

Que nuestra vida personal y colectiva tenga sentido pasa por dejar expresarse y desarrollarse a nuestra capacidad de entrega, de salir de uno mismo y autotranscenderse, en un proyecto de vida a nivel personal y colectivo.

La vía de personalización y humanización se encuentra en la búsqueda y realización de valores que nos atraen y por los que nos decidimos libremente. Todo ser humano, toda comunidad, todo pueblo, necesita contar con un acervo de valores que oriente la formación de actitudes y la realización de conductas y comportamientos concretos.

Una vida así orientada la percibimos y experimentamos como una vida con sentido ya que lo que hacemos se dirige hacia algo o hacia alguien; es decir, no es una existencia centrada (ocupada y preocupada) en sí misma, sino que se dirige –se orienta– hacia el mundo y hacia los otros.

Ofrecemos en este libro algunas palabras para una vida con sentido. Pretenden estimular la reflexión y el diálogo con el lector contando con ejercicios y cuestiones para favorecer la interacción escritor-lector.

Su concepción responde a una estructura de comprensión del ser humano y del mundo basada en una corriente terapéutica determinada: la logoterapia.

La logoterapia suele recibir el apelativo de tercera escuela vienesa de psicoterapia y podemos definirla como una *“corriente psicoterapéutica y de orientación que se centra en la respuesta a la pregunta sobre el sentido de la vida de un ser humano y está basada en una imagen analítico-existencial del hombre y del mundo”*. Su crea-



dor fue el médico neurólogo, psiquiatra y filósofo vienés Viktor Frankl, quien además de tener todos estos títulos fue sobreviviente de cuatro campos de concentración. Aparte de con su experiencia profesional, en su cautiverio su concepción fue validada sobremanera. Él mismo dijo que el sentido de su propia vida era acompañar a quienes buscan el sentido de su vida o afrontan el sufrimiento de una vida para ellos sin sentido.

Desde esta perspectiva el libro se centra en cuestiones centrales para toda existencia humana, que se van abordando en los diferentes capítulos.

Su objetivo de estimular la reflexión, la interioridad y el diálogo con uno mismo y, en su caso, con otros, puede hacer aconsejable un ritmo de lectura pausado y meditativo, más que ágil y de mera comprensión racional (si el lector acepta tal objetivo).

Estas palabras cumplirán, en alguna medida, una función si llegan a responder al objetivo pretendido de comunicación, diálogo y contraste de ideas y experiencias.



1

LIBERTAD

La libertad ha sido un anhelo a lo largo de toda la historia de la humanidad y, en la organización que los hombres han dado a sus sistemas sociales, la forma de concebirla y vivirla ha sido un elemento central. Por ejemplo, la división estructural entre hombres libres y esclavos marcó las relaciones humanas durante muchos siglos y la lucha por la libertad de quienes estaban en situación de esclavitud ha sido una tónica de humanización de nuestro devenir histórico. Esta lucha ha sido un afán que ha motivado y movilizó colectivos y pueblos en distintas épocas y contextos, en favor de la consecución de diferentes tipos de libertades.

No obstante, nos podemos preguntar, ¿en su esencia, el ser humano es libre realmente? Y si lo es, ¿qué tipo de libertad tiene? ¿Existe libertad real ante nuestra herencia y nuestro ambiente social, político y cultural? ¿No somos “nada más que” procesos biológicos con funciones psicológicas y desempeño de roles sociales? Si es así, ¿qué sentido tiene la vida humana?, ¿somos de una forma y no podemos ser de otra manera?...



Si consideramos la persona como un ser determinado por su biología, su psicología y su inserción en un grupo y cultura concretos, ¿no estamos dejando al margen su capacidad de afrontar su situación, tomar una postura personal ante ella, y su posibilidad de influir en el entorno?

En esta reflexión sobre la libertad vamos a partir de nuestra experiencia. Hagamos un pequeño ejercicio.

Recorta del primer periódico o revista que veas la primera ilustración que te encuentres y escribe una redacción sobre ella. No hay normas ni de extensión, tema, estilo... Si esto no te es posible en este momento por no disponer de una revista o periódico, puedes realizar el ejercicio de la siguiente forma.

A continuación tenemos varias ilustraciones, pero sólo has de realizar el ejercicio sobre una de ellas. Para saber cuál es la que te corresponde tienes que tener en mente el día de tu nacimiento. Si la fecha está en los diez primeros días del mes te ha correspondido la primera figura, si cae entre los días 11 a 20, tu figura es la segunda, pero si el número corresponde a alguno entre 21 y 31, te ha tocado la tercera. Una vez que sabes sobre qué ilustración centrarte, haz la composición sobre ella.

Figura 1



Figura 1. Cedida por Enrique Alarcón.



Figura 2



Figura 2. Cedida por Carmen M. Saa.

Figura 3



Figura 3. Cedida por Concha Sanz.



A cada uno le habrá resultado más o menos fácil o difícil la realización del ejercicio, con más o menos dudas o escepticismo. Pero cada uno, en primer lugar, ha tomado su decisión con respecto a lo que se ha encontrado en este libro: ¿hago lo que me han propuesto o no?, ¿tiene algún sentido hacerlo? Si el lector lo ha hecho puede seguir contrastando su experiencia con las sugerencias que el ejercicio pretendía despertar. Si no lo ha realizado, también se ha enfrentado (de otra manera) al tema de la libertad, con la toma de esta pequeña decisión. En este caso podrá ver claramente la relación entre tomar una decisión y la referencia que ello comporta a un sentido que se descubre en la situación. Aspectos que posteriormente iremos analizando.

Quien ha realizado el ejercicio puede experimentar que ha logrado una expresión personal (más o menos rica en contenidos, implicación personal, estilo formal, etc.) y si otra persona lo lee puede percibir algo de esa manifestación personal. Dicha expresión ha sido posible a pesar de no haber elegido sobre qué ilustración querría o podría expresarse mejor.

Nadie, en la realización de este ejercicio, como en la vida, puede elegir, en principio, el material con el que cuenta. La foto le ha sido dada, igual que la vida a cada uno de nosotros nos da un material con el que contar para vivirla (una biología, unas capacidades psicológicas de partida, una familia de referencia, un ambiente social, cultural, económico, político, etc.) y somos nosotros quienes lo vamos adaptando, modificando, dándole nuestra propia forma en el fluir del tiempo de nuestra historia (en el cual nos vamos encontrando también nuevos elementos que nos vienen nuevamente dados). El hombre siempre puede dejar su sello, su expresión personal, en la vivencia de cualquier situación y circunstancia.



En otras palabras, podemos experimentar la libertad personal a pesar de los condicionamientos. No ha sido cada uno el que ha elegido el material, pero si ha sido uno mismo quien ha escrito su propia historia, a pesar de los condicionamientos. Ello es también una expresión ante los demás con implicaciones en el ambiente en que el sujeto desarrolla su vida. Igual sucede en nuestra vida. Contando con una base que no elegimos, nos vamos haciendo a nosotros mismos, nuestra vida y nuestro mundo. Nos movemos en una *dialéctica entre la esfera de lo que nos es dado*, lo que tenemos, nos sucede o nos llega, sin ser elegido por nosotros (aspectos que podemos llamar “destino”, aunque no en el sentido de algo predestinado o marcado por los astros, Dios, etc.) *y la esfera de nuestra actuación ante ello y con ello* (nuestra respuesta), *que es el ámbito de nuestra libertad*. El hombre es capaz de responder libremente a las condiciones puestas por el destino.

Así pues, existen dos esferas en tensión dentro de la existencia del ser humano: una no libre, en la que las acciones del hombre están dictadas desde acciones o circunstancias que no puede controlar, y otra que corresponde al espacio libre en el que la libertad del hombre es incondicionada. En esta línea, la persona puede entenderse en relación con la metáfora de un velero (Acevedo 1998, pg. 10):

“Un velero es impulsado por el viento, por lo que es el viento (la causa) el que mueve; sin embargo, no es el viento sino el navegante (protagonista) el que, al mover las velas, le da la dirección y el sentido al andar del velero, y este andar puede ser en la dirección del viento o en la dirección contraria, de acuerdo a cómo el navegante coloque sus velas frente a la situación que le es dada: la dirección del viento. Lo mismo sucede en el hombre; los observables en las dimensiones social, familiar y educativa son condicionantes, igual que el viento, pero es la persona espiritual, como el



navegante, quien enfrenta con sus velas el viento para llegar a su destino. No debemos dejar de observar la dirección del viento, como tampoco dejar de estudiar los condicionantes en la existencia del ser humano; pero es imprescindible tener en cuenta su carácter de condicionante. El error frecuente es el de asignarles el carácter de “amo y señor” de la dirección y el sentido, pues tanto en el velero como en la vida, el sentido surge de la actitud con que los enfrentamos.”

Vamos orientando nuestra acción y nuestra vida en el sentido que elegimos, aprendiendo a ser nosotros mismos al ir manejando esa dialéctica entre destino y libertad. El siguiente texto (Acevedo, 1998, pg. 20-21) puede acompañarnos en nuestra reflexión personal sobre este tema:

“La vida

En el juego de naipes que es la vida
cada cual juega lo mejor que sabe
las cartas que le han tocado
Quienes insisten en querer jugar
no las cartas que le han tocado
sino las que creen que debería haberles tocado
son los que pierden en el juego
No se nos pregunta si queremos jugar.
No es esa la opción. Tenemos que jugar.

La opción es: cómo.

(Autor anónimo)

En muchas ocasiones negamos el principio de realidad. Exigimos que la vida sea como a nosotros nos gusta, como la soñamos, imaginamos, como la idealizamos. Muchas veces nos parece que nos autoafirmamos en la insatisfacción y la lamentación, cuando los acontecimientos son distintos a lo que queríamos que fueran, lo cual nos impide crecer, aprender, comprender. No evolucionamos, y concebimos la vida en un sentido trivial, inauténtico y vacío. La vida no es lo que nosotros queremos que sea; la vida es lo que es. Y es lo que nos es dado cada día. Somos lo que ha-



ceamos con lo que han hecho de nosotros o lo que hacemos con lo que hicimos de nosotros. En la aceptación y el aprendizaje de lo que nos es dado, nos guste o no, está nuestra tarea, y ésta es la labor para mejorar la comunidad humana y realizar el sentido.

Si tenemos que transitar en auto por un camino de piedras desparejo y poceado, una de nuestras tareas es mejorar el camino (afuera-externo), pero otra es mejorar los amortiguadores (inter-no-lo mío), porque lo que sentimos en el viaje no depende sólo del estado del camino. Dicho de otra manera: si un mismo hecho o suceso produce en distintas personas diferentes reacciones, es porque cada una de ellas asume ese hecho dentro de su respectiva comprensión del Ser-en-el-mundo. Se reconoce la influencia del acontecimiento, pero éste, lejos de ser un hecho puntual, debe ser analizado en su totalidad histórica cultural, teniendo en cuenta la respuesta de la persona, que está vinculada a su cosmovisión, a su proyecto de vida, a su historia, y a su opción de ser protagonista”.

La libertad, pues, no es omnipotencia (no lo podemos todo), tenemos que partir de lo que tenemos (no podemos eliminar nuestra realidad) y desde ello decidir hacia donde queremos dirigir nuestra realidad personal y colectiva (nuestro proyecto de ser persona y sociedad). Así vamos dando nuestra impronta personal y colectiva a nuestra historia individual y social y no somos meros personajes pasivos que pasan por el escenario del mundo, sino actores libres y responsables, capaces de desarrollar una obra con sentido para uno mismo y para los demás.

Cada persona tiene la posibilidad de participar activamente en su propia transformación y en la transformación del mundo circundante. Desde esta perspectiva, podemos considerar el mundo (parafraseando a Frankl) *el mundo es considerado como el espacio histórico-cultural en el que la persona intenta realizar, junto con los demás, la propia existencia, creando una comunidad más humana* (cfr. Bazzi y Fizzotti, 1989, pg. 61).



Es necesario, por tanto, para un crecimiento personal y social en el ejercicio de nuestra libertad, conocer nuestros condicionamientos individuales y colectivos, partir de ellos y tomar postura ante los mismos.

Esta visión del hombre nos sitúa ante la esperanza y la confianza en el ser humano. Consideramos así que las limitaciones del ser humano, desde las mayores alteraciones físicas o psíquicas, hasta cualquier extrema circunstancia externa por la que pase el hombre, no determina su existencia, sólo la condicionan. Es decir, la persona puede decidir su actitud frente a todo ello; el hombre es un ser esencialmente libre. Esta es una característica específicamente humana y, como tal, una manifestación de la dimensión espiritual del ser humano.

Libertad y espiritualidad

Hablamos de espiritualidad como una dimensión del ser humano (no se entiende en sentido religioso sino que se refiere a una realidad constitutiva de toda persona) que se caracteriza como una fuerza que puede oponerse o colocarse frente a/ contra el organismo psicofísico. En palabras de Frankl (1990, pg. 100):

“Y precisamente designamos como espiritual en el hombre aquello que puede confrontarse con todo lo social, lo corporal e incluso lo psíquico en él”.

En este sentido, la espiritualidad del hombre no es sólo una característica en él, igual que lo son lo corporal y lo psíquico –que también son propios del animal– sino un “constituens”, algo que distingue al hombre. En palabras de Frankl (1990, pg. 78): “le corresponde sólo a él y ante todo a él”.



Gracias a esta dimensión noética o espiritual, el hombre presenta los comportamientos específicamente humanos. Así podemos decir que 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.

Es una concepción que reconoce en la visión del hombre tres dimensiones (ver Figura 4): la biológica, la psicológica o anímica y la espiritual (también llamada noética). Las tres forman la unidad del hombre. Es una unidad en la tridimensionalidad (tres dimensiones integradas). El hombre despliega su existencia en su corporeidad psico-física. Lo humano sólo se puede descubrir a la luz de la totalidad de la persona.

Figura 4



A la dimensión biológica o somática le corresponde la vida orgánica y la reproducción, mientras que a la psíquica, los instintos y condicionamientos, las sensaciones y estados de ánimo; por su parte, de la dimensión noética son propios los pensamientos, la voluntad, las decisiones y actitudes, en definitiva la libertad y responsabilidad, el conocer, decidir y realizar las posibilidades de sentido de la vida. *Esta última dimensión es la que caracteriza al hombre como tal* (es específica del ser humano), *la única que esencialmente le pertenece* (un animal también es un ser psicosomático).

Entre estas tres dimensiones existe una estrecha relación y aunque son diferentes están integradas cada una en la dimensión inmediatamente superior: la dimensión biológica está comprendida (es abarcada e integrada) por la psíquica y ésta, a su vez, por la espiritual, aunque sin perder cada una su esencia. Cada dimensión es a la vez eliminada y guardada por la dimensión superior (se podría decir que el hombre es un “espíritu encarnado” o una “corporeidad traspasada por lo espiritual”). Es la dimensión espiritual, asumiendo e integrando las dos dimensiones anteriores, la que da unidad y totalidad al ser humano.

Es decir, lo espiritual es aquella dimensión del hombre que siempre y en cada momento se puede oponer a cualquier situación tanto externa como interna (“disposición” es como suele denominarse a esta última). Es “lo libre” en el hombre, lo cual está íntimamente ligado a la responsabilidad.

Por ejemplo, al contrario que el animal, que no “tiene” instintos, sino que “es” sus instintos (su conducta está determinada por ellos), el hombre comienza a ser hombre cuando es capaz de oponerse a sus instintos y de responder de sus propias deci-



siones. No es que lo humano sólo sea la oposición a los instintos, también lo es su afirmación. Tanto afirmarlos como negarlos es una decisión y para tomarla el hombre necesita contar con la capacidad de distanciarse de ellos.

Si el ser humano se identificara con sus instintos no podría hacer otra cosa que seguirlos, pero si puede tomar distancia respecto a ellos es posible tomar la decisión de seguirlos o de oponerse (cosa que no puede hacer un animal), y ello en función del objetivo que se persiga. Por tanto, también le corresponde responder de la decisión tomada.

En otras palabras, todo hombre y toda mujer, por su dimensión espiritual, puede distanciarse tanto de disposiciones internas como de posiciones externas. Por ello, el ser humano es un ser esencialmente libre, pudiendo decidir libremente sobre su vida gracias a una capacidad no poseída por ningún otro animal, una facultad específicamente humana: *el autodistanciamiento*.

El autodistanciamiento puede ser definido como *la capacidad que tiene el hombre de distanciarse no sólo del mundo sino también de sí mismo*. En palabras de Frankl (1986a, pg. 19):

“El autodistanciamiento es la capacidad de poner distancia de las situaciones exteriores, de ponernos firmes en relación a ellas; pero somos capaces no solamente de poner distancia con el mundo, sino también con nosotros mismos”.

Podemos ilustrar este concepto con la siguiente anécdota (Frankl, 1988a, pg. 152):

“... estaba sentado en la trinchera un médico militar judío con su amigo, un coronel aristocrático, cuando comenzó un violento tiroteo. El coronel preguntó con sorna: ‘Ahora tiene miedo, ¿no es cierto? Ahí se ve de nuevo cuán superior a la semítica es la raza aria’. A lo cual respondió el médico: ‘Por supuesto tengo miedo.



Pero, ¿por qué habla de una superioridad de una raza sobre la otra? Si Ud., querido coronel, tuviera tanto miedo como yo probablemente ya se habría escapado corriendo”.

Esta historia resalta que lo importante no es nuestra disposición ni nuestra situación exterior (como en este caso) sino la actitud que se adopta ante ella, la cual siempre es escogida libremente por el hombre.

Esta capacidad de autodistanciamiento (por tanto, posibilidad de oposición), base de la libre elección de actitud, podemos verla si analizamos nuestra vida cotidiana, para lo cual al final de este capítulo se presentan algunas preguntas, a modo de sugerencias. No obstante, para abundar en la comprensión del concepto podemos considerar el siguiente ejemplo:

“Un hombre extraordinariamente dotado en lo espiritual se ve arrancado de pronto, en su juventud, a su intensa vida espiritual, después de habersele presentado ciertos síntomas de parálisis en las piernas, a consecuencia de trastornos medulares provocados por una tuberculosis de columna vertebral. Se examina la posibilidad de someterse a una operación (a una laminectomía). Uno de los más eminentes neurocirujanos de Europa, consultado por los amigos del paciente, se manifiesta pesimista desde el punto de vista del pronóstico, y les disuade de la operación. Uno de los amigos informa de ello en carta dirigida a una amiga del enfermo, en cuya casa de campo se halla instalado. La muchacha, sin darse cuenta de lo que hace, entrega la carta a la señora de la casa en el preciso instante en que ésta se halla desayunando con el enfermo. Es el propio paciente quien se encarga de relatar lo ocurrido, en carta a un amigo, de la que tomamos los siguientes párrafos: “... Eva no pudo evitar que yo leyese la carta. De este modo, entré en conocimiento de mi propia sentencia de muerte, pues eso y no otra cosa es lo que contienen las manifestaciones del profesor. Recuerdo a este propósito, mi querido amigo, aquella película llamada *Titanic*, que vi hace muchos años. Recuerdo, en particular, la escena en que el tullido, representado por Fritz Kortner, rezando



el Padrenuestro, opone a la muerte una pequeña comunidad de destino, mientras el barco se hunde y el agua va llegando, poco a poco, al cuello de los pasajeros. Recuerdo cómo salí del cine, conmovido. Parecíame que era un regalo del cielo el poder marchar conscientemente hacia la muerte. Pues bien, ese don me ha sido conferido, hoy, a mí mismo. Ha llegado la hora de demostrar lo que hay en mí de combativo; claro está que en ese combate lo que de antemano se ventila no es precisamente la victoria, sino la tensión última de las energías morales, como tal; se trata, por decirlo así, de un último esfuerzo gimnástico... Haré todo lo posible por soportar los dolores, mientras pueda, sin recurrir a narcóticos... ¿'combate con una posición perdida'? No, nuestra manera de concebir el mundo no admite esta frase. Lo único importante es la lucha... No existe eso que se llama posiciones perdidas de antemano... Pasamos la velada escuchando la 'Cuarta' de Bruckner, la Romántica. Sentía dentro de mí un vasto y agradable espacio lleno de sonidos. Por lo demás, trabajo diariamente en mis problemas de matemáticas y no me siento, en absoluto, sentimental." (Frankl, 1978, pg. 168-169).

El hombre está condicionado en cada momento de su vida por sus circunstancias biológicas, psicológicas y sociales, pero tales presupuestos nunca determinarán el desarrollo de su existencia (sólo pueden condicionar, más no determinar). El hombre como ser espiritual se distancia, toma una posición libre (aún sin ser absoluta esta libertad) frente a las disposiciones internas y externas.

Esto lo podemos ver claramente reflexionando a partir del ejemplo: la vida de una persona en esas condiciones se verá ampliamente condicionada por su biología hasta el momento de su muerte, pero su forma de vivir esa situación será totalmente única e irrepetible por la actitud con que afronta su enfermedad. Puede distanciarse de la disposición que le aporta su enfermedad tanto a nivel físico (deterioro biológico progresivo, dolo-



res...) como psíquico (estados de ánimo más o menos decaídos) o social (recursos económicos con que afrontar la enfermedad y las necesidades de ella derivadas, situación familiar, tal vez menos ocasiones de relación...) para decidir libremente cuál quiere que sea su posición (su actitud) ante ello en cada momento que vive (dejarse llevar por la desesperación, centrar su pensamiento en las posibilidades que va perdiendo de realizar determinadas actividades, añorar tiempos pasados mejores, etc. o buscar alternativas posibles cuando las haya, reconociendo las posibilidades reales aunque sean más limitadas y asumir las realidades inevitables afrontando de manera digna el sufrimiento).

En el ejemplo transcrito arriba la elección es de una actitud combativa que lleva a este hombre a ejercitar su capacidad de oposición de la dimensión específicamente humana (quiere poner a prueba “la tensión última de las energías morales”) hasta soportar el dolor lo que pueda sin recurrir a narcóticos, a no dejarse llevar por estados de ánimo decaídos y a dedicarse a las tareas de su vida cotidiana (que tienen sentido para él), disfrutar de la música... Reconvierte lo inevitable en una ocasión de superación humana reconociendo y agradeciendo, además, los aspectos positivos que puede encontrar (“ese don –de marchar conscientemente hacia la muerte– me ha sido conferido”).

Por la dimensión noética del ser humano, el enfermar es una experiencia que no se agota en “ser proceso de enfermedad”; es además y primordialmente, sufrimiento y respuesta del hombre en ese proceso y ante él. Toda persona recrea su enfermedad a cada instante, la siente, la vive y le responde biológicamente, psico-socialmente y actitudinalmente. Esto es lo que puede denominarse *el modo humano de enfermar* (cfr. Acevedo, 1996).



Lo importante de un proceso de enfermedad es la vivencia de la persona. El dolor nunca es mera creación de nuestra anatomía y fisiología. Sólo emerge en la intersección de cuerpos, mentes y culturas. En esa intersección la persona es protagonista de su propio proceso.

En otras palabras, la conducta del hombre no es dictada por sus condiciones (internas y externas) sino por las decisiones que toma. El hombre decide, sea consciente o no de ello, si se resiste a esas condiciones o si se somete. Siempre tendrá que contar con ellas; su actuación no puede ser independiente de sus condicionamientos personales y sociales, pero siempre estará basada en una decisión tomada ante tales circunstancias.

El problema de la voluntad libre

La libertad no es un estado fijo que se tiene y/o consigue o no se tiene y/o se pierde de una vez y para siempre, sino que es un proceso sujeto a evolución a lo largo de toda la vida.

La libertad aumenta o disminuye según que la persona la vaya ejercitando o dejándose llevar por los condicionamientos (lo cual también es una decisión). En este último caso podemos decir que el hombre no es libre de hecho, pero potencialmente sigue siendo libre. Siempre conserva la capacidad de redecidir y optar por cambiar una decisión anterior o un rumbo tomado. Esta decisión de cambio se da en función de algo (una motivación más o menos reconocida o formulada racionalmente). Todas las decisiones siempre están orientadas a algo.

Es decir, cuando el hombre no aparece como libre, es porque ha renunciado –libremente– a su libertad. En palabras de Frankl



(1978a, pg. 174): “También la no libertad pertenece a su libertad, también la impotencia está en su poder”.

La persona no siempre es consciente de su propia libertad y de sus motivaciones para la decisión y más en una sociedad en la que se pretende reducir la libertad a consumo, dinero, poder, sexo, vértigo, evasión...

La libertad puede y debe hacerse consciente y esto es posible si la persona es capaz de escuchar las señales de alarma que se ponen en funcionamiento desde la dimensión noética (el sentimiento de insatisfacción o de vacío existencial) y de responder ante ellas movilizándose (lo cual depende de su responsabilidad).

También el encontrarse en situaciones que la enfrentan a una experiencia límite (de sufrimiento fuerte) puede convertirse en una ocasión de hacerse consciente de la propia capacidad y posibilidades de libertad.

De igual forma, la presencia en la sociedad de personas y colectivos que ponen en práctica una concepción de libertad, siempre unida a una responsabilidad por la vivencia de valores concretos que se descubren personalmente (no impuestos por un modelo social de pensamiento único o por un líder, etc., y asumidos desde actitudes gregarias, fundamentalistas o fanáticas) puede ser motivo de la apelación a ser consciente de la propia capacidad de libertad y responsabilidad. El que personas y colectivos tiendan puentes para comunicarse y apelar a otras personas y colectivos que no son conscientes de estas posibilidades de libertad del ser humano, es otro camino para que puedan ir asumiendo la responsabilidad de ser libres o la libertad responsable.



Libertad “frente a” y libertad “para”

Por la libertad, el hombre decide sobre sí mismo y es algo más que un producto de la herencia y el medio. Pero sin esta base natural el hombre no puede ejercer su libertad (el hombre no es un espíritu puro). El ser humano tiene libertad ante lo que le es dado, al mismo tiempo que ha de contar con ello para llevar adelante su vida, para darle su sello personal en función de aquello que quiere llegar a ser. Es decir, tiene “libertad de” o “frente a” sus condicionamientos en función de una “libertad para” dirigirse a lo que puede llegar a ser.

Considerando el ejemplo del joven con parálisis en las piernas analizábamos claramente cómo ejercita este hombre su capacidad de libertad. En este análisis podemos reflexionar sobre estos dos aspectos de la *libertad*: “*frente a los*” *condicionamientos* y “*para*” *la realización del sentido*.

Este joven toma una postura *frente a* su proceso de enfermedad *para* poder caminar conscientemente hacia la muerte, en la medida de sus posibilidades, *para* poder realizar su desarrollo intelectual y creativo a través de un campo significativo y elegido por él, las matemáticas, *para* experimentar la belleza de la música... Como vemos, desarrolla su capacidad de libertad frente a lo que le es dado, sin elegirlo, para la realización del sentido y los valores que elige para su vida. Despliega su vida asumiendo la tensión entre destino y libertad.

Es en esta relación libertad-necesidad en la que hablamos de una libertad “*frente a*” (algo): los condicionamientos.

En concreto, Frankl (1990) se refiere a una *libertad frente a* tres tipos de condicionamientos:



- 1) Frente a los instintos.
- 2) Frente a la herencia.
- 3) Frente al medio ambiente.

1) Libertad frente a los instintos

El hombre posee instintos pero éstos no lo poseen a él. Al afirmar la existencia de los instintos no tiene por qué negarse la libertad frente a ellos. Cuando resulta conveniente para su existencia, el hombre puede y debe afirmar sus instintos, si bien, hemos de ser conscientes de que para poder afirmar algo se necesita previamente la libertad de poder negarlo.

Por tanto, afirmamos los instintos sin sacrificarnos y entregarnos a ellos, los afirmamos en el marco de la libertad. En definitiva, la afirmación de los instintos no sólo no implica la negación de la libertad, sino que presupone la libertad de decir que “no” a los mismos impulsos.

Los instintos en el hombre siempre aparecen afirmados o negados. La toma de posición espiritual está ya superpuesta a toda instintividad (ésta “está marcada” por lo espiritual): los instintos “desde siempre están personalizados”. Es decir, los instintos del hombre son siempre guiados a partir de su espiritualidad. Toda instintividad “traspasa”, por decirlo así, una zona de la libertad. No sólo cuando los instintos están inhibidos, sino también cuando se desinhiben, la dimensión noética o espiritual ha estado actuando (afirmando o negando, valorando como positivo o negativo).

Puede decirse que, de hecho, el hombre, a veces, no es libre (es “arrastrado” por los impulsos). Sin embargo, cuando esto aparece es porque ha renunciado, libremente, a su libertad (se deja



“arrastrar” por ellos, se ha sometido). No es libre fácticamente pero sigue siéndolo potencialmente (puede tomar una decisión contraria, que favorezca el cambio, el trabajo por el desarrollo de su libertad, buscando para ello ayuda, si fuera necesario).

En el hombre no hay instintos sin libertad, ni ésta sin aquellos: los instintos “pasan por la libertad”, al mismo tiempo que son el apoyo por encima del cual la libertad se puede elevar.

El hombre siempre puede decir “no” a los instintos y cuando dice “sí”, lo hace mediante el camino de una identificación con ellos. En esto se distingue del animal: el hombre cuando afirma un instinto “ha de identificarse” primero con él, mientras que el animal “es idéntico” a sus instintos. El hombre puede responder a sus instintos y su respuesta depende de su responsabilidad.

2) *Libertad frente a la herencia*

Frankl (1987a, 1990) se basa en investigaciones genéticas para argumentar la libertad del hombre frente a la herencia. En concreto, aporta cómo la investigación con gemelos univitelinos muestra lo distinta que puede ser la vida de dos personas con una disposición genética idéntica. Así, tomando diferentes estudios escribe (Frankl, 1987a, pg. 146-147):

“Johannes Lange publicó el caso de unas hermanas gemelas (univitelinas) ambas portadoras de rasgos caracteriológicos neurótico-obsesivos. Una de ellas era retraída, huía del mundo y no le gustaba la vida, mientras que la otra era abierta y amante de la vida; pero ambas tenían hábitos obsesivos (inocuos) comunes, por ejemplo, el de introducir las cartas en el buzón con un ceremonial muy preciso. En otro caso tomado de la bibliografía sobre investigación psiquiátrica de gemelos, un hermano (univitelino) era un delincuente muy ducho y el otro un agente experto de la brigada de investigación criminal.



Vemos, pues, que partiendo de la base de una predisposición idéntica, garantizada en caso de gemelos univitelinos, se establece fenotípicamente un carácter diverso (...). No podemos olvidar que estas diversidades –ceteris paribus– constituyen diferencias decisivas (...) la diferente individualidad de ser apto o inepto para la vida, capaz o incapaz para la sociedad”.

Esto nos vuelve a resaltar la importancia de la actitud adoptada ante las disposiciones personales, realzando, por tanto, la libertad humana.

En esta línea, Fizzotti (1980) afirma que aunque las disposiciones están íntimamente ligadas al destino personal, sin embargo, son “ambivalentes”, pues según la decisión del individuo concreto pueden servir para realizar unos valores u otros (“vicio-virtud”, “valor-no valor”).

Ello es válido tanto para disposiciones hacia la enfermedad como para habilidades o talentos (la decisión de utilizarlos o dejarlos perder).

En definitiva, podemos decir que, en último término, el destino es establecido por lo que el hombre dispone; lo que la herencia implica tiene menor significado. La persona, contando con lo que ha recibido, va haciendo su propia vida y ésta va siendo su propio destino sobre el cual siempre conserva la capacidad de decidir.

3) *Libertad frente al medio ambiente.*

El medio ambiente tampoco determina la historia de un ser humano sino que, aunque pueda darle unos límites, el hombre se hace a sí mismo en la cultura en que vive, a través de las decisiones que va tomando ante ese contexto (depende de la postura que toma frente a él).



En este punto, podemos tomar como ejemplos las diferencias individuales que se pusieron de manifiesto entre los prisioneros de los campos de concentración de la Segunda Guerra Mundial, los soldados americanos prisioneros de guerra en Corea del Norte, etc. En tales situaciones se dieron tanto posturas altruistas o grados elevados de santidad, como posturas de las formas más primitivas de la lucha por sobrevivir.

Muchas veces se alude a la presencia de “circunstancias atenuantes” como el condicionamiento del ambiente, para escapar de la responsabilidad de la propia acción y para admitir la limitación efectiva de la propia libertad. Pero estos atenuantes son válidos sólo parcialmente. El condicionamiento resta al hombre libertad, pero no lo determina plenamente, sino que permanece plenamente libre en el sentido de confrontado con el condicionamiento. Es decir, el hombre no depende unívocamente y únicamente del mundo circundante, sino que puede oponer la fuerza del espíritu a este influjo. Siempre tiene la libertad interior, su capacidad de oposición y de tomar postura.

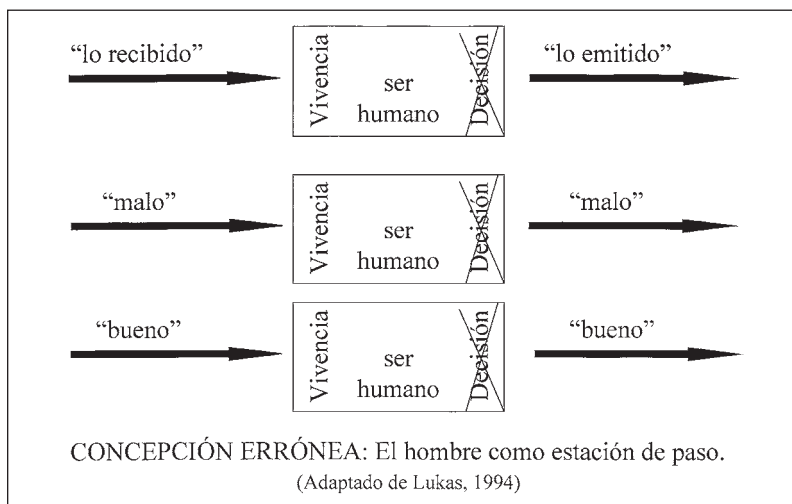
Lo que una persona emite al mundo no es simplemente el mero reflejo de lo recibido por él como si el ser humano fuera una mera “estación de paso” (ver Figura 5).

Las flechas de la izquierda de este esquema representan todo lo que una persona recibe desde el mundo en el transcurso de su vida (amor, odio, atención, indiferencia, oportunidades de desarrollo, limitaciones de desarrollo o alienación...) y las de la derecha, todo lo emanado y emitido a la sociedad desde el ser humano (influencia constructiva o destructiva con respecto al crecimiento del mundo).

Si consideramos al ser humano como una “estación de paso” (o de transmisión) de lo recibido, sólo veríamos personas que:



Figura 5

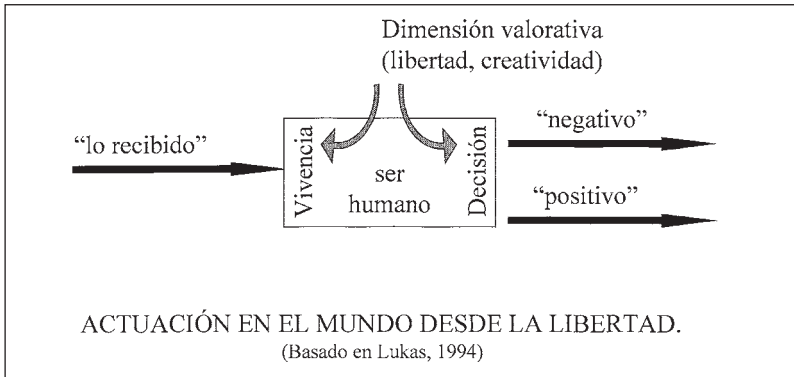


- Dan golpes cuando son provocadas.
- Maltratan a sus hijos porque ellas han sido maltratadas.
- No confían en sí mismas ni en los otros porque nunca han conocido la confianza.
- Aman porque son amadas.
- Son justas porque han recibido justicia.
- Etc.

En esta concepción desaparece la libre decisión del ser humano y, por tanto, toda su responsabilidad personal, su posibilidad de culpa y de mérito.

Sin embargo, si observamos cómo se comportan los seres humanos vemos que lo emitido al mundo por una persona no es simplemente el reflejo de lo recibido por ella, sino que en su respuesta introduce algo nuevo, inesperado, cambiado. ¿De dónde proviene esto nuevo? De la dimensión valorativa, espiritual, del



Figura 6

hombre, que le aporta su poder creativo y de libertad. Así, el esquema anterior sería más ajustado a la realidad si lo representamos como en la Figura 6.

Es decir, gracias a su dimensión noética, el ser humano es más que un receptor y transmisor; puede tomar postura ante lo recibido, lo trabaja y lo transforma, lo rechaza o lo asume y lo potencia y, finalmente, decide qué es lo que van a recibir los demás de él. Es alguien que, a veces, emite algo que antes nunca existió y lo introduce en el mundo que lo rodea.

Ni lo positivo ni lo negativo tienen un poder absoluto para marcar. Lo malo no ha de generar obligatoriamente algo malo y lo bueno tampoco genera obligadamente algo bueno. Por tanto, la persona tiene responsabilidad por lo emitido; mientras que su libertad no esté significativamente limitada en el momento de su acción (por ejemplo, por enfermedad mental grave) lo bueno que realiza es su mérito y lo malo que proporciona es su culpa, sea lo que fuere lo que haya recibido anteriormente como agradable o doloroso. En la toma de la decisión experimentará sus



condicionamientos o limitaciones actuales a su libertad (fruto de toda su biografía y de la situación del momento), pero, en el grado en que se encuentre, su libertad la ejercita, y, en función de ella, tiene su responsabilidad.

Por ejemplo, una persona que fue abandonada por sus padres en su infancia, que ha tenido que vivir en las calles y no ha contado con oportunidades de formación y se ha dedicado a la prostitución puede asumir, por ejemplo, cuidar de una hermana y luchar para que pueda estudiar. Asimismo, puede tomar la decisión personal de buscar ayuda para intentar abandonar la prostitución movida por su deseo de mejorar su situación. Si este deseo no es sentido o es debilitado por un sentimiento de impotencia, incapacidad, etc. su libertad estará aún más limitada, incluso aparecerá como no libertad (“libertad abdicada”) y tendrá la responsabilidad acorde con su grado de libertad. No obstante, su motivación de cambio puede ser estimulada y apoyada desde fuera por la acción de personas y grupos (en la línea que decíamos en el punto anterior sobre el problema de la voluntad libre). Siempre está presente la posibilidad de cambio.

Por consiguiente, vemos, nuevamente, cómo el hombre es algo más que un producto de la herencia y del medio ambiente. El elemento decisivo es la libertad: ¡el hombre decide sobre sí mismo! Todas las circunstancias externas, así como todos los estados internos de un hombre y también cualquier competencia psíquica forman el “marco” de su existencia y, al mismo tiempo, la base por encima de la cual va desarrollando su vida, gracias a la fuerza de oposición del espíritu. Esta fuerza no sólo se expresa oponiéndose a sus instintos a la herencia y al ambiente, sino también afirmándolos, cuando la ocasión lo requiere.



Pero además, la libertad “de” o “frente a” (algo) existe en función de una *libertad “para”* (algo). Por ejemplo, podemos encontrarnos muy cansados, con malestar físico y con deseo de irnos a descansar, pero considerar que un trabajo importante a realizar no admite demora y posponer el descanso. Ejercitamos, así, nuestra libertad frente a ese estado personal y nos oponemos a él sacando fuerzas para continuar. Ello lo hacemos en función de una meta con sentido, un valor que queremos realizar. Es decir, estaremos desarrollando nuestra libertad para vivir aquello que consideramos mejor y más adecuado a la situación global. Si, por el contrario, el análisis de la situación nos hiciera ver que lo más conveniente para conseguir mejor lo que queremos, fuera descansar primero, también estaríamos en el ejercicio de nuestra libertad en función de la valoración realizada.

El “para” de la libertad lo constituyen *el sentido y los valores*, ante los cuales el hombre también es libre. Puede responder a la exigencia de un valor con un sí o con un no ya que *el momento de libre elección de actitud existe, no sólo ante las condiciones biológicas, psicológicas o sociológicas, sino también frente a una posibilidad de valores realizables* (cfr. Frankl, 1988a). El sentido y los valores, a diferencia de los instintos, implican al ser humano, lo atraen pero no lo empujan.

En definitiva, *la libertad es para la autodeterminación*. El hombre *tiene libertad ante su modo de ser, para ser de otra manera*. Siempre existe la posibilidad de cambio en el hombre. El hombre es libre para ser responsable de sí mismo y del mundo en que vive.

Este tema de la responsabilidad lo abordamos en el siguiente capítulo pues es otra palabra indispensable para una vida con sentido.



Cuestiones para la reflexión

1. Analizar nuestra toma de decisiones:

a) Si pienso en alguna/s decisión/es que tomo cotidianamente, ¿puedo reconocer qué condicionantes personales y sociales experimento en el proceso de toma de decisión? ¿Cuáles?

b) Realizar un análisis similar al anterior respecto a alguna decisión importante y extraordinaria en mi vida.

2. ¿Qué condicionamientos conozco que existen respecto al desarrollo de la libertad de los pueblos actualmente? ¿Puedo mejorar este conocimiento y lo considero necesario para ampliar mi ámbito de libertad y las libertades de las sociedades?
3. El análisis anterior, ¿me dirige hacia alguna decisión actual?
4. ¿La libertad es un estado o un proceso? ¿Puedo conquistar nuevas cotas de libertad?



2

RESPONSABILIDAD

Uno de los puntos críticos de la ideología hoy imperante, la neoliberal, es su noción de libertad individual como posibilidad de realizar todo lo que al individuo le apetezca sin más, sin tener que responder de la repercusión de los propios actos sobre uno mismo, sobre los demás hombres, sobre la naturaleza y sobre la vivencia de los sentidos y valores trascendentes por los que cada persona se siente llamada. Muchas veces, decisiones económicas, basadas en presupuestos neoliberales, provocan verdaderas catástrofes, desde compras compulsivas a incontables muertes por hambre o destrucción masiva de la naturaleza (hasta el punto de hipotecar la salud de generaciones futuras), explotación infantil en condiciones de esclavitud... sin que nadie se sienta responsable por las decisiones que ha tomado o ha forzado a tomar.

Sin embargo, la verdadera constitución del ser humano, como hemos visto, nos habla de que la persona es libre para ser responsable o, dicho de otra forma, puede ser responsable porque es libre (libertad y responsabilidad son inseparables).



La libertad humana no es omnipotencia (el hombre no puede hacer todo lo que quiere realizar) y tampoco arbitrariedad (ha de responder de su decisión). El ser humano nace como un germen y tiene que desarrollarse en la doble dimensión de su respuesta: hacia dentro de sí mismo (¿quién soy yo, de dónde surgí, adónde voy?) y hacia afuera (¿quiénes son los otros?). Estas preguntas y respuestas están íntimamente unidas y mutuamente implicadas, pues el hombre es un “ser-en-el-mundo”.

El hombre puede elegir qué respuestas se va dando a sí mismo y a los demás; puede elegir cómo va desarrollando su respuesta personal en esta doble dimensión de “Mismidad” (estar en uno mismo) y “Aperturidad” (estar con el otro). Es decir, la libertad responsabiliza al hombre de sus decisiones y actos: ha de responder ante sí mismo y ante los demás de los motivos de su decisión, así como ha de asumir las consecuencias derivadas de ella y plantearse nuevas preguntas y respuestas en la situación originada.

En otras palabras, la responsabilidad es esa capacidad de responder libremente a las preguntas que ofrece la vida, en cada situación en que nos encontramos, así como de asumir las consecuencias o efectos de nuestras elecciones.

Cuando descubrimos nuestra constitución esencialmente libre, el paso a seguir, aunque implica cierto nivel de tensión, es asumir la responsabilidad que se deriva de nuestra participación o toma de postura ante todo lo que hemos hecho y estamos haciendo.

En este sentido, podemos hablar de una radical responsabilidad del hombre, tanto de su existencia en general, como de su modo de ser particular. Incluso podríamos hablar de una cierta



“responsabilidad genética” por la que el hombre responde de lo que hace con su herencia. Así, por ejemplo, una persona no es responsable del color de su cabello, pero sí de no teñirlo de alguna forma, si llegase a considerarlo como una desgracia. Asimismo, no hay ninguna responsabilidad en tener una malformación física congénita o una determinada problemática psicológica... pero sí en la actitud que se toma ante ella (rechazo y desesperación, hacerse la víctima e intentar sacar algún tipo de beneficio, o aceptación y búsqueda de posibilidades reales de desarrollo personal y aportación a la sociedad).

En otras palabras, ante la existencia heredada, el hombre responde, aunque sea tácitamente, aceptando vivir. Con este sí dicho a la vida en cada momento de su existencia (aunque no sea de forma explícita) se hace responsable de ella. Es una responsabilidad que tiene como fondo la libertad última de decir un no radical: el suicidio.

El hombre, al “aceptar” su “destino”, lo que le ha sido dado, lo hace propio y le da forma, cosa que no podría hacer si lo rechaza o niega, aniquilando la propia vida. De este modo, toda existencia humana se encuentra marcada por la responsabilidad.

Sin embargo, si observamos la forma en que muchas veces se comportan las personas en nuestras sociedades podríamos preguntarnos: ¿se dimiten de la propia libertad para no asumir la propia responsabilidad? Reflexionemos sobre la siguiente anécdota (Frankl citado por Fizzotti, 1994, pg. 62-63):

“... un individuo ... explica a su mujer que la humanidad hoy se ha vuelto inmoral y, para confirmarlo, dice: ‘Hoy me he encontrado una cartera: ¿crees que se me ha pasado ni siquiera por la cabeza el llevarla a la oficina de objetos perdidos?’”.



La comicidad que puede transmitir el hecho se basa en que alguien pueda hablar de su propia inmoralidad como si no fuera responsable de ella. El individuo de la historieta habla como si estuviera privado de su libertad esencial: como si debiera aceptar ineludiblemente la conducta inadecuada propia y ajena, como si no fuera realmente libre para decidir si quedarse con la cartera o llevarla a la oficina de objetos perdidos. Al dimitir de su libertad puede “no reconocer” su responsabilidad.

Ser responsable no es una tarea fácil, implica asumir la tensión que existe entre el mérito y la culpa, el sentido y el sin-sentido, entre realizar una u otra cosa. Puede ser mucho más cómodo responsabilizar a algo o alguien externo de aquello que nosotros hacemos (la sociedad en que vivimos, el barrio o familia en que nací, la herencia biológica de que estoy dotado, las experiencias educativas que he tenido, el consejo que me dio tal persona, etc.). Nos moveríamos así en la concepción de un determinismo de nuestra conducta que, al librarnos de nuestra libertad, nos exime de nuestra responsabilidad. El determinismo es “la libre elección de no-ser-libre a través de la negación de la responsabilidad” (Martínez Ortiz, 1999, pg. 41).

La libertad y la responsabilidad constituyen la espiritualidad del hombre. Sin embargo, el hombre de hoy convive con actitudes ante la vida que implican esa fuga de la responsabilidad y temor a la libertad por un hastío del espíritu, el cual es la esencia del nihilismo.

El hastío del espíritu

El hombre occidental está viviendo un período histórico de cambios continuos, lo que comporta una crisis antropológica



profunda debido al desconcierto de los marcos de referencia culturales, sociales y religiosos.

Las actuales formas de vida dominantes pueden dejarnos aplastados por un sentimiento de impotencia y desacuerdo. Al experimentar un funcionamiento social basado en unas relaciones de violencia y de muerte, en el imperio de la economía por encima del bien de las personas y de los pueblos, en las diversas formas de manipulación y de instrumentalización de la vida..., podemos sentirnos como engullidos por esa dinámica de destrucción.

Así, estas realidades ampliamente presentes en nuestro planeta pueden hacer que nos vivamos inmersos en la lógica nihilista de una cultura de muerte, sintiéndonos incapaces, por otro lado, de oponernos a ella. Desde esta realidad es fácil no descubrimos como seres libres y responsables, sabiendo que cada uno de nosotros tiene un cometido personal en el que es insustituible, pues nadie puede ocupar el lugar de otro. Somos “todos” los que tenemos que hacer avanzar el mundo, la humanidad, partiendo de la realidad en la que estamos.

Ello puede pasarnos estando tanto en una situación de privilegio (con trabajo y economía asegurados, salud...) como de privación o marginación social (paro, inseguridad y explotación laboral, enfermedad, abandono en la ancianidad, aislamiento social...).

En este contexto no es de extrañar que sean frecuentes las siguientes actitudes que conforman lo que podríamos denominar “el mal de nuestra época” (que implica una situación general de disgusto originada por el funcionamiento social):



a) La actitud provisional ante la vida

Es una actitud que implica vivir al día y para el día por carecer de sentido tomar en las propias manos el destino personal ante la perspectiva de un futuro socialmente incierto y sin sentido (guerras, paro...). Se podría decir que es un “presentismo”, que no es sinónimo de vivir el presente, sino la pretensión de vivir sin proyecto personal y social.

Es decir, la persona que adopta una actitud provisional opina que no es necesario organizar el futuro pues nunca se sabe lo que va a suceder mañana. Actuar pensando en el porvenir, hacer planes, vivir sabiendo a dónde va, le parece innecesario e ilógico, y sólo se ocupa de una cosa: de vivir al día. Cree que es posible renunciar a toda orientación, a toda meta en su vida y se sitúa en un nihilismo ético, no dando a ningún valor la categoría de ser referente para su conducta. El hombre que vive al día se deja llevar más por los impulsos.

Un ejemplo muy representativo de lo que comporta una existencia provisional lo encontramos en la siguiente cita (Frankl, 1986b, pg. 45-46):

“Pensemos simplemente cómo el hombre vivió de forma provisional durante la guerra, es decir, cómo vivió al día o de un día para otro, debido a que nunca sabía si iba a vivir en realidad ese ‘otro día’. Uno no estaba seguro ni en el frente, ni en las trincheras ni en el llamado hinterland, es decir, en los refugios, ni en el territorio enemigo, ni en los campamentos de prisioneros de guerra, ni en los campos de concentración; en ningún lugar estaba asegurada la supervivencia, y se caía así en una actitud de provisionalidad; se vivía, como hemos dicho, al día (...)

En tales circunstancias, se puede entender que se renunciara, por ejemplo, a construir a largo plazo una vida sentimental digna de ser vivida, digna de un ser humano, y sólo se pensara en saborear



cada momento y en aprovechar cada ocasión. Muchos matrimonios, luego disueltos, típicos 'matrimonios de guerra', surgieron de una actitud de este tipo. Para los cónyuges, la vida sexual era justamente lo que no debía ser: un simple medio para conseguir un fin, el placer, mientras que lo normal –y lo ideal– es que sea un medio de expresión, la expresión de esa compenetración que llamamos amor”.

Sin embargo, la actitud provisional no se da sólo en situaciones tan duras y extremas como una guerra. Se da en la vida cotidiana cuando afrontamos ésta sin plantearnos objetivos significativos a conseguir y realizar. ¿Qué actitud subyace a expresiones del tipo “para qué estudiar si encontrar trabajo está muy mal de todas formas” o “no hago planes de qué haremos el año que viene, ya veremos si dura nuestra relación”? En estas situaciones se renuncia a las metas pero no, por ejemplo, a vivir de los padres sin estudiar ni trabajar o a mantener relaciones con la pareja que no impliquen afrontar responsabilidades de futuro.

Todo hombre necesita un proyecto de vida, un para qué del día a día y de cada situación. El proyecto de vida no puede ser una formulación abstracta sobre lo que queremos ser o realizar en nuestra vida personal y social sino que ha de traducirse en un estilo de vida, sujeto creativamente a la influencia cultural.

El estilo de vida es el conjunto de nuestro comportamiento cotidiano en el que ponemos en práctica nuestros valores y disvalores. Es decir, el estilo de vida revela nuestro proyecto de vida, del que podemos ser conscientes o no. El estilo de vida de una existencia provisional revela una postura nihilista ante la vida que renuncia a la adhesión a valores pero no al goce del momento.



La actitud provisional ante la existencia no está justificada en ningún caso. La vida no carece de sentido ni siquiera ante una muerte inminente. Incluso en este caso el hombre está ante una tarea muy concreta y personal, aunque sólo fuera la de llevar a término el sufrimiento recto, íntegro, de un destino auténtico.

b) Actitud fatalista ante la vida

Esta actitud consiste en considerar que no es posible, en absoluto, tomar el propio destino en las manos, ya que éste se encuentra determinado por fuerzas o factores diversos, ya sean externos o internos, sobre los que uno no puede influir: creencia supersticiosa en el poder del destino, por ejemplo, ver la vida determinada por la posición de los astros; creer que toda nuestra vida depende de haber nacido en una determinada familia o cultura o barrio; creer que todo está en las manos de Dios y nosotros no podemos decidir nada de nuestra vida; decir ‘me han educado así’, ‘yo soy así y no puedo cambiar’; pensar que siempre ha habido ricos y pobres y nosotros no vamos a cambiar nada, etc.

Desde esta perspectiva, el hombre no cuenta con libertad para cambiar su propia vida ni incidir en el mundo, por tanto, tampoco tiene responsabilidad por la situación personal y social en que se encuentra. Cree que las cosas tienen que ser como son y que no pueden cambiar, *quedándole sólo la resignación.*

c) Pensamiento colectivista

El pensar colectivista implica querer pasar desapercibido, integrarse en la masa, porque da miedo asumir la responsabilidad personal, renunciando, por tanto, a uno mismo como persona.



Para no disentir (y así no ser rechazado) se renuncia a construir un mundo propio y a expresarse personalmente. El pensamiento colectivista lleva, por una parte, a la despreocupación y a la no participación social y, por otra, a la aceptación de todo tipo de modas, al consumismo y demás fenómenos de masas.

Al aceptar los modelos culturales, renunciando a su transformación, y al situarse en el conformismo, la persona se adapta a una creciente nivelación de los valores, abrazando el pluralismo y el relativismo como coartada para una ética individualista. Así, va perdiendo su especificidad, la aportación única y original que está llamada a dar a la sociedad. Se diluye en la masa y actúa como si fuera sólo la parte de un todo, liberada de toda responsabilidad. La razón del colectivismo reside en esta tendencia a eludir los cometidos que hemos de asumir como individuos.

Hay que distinguir la masa, de la comunidad. La masa es una suma de seres despersonalizados mientras que la comunidad necesita a los distintos individuos, al igual que, a la inversa, todo individuo necesita la comunidad para poderse realizar a sí mismo, es decir, para poder ser persona. La masa existe, la comunidad se construye.

La masa no acepta la individualidad, pues ésta sólo le causa molestias. Por ello, lucha contra las individualidades, las oprime, les roba su libertad, las recorta a favor de la igualdad (en el sentido de ajustarse a la media o al modelo ideal que se propone socialmente). En la masa se nivelan las individualidades y las personalidades desaparecen siguiendo una tendencia hacia la uniformización.

Grandes fuerzas trabajan para potenciar esta actitud colectivista que se traduce en un estilo de vida propio de la sociedad



de consumo. En este sentido nos pueden ayudar a reflexionar las siguientes palabras (Ruiz de la Peña, 1997, pg. 26):

“La ingeniería social, apreciativamente menos alucinante que las ingenierías nuclear o genética nos está inoculando nuevas pautas de conducta cuyas nociones clave son ‘ajuste’, ‘adaptación’, ‘conducta socialmente orientada’, ‘adquisición de aptitudes sociales’, ‘trabajo de grupo’, ‘vida de grupo’, ‘lealtad de grupo’, ‘dinámica de grupo’, ‘ideología de grupo’, ‘creatividad de grupo’. Esta insistencia en ‘lo grupal’ (abominable neologismo) resulta sospechosa; nos remite a obras de literatura-ficción tan poco tranquilizadoras como *1984* (Orwel) o *Walden Dos* (Skinner). Intereses muy poderosos y nada inocentes pugnan por introyectar en las conciencias una vocación de clan, una propensión a la conformidad o al conformismo, una lealtad inquebrantable a las ofertas de los grandes almacenes. En Occidente todos los niños ven los mismos dibujos animados, todos los adolescentes se contorsionan con los mismos ritmos, todos los adultos son solicitados por los mismos slogans; los telefilms, las películas, las noticias periodísticas, los programas políticos, las opciones electorales... son los mismos para todos. Asistimos a un colosal proceso de homogeneización transcontinental. (...) las multinacionales de la sociedad de consumo lo tienen más fácil con rebaños de ovejas uniformemente trasquiladas que con lobos esteparios”.

d) Fanatismo

El fanatismo implica renunciar a las propias ideas y a la propia conciencia al asumir, sin enjuiciar, por la seguridad que le aportan, las ideas, formas de vida, etc. de un líder, un grupo, un partido político, un cantante, un equipo de fútbol...

Asimismo, el fanático olvida la personalidad de los otros (su libertad de decisión y su dignidad de persona), de los que no piensan como él, pues lo único que importa es su opinión. Sin embargo, él tampoco tiene opinión propia, sino que la opinión “pública”, que tan fácilmente es tomada por ciertos individuos



(el dirigente, un grupo concreto, una idea...), lo tiene a él. Esto es lo que hace que el fanatismo sea tan peligroso: “que la opinión pública se apodere tan fácilmente de los fanáticos y que ciertos individuos se puedan apoderar también con facilidad de la opinión pública. (...) Se puede entender así lo que se dice que exclamó Hitler durante una conversación: ‘¡Qué suerte para los gobernantes que las personas no piensen, sino que prefieran que les den todo pensado!’” (Frankl, 1986b, pg. 52-53).

En un pensamiento fanático el fin justifica los medios y los otros pueden ser degradados a ser considerados como simples medios para conseguir un fin. Esto sucede continuamente, sobre todo en la política fanática, que no se detiene siquiera ante los hombres, sino que los incluye en sus objetivos políticos.

Estas cuatro actitudes (provisionalidad, fatalismo, colectivismo y fanatismo) alejan a la persona de poder escuchar y desarrollar su propia conciencia; por ello, no se da verdaderamente cuenta de su alienación y consecuentemente no pone en marcha estrategias para salir de la situación.

Desde este punto de vista podríamos decir que es más saludable (mayor posibilidad de desarrollo personal) para una persona llegar a desarrollar una neurosis noógena (problemática psicológica clínica que viene originada por una falta de sentido de la vida o por conflictos de conciencia) que presentar este “mal de nuestra época” que representan estas cuatro actitudes. En el primer caso, la persona siente el malestar de su conciencia o vacío existencial, lo que actúa como señal de alarma y posible movilización personal para buscar alternativas a la situación. En el segundo caso, la vida transcurre dentro de una existencia impersonal y/o fanática que no se plantea cambiar. Es decir, la re-



lación entre esta problemática y la neurosis noógena es inversamente proporcional, ya que quien puede tener un conflicto de conciencia está al abrigo de tal existencia impersonal y fanática.

¿Cuál podrá ser, en nuestra época actual, una línea de comportamiento adecuado, que constituya una salida, para superar la cultura nihilista que se ha sembrado en nuestra sociedad y que nos envuelve en una espiral de destructividad, falta de sentido y de muerte de tantas vidas humanas?

La respuesta a esta pregunta nos dirige a una capacidad básica del ser humano: *la autotranscendencia*.

Capacidad de autotranscendencia

Para poder situarnos de forma personal en nuestra sociedad (expresarnos a nosotros mismos y vivir los valores que queremos vivir) es necesario que nuestra propia identidad sea sólida y estable, al mismo tiempo que flexible. Pero la propia identidad no consiste en estar centrado de forma narcisista y egoísta en uno mismo, sino en la relación y el encuentro con el otro.

Sólo en un camino de superación del narcisismo es posible instaurar relaciones interpersonales genuinas, profundas y duraderas (cfr. Del Core, 1998), ya que el narcisismo lo que hace es establecer relaciones funcionales o de control (el otro está en función de mis objetivos, es un medio para mis fines y/o tengo que controlarlo para que haga lo que yo quiero, me haga sentir importante...).

El paso del narcisismo (sólo existo yo) a la aceptación de la realidad (existe el otro y la diferencia) no es automático, sino fruto de un largo proceso de crecimiento que comporta la re-



nuncia al propio egocentrismo que hace del “sí mismo” el referente único e insustituible.

A nivel social, este desarrollo consistiría en el paso de la “cultura del monólogo” a la “del diálogo”, contribuyendo a la construcción de una “cultura de la paz” (cfr. Del Core, 1998).

En definitiva, este desarrollo sólo puede darse a través del ejercicio de una capacidad específicamente humana, la capacidad de autotranscenderse.

En virtud de esta característica del ser humano, la existencia personal se orienta hacia cualquier cosa o persona que está más allá de sí misma: un significado que realizar u otra existencia humana que encontrar. En palabras de Frankl (1986, pg. 26-27):

“La... capacidad humana, ...de la autotranscendencia, denota el hecho de que el ser humano siempre apunta y se dirige a algo o alguien distinto de sí mismo (...). Sólo en la medida en que vivimos expansivamente nuestra autotranscendencia, nos convertimos realmente en seres humanos y nos realizamos a nosotros mismos. (...) nosotros somos humanos en la medida en que somos capaces de no vernos, de no notarnos y de olvidarnos de nosotros mismos dándonos a una causa para servir, o a otra persona para amar”.

Un ejemplo muy simple y cotidiano que puede acercarnos a la comprensión de este concepto es considerar como una madre o un padre puede atender a su hijo enfermo aunque tenga un fuerte dolor de cabeza (toma distancia respecto a su dolor y no deja que éste dicte su comportamiento para autotranscenderse ocupándose de su hijo más que de su dolor).

La conducta humana es realmente humana en la medida en que actuamos en el mundo para vivir y poner en la realidad, el mundo de los valores.



En otras palabras, el ser verdaderamente persona no puede darse sin los demás. No depende exclusivamente de uno mismo. Es preciso lanzar puentes de una existencia a otra. La existencia, cuando se realiza, va más allá de sí misma.

El ser persona es estar aquí y ahora, en el mundo, en la historia y en nuestra cultura, relacionándonos con ésta. Somos persona a través de los otros, al abrimos a los demás, al mundo, a todo lo que nos trasciende.

Es decir, la capacidad de autotrascendencia es la capacidad de apertura. Y la apertura es la actitud de la persona que está dispuesta al encuentro con el otro y con el mundo y al diálogo con uno mismo y con la trascendencia.

Este estar abierto a los demás, al diálogo con uno mismo y con el mundo y para los creyentes abiertos a Dios, implica necesariamente un cierto grado de tensión; una tensión sana, necesaria para la vida, que nos moviliza, que nos activa.

Por la capacidad de autotrascendencia el hombre se reconoce permanentemente en la tensión de “estar vuelto” a lo que no es él o a quien no es él; no para confundirse con el otro, ni para dominarlo, sino para descubrir en el encuentro su verdadero ser, su verdadera identidad y realización personal.

En la actual sociedad narcisista, dominada por el culto de la imagen en clave de espectacularidad y basada en las promesas ilusorias del consumo y de lo efímero, resulta siempre más difícil desarrollar dinamismos de apertura y generosidad que lancen a la persona fuera de sí hacia horizontes globales y significativos. En lugar de ello se potencia el estar centrado en el objetivo de ajustarse a los modelos ideales que se ofrecen (aunque sea a costa de la anorexia o trastornos de la alimentación en general, sentimientos de inferioridad, actividades de evasión...).



Además, se teme el derrumbamiento de la “imagen” que se tiene. En palabras de Pina Del Core (1998):

“Tomar distancia de uno mismo no es una tarea fácil porque presupone que la persona sea bastante sólida para no temer el derrumbamiento de la imagen que se tiene. Ello resulta tanto más difícil para el narcisista en quien la incongruencia y la oposición entre el sí mismo y la imagen, entre el concepto verdadero de sí y el falso o superficial, provocan una escisión tal que incita a la negación de los sentimientos y, por consiguiente, a la incapacidad de reconocer la propia necesidad de causar impresión y de ser aprobado y a aceptar la insatisfacción y la frustración o la rabia por temor a disminuir o perder la propia imagen” (pg. 83).

La esencia de ser persona está en la apertura comunicativa y relacional. En otras palabras, la persona es un ser en relación. En esta relación el hombre se hace a sí mismo, al mismo tiempo que es y permanece constructor del mundo y de la sociedad. El concepto de sociedad en tal contexto, se explica como un espacio histórico que el individuo debe desarrollar, entre y con los otros, como lugar de sus posibilidades únicas e irrepetibles. Así, *el sentido de la existencia humana supera los mismos límites de la persona para introducirse en los más amplios de la comunidad.*

Se hace evidente, de esta manera, el carácter de reversibilidad (doble dirección) de la relación que se instaura entre el individuo y la sociedad. En efecto, no es sólo que la existencia del individuo necesite de la comunidad para adquirir un significado pleno, sino que también la comunidad lo adquiere por la presencia y acción del individuo.

Esta relación persona-sociedad está marcada por la radical responsabilidad que caracteriza el ser del hombre porque es un “ser libre”. Así, en esta relación la persona se enfrenta a los siguientes interrogantes:



- Si no lo hago yo, ¿quién lo hará?
- Si no lo hago ahora, ¿cuándo lo haré?
- Si lo hago únicamente para mí mismo, ¿quién soy yo?

La primera pregunta nos remite a que cada persona es única e irrepetible y, por tanto, lo que cada uno puede hacer no lo puede hacer otro. Nadie puede ocupar el lugar de otro en la tarea común de desarrollo de la propia sociedad y la humanidad en general. Cada ser humano tiene un cometido personal en el cual es insustituible.

El segundo interrogante se refiere a la unicidad del momento presente. Cada situación es única, tiene sus propias características y no se repite, de lo que se deriva la responsabilidad por lo elegido y vivido en ella: lo que la persona realiza queda en la historia para siempre y lo que decide no realizar “se pierde”.

La última pregunta está relacionada con la orientación hacia el mundo de los valores y de las tareas significativas que cada uno ha de descubrir y realizar día a día. En el mundo, en cada situación, el hombre encuentra el significado y los valores que la vida en ese momento le ofrece en medio del interrogante que para la persona representa tal situación. El hombre es responsable de la respuesta que da ante esos valores. La orientación hacia tales valores está motivada por la voluntad de encontrar el sentido en cada momento concreto de la existencia más que por la búsqueda directa de la satisfacción personal de las propias necesidades o del afán de superación.

En este contexto de unicidad, responsabilidad y sentido, podemos redescubrir el encuentro con el otro como lugar de fidelidad con el ser, con la vida y con la propia relación interpersonal.



La verdadera relación social es un encuentro entre personas. Ello implica preguntarse con sinceridad: la persona que encuentro, ¿es única para mí?; ¿tiene para mí “un nombre”?; detrás de su cara, ¿leo una historia?; ¿participo de su historia y ella de la mía?; ¿o bien es un simple títere, un anónimo personaje funcional según mis actividades y, en el fondo, para mí no hay diferencia en tener delante a esa u otra persona? En definitiva hemos de preguntarnos: ¿es ella que responde a mis deseos y necesidades, o bien soy yo que presto atención a su existencia única e irrepetible?

El encuentro entre dos personas únicas e irrepetibles es realmente auténtico en la medida en que alcanza la dimensión inmediatamente superior, aquella en la cual el hombre se trasciende en dirección a un significado y en la que toda la existencia se compara directamente con el mundo objetivo del sentido y los valores (logos). Por el contrario, un diálogo y un encuentro no abierto al sentido y, por tanto, que no se basan en una intersubjetividad autotrascendente (salir cada uno de sí mismo para encontrarse con el otro y de esta forma también consigo mismo), permanecen como un diálogo y encuentro sin logos. Esta situación hace que la relación se mueva en el estrecho horizonte de buscar únicamente satisfacer las propias necesidades sin, en cambio, buscar los fines objetivos, llenos de desafíos y de provocación que tienen un carácter de demanda y piden ser realizados.

Por ello, si nuestra esencia nos lanza a un verdadero encuentro con el otro y a tener un proyecto de vida con sentido, sabiendo que podemos ser de otra forma diferente a la que somos ahora, ¿no se nos abren perspectivas de esperanza en contra de nuestro individualismo narcisista y hacia la construcción de for-



mas de vida comunitaria que transformen la sociedad en un verdadero mundo? Tal vez así se pueda cumplir esa definición de mundo como “el espacio histórico-cultural en el cual el hombre, junto con los demás, intenta realizar la propia existencia, creando una comunidad más humana”.

Responsabilidad “de qué” y “ante qué o quién”

Al igual que la libertad tenía un “de qué” y un “para qué”, la responsabilidad tiene también un “de qué” y un “ante qué”.

En el acto de decidir aparece un objeto de decisión que implica un “de qué” y un “contra qué” de tal decisión (decidimos hacer una cosa y no otra u otras). Por ello, la responsabilidad supone necesariamente que uno es responsable de algo. Este “algo” es la realización de un mundo objetivo de sentido y valores.

El hombre es responsable de la decisión tomada, en primer lugar, ante su propia conciencia. Cuando se realiza lo significativo, la persona tiene su mérito, cuando se realiza lo no-significativo, tiene culpa (como veremos posteriormente).

Vemos, nuevamente, que la existencia humana no está exenta de tensiones. La tensión es necesaria al hombre. Debe evitarse toda tensión enfermiza pero es preciso aceptar las tensiones saludables; aquellas que vienen de la dialéctica “ser-deber ser”, “sentido-sin sentido”. Por ejemplo, si por mi experiencia, historia personal y habilidad o inhabilidad social, mi relación con los otros se mueve dentro de unos patrones de timidez, he de asumir la tensión que se deriva de reconocer y aceptar mi carácter y, contando con él, ir mejorando mi forma de relacionarse con los demás. Es decir, por el autodistanciamiento (que veíamos en



relación con la libertad) me situó frente a “mi timidez” y por la autotranscendencia me dirijo a la realización del valor de la relación social. Soy responsable, así, de su realización o no.

Además, desde esta concepción de la responsabilidad, el hombre aprende que la vida no le adeuda placer sino que le ofrece sentido. La tarea del ser humano no consiste en preguntar por qué a la vida sino en ver qué le pregunta la propia vida para poder responderle y hacerlo adecuadamente.

El siguiente ejemplo (Lukas, 1993, pg. 51-54) puede hacernos reflexionar sobre la importancia de escuchar la pregunta que la vida nos hace en una situación determinada y descubrir qué sentido encierra para nosotros y, por tanto, conocer cuál es nuestra responsabilidad.

“El siguiente caso me lo contó el Dr. Robert Barnes, jefe del Departamento de Orientación y Desarrollo Humano en la Universidad de Hardin-Simmons (Abilene, Texas), uno de los más destacados logoterapeutas de los Estados Unidos.

Dos familias, ambas con niñas pequeñas, que vivían una al lado de otra, eran íntimas amigas. Una mañana una de las madres, en el camino hacia el supermercado, se paró en la casa de su amiga, salió del coche dejando la puerta abierta e incluso el motor encendido, preguntando a su amiga, como solían hacer, si podía traerle algo. La otra madre se alegró porque estaba preparando la fiesta del cuarto cumpleaños de su hija y necesitaba algunas chucherías y elementos de decoración. Las dos mujeres hicieron enseguida la lista de compra.

Entretanto, la pequeña niña vio el coche de los vecinos delante de la casa. Mary había jugueteado a menudo en el coche y trepó por la puerta abierta. Lo que pasó después sólo puede presumirse. La chiquilla probablemente movió el cambio automático de la posición de parking y se cayó cuando el coche arrancó. El coche rodó sobre ella y la aplastó.

Su madre salió de la casa en ese momento. Aterrada se acercó corriendo a su hija y la tomó en sus brazos. Mary, que todavía esta-



ba consciente, miró directamente a los ojos de su madre mientras la sangre manaba de su nariz, boca y oídos. Luego murió.

El tiempo, en este caso, no restañó las heridas. El trauma permanecía presente. Noche tras noche, la madre se despertaba torturada por las imágenes de los sueños en que veía la cara de su hija cubierta de sangre, con sus ojos fijados en su madre. Un terapeuta no logró reconfortarla, al contrario, buscando causas en el pasado (cuestiones como si Mary había sido deseada) llevó a la madre a tal situación que se puso histérica en la consulta del doctor. El terapeuta rápidamente la llevó por la puerta trasera no queriendo que los demás pacientes de la sala de espera vieran la "escena". Con sentido pero con poco tacto, el terapeuta dio a la mujer la dirección de una clínica para la prevención del suicidio y volvió a la consulta.

Tras este descorazonador intento de buscar ayuda, pasaron varias semanas terribles. Durante el día la mujer permanecía pasiva, paralizada por el miedo a las pesadillas que torturaban su cuerpo y su alma. Luego su hermana, en una visita, le sugirió ver al Doctor Barnes. "Es un psicoterapeuta que trabaja con un método diferente. Quizás pueda ayudar".

Trato de reconstruir las palabras con que el Dr. Barnes me contó el caso:

"La paciente parecía sin vida, sufriendo con un conflicto interno. ¿Qué podría ser lo que se oponía entre ella y el dominio de su tragedia? Una de las frases que ella repetía insistentemente me dio la pista. '¿Por qué tuve que presenciar la muerte de mi hija? ¿Por qué tuve que ser testigo de este horrible momento que jamás podré olvidar?'

Aquí estaba el corazón de la tragedia, la apertura por la que la logoterapia podría entrar. 'Mi querida Sra. X.', le dije, 'usted ha sufrido una pena inenarrable, pero estoy tan contento de que cogiera a su hija en brazos; de que no se parase a mitad de camino hacia su hija, paralizada por el terror, tapándose los ojos ante la insoportable visión. Cogiendo a su pequeña le permitió decirle realmente adiós. Si no, la última cosa que habría visto hubiera sido el neumático sucio rodando sobre ella. Su acción le permitió ver los ojos de su madre y leer en ellos el amor que había rodeado toda su corta existencia. Podemos estar seguros de que la niña no sufrió en ese momento porque esos daños tan fuertes eliminan todas las



sensaciones del sistema nervioso. Ella se sintió a salvo y segura. No hay mayor seguridad en la tierra, especialmente para un chiquillo, que los brazos de su madre. Su acción permitió a la niña, rodeada por su amor maternal, dormirse en el lugar más seguro que la vida puede proporcionar; ¡qué hermoso adiós!. Pero usted tiene que pagar un precio por la ayuda que dio a su hija, el precio del recuerdo de ese terrible momento de partida’.

Mientras hablaba, la mujer escuchó atentamente y pareció encontrar una paz interior. ‘¿Quiere usted decir que lo que hice estuvo bien, bien para Mary?’, preguntó, y yo vi el fondo de sentido tras la oscuridad de su pena. ‘Era lo mejor que podría haber hecho en esa situación’, le aseguré. ‘Sin dolor y segura en mis brazos’, murmuró y después se levantó. ‘Si es así, puedo vivir con la memoria de la cara ensangrentada de mi pequeña Mary’.

‘Cuando la vuelva a ver en sus sueños de nuevo, tómela en sus manos y protéjala una vez más’, le dije cuando se iba de la consulta. Mis esperanzas se realizaron cuando supe, en una sesión de seguimiento, que ella podía dormir sin pesadillas...”

Esta madre, al asumir el “precio” que tenía que pagar por ayudar a su hija, recupera su salud. El descubrir el sentido de esa situación, que, al mismo tiempo, constituye la responsabilidad de realizar un *valor de cuidado y amor*, la capacita para afrontar el sufrimiento. La respuesta a la pregunta que la vida le lanzaba, en lugar de continuar preguntando ella el por qué a la vida, la saca de la desesperación. Por la realización del valor de ayudar a su hija, acepta la respuesta que dio en la situación del accidente, por ser la requerida en ese momento para prestar esa inestimable ayuda y asume, también, las consecuencias de esa respuesta.

El “de qué” de la responsabilidad de esa situación lo constituye el valor descubierto. Esta mujer se responsabiliza y, por tanto, asume dar una respuesta y las consecuencias que de ella se derivan, para vivir el sentido (valor), peculiar y único del momento.



Por otro lado, esta madre se responde a sí misma, y responde a su hija. Aparece, por tanto, el “ante qué o quién” de la responsabilidad: la propia conciencia y la trascendencia.

El ser humano siempre es responsable ante algo y ante alguien de las decisiones que toma y de las respuestas que da a la vida. Este algo es, en primer lugar, la propia conciencia. Asimismo, la persona también es responsable ante los demás de las respuestas que va dando en su vida y con su vida a la sociedad, a la construcción de ese mundo como comunidad más humana.

Pero éstas no son las instancias últimas ante las que el hombre es responsable. Detrás de la conciencia está el misterio; para los creyentes, Dios (este aspecto lo abordaremos posteriormente en otro apartado).

Cuestiones para la reflexión

1) ¿Qué nos hacen pensar las siguientes reflexiones que sobre la responsabilidad hacen algunas personas en proceso de recuperación de un problema de drogadicción? (Textos tomados de Martínez Ortiz, 1999, pg. 42-43).

“Hoy asumo la responsabilidad haciendo consciente el hecho de que todo lo que he vivido, sentido, destruido y/o construido ha sido por elección u omisión propia, hoy me permito equivocarme y asumir mis errores, enfrentar mi realidad sin evadirme en ningún momento. Soy responsable de muchas cosas que no quise que pasaran, pero ante eso, ahora soy más emprendedor, optimista y tolerante”.

“Soy responsable ante mi vida, ante mi recuperación, ante mi mismo, ante mi entorno, ante mi estado de ánimo; soy responsable ante la humanidad, pero principalmente ante Dios”.



“La responsabilidad se relaciona con la recuperación en todo sentido, soy responsable de perdonarme todos esos fondos, soy responsable de estar alerta, de ¿qué hago? Y ¿cómo lo hago?, ¿con quién me relaciono?, ¿por dónde paso?, soy responsable de mi honestidad, de mi sentido de vida... soy responsable de mi recuperación”.

“Con la responsabilidad aprendí a ser consciente de asumir mis obligaciones y actos frente a un problema. También aprendí a ser libre de elección y que tengo la opción de decir que *no* a las drogas. Con la responsabilidad también puedo alcanzar la confianza y el verdadero autoperdón...”

- 2) ¿Encuentro dificultades en expresar y vivir mis valores ante los demás? ¿Renuncio a expresar mis ideas por no significarme ante ellos? ¿Me guío por las expectativas que los otros tienen sobre mí? ¿Procuro adaptarme siempre a la moda en el vestir, en los lugares que frecuento, en el uso de mi tiempo libre...?
- 3) ¿Creo que puedo cambiar aspectos de mi vida o me acomodo en la situación actual porque considero que no puedo variar nada?
- 4) ¿Realizo muchas cosas que en realidad no quiero hacer?, ¿se por qué las hago? ¿Me propongo realizar cosas y proyectos que considero importantes?
- 5) ¿Analizo las ideas de los grupos en los que me muevo?, ¿coincido totalmente con ellas o encuentro diferencias y las hago ver? ¿Pienso que los demás encontrarían la respuesta a sus problemas si siguieran el camino que yo recorro?
- 6) A la hora de tomar mis decisiones, ¿cuento con las repercusiones que éstas tendrán para mí y para los demás?, ¿me ayuda a decidir el contrastar las alternativas con ciertos criterios y valores que descubro como importantes o el criterio es cubrir mi propia necesidad o deseo, sin plantearme tal contraste?



7) En mi relación con las personas, ¿me intereso por lo que ellas quieren y necesitan o estoy con ellas para conseguir mis fines (ej. no estar solo, que me ayuden y participen en mis proyectos, etc)?

8) ¿Tengo obligaciones y relaciones con otra u otras personas y encuentro satisfacción en ser fiel a estas obligaciones y relaciones? ¿Creo en una tarea de mejora de la sociedad y actúo a favor de dicha tarea?



3

CONCIENCIA

Consideraciones sobre el término “conciencia”

El término conciencia hace referencia a la capacidad de conocer, la cual se dirige a órdenes o campos variados. Unos ámbitos están relacionados con el conocimiento objetivo, otros con los órdenes estético, ético o moral. Así, por ejemplo, empleamos el término conciencia en relación con la teoría del conocimiento y también hablamos de conciencia estética y conciencia ética o moral. No obstante, hemos de tener presente que entre los diferentes órdenes existe una relación de interdependencia.

Por tanto, considerar el dinamismo de la conciencia nos sitúa dentro de la reflexión sobre qué es conocer, sentir, valorar y proyectar y sus múltiples interrelaciones. Es decir, nos llevaría a plantearnos la relación inteligencia-conciencia pues podemos decir que dirigir nuestras motivaciones y atender al mundo, construir la propia libertad, llevar hábilmente la negociación con nuestras limitaciones..., todo esto es inteligencia humana y



en todos esos procesos encontramos en su raíz la intervención de la conciencia.

Es interesante para esta reflexión considerar la aportación de algunos trabajos sobre “inteligencia creadora” que consideran que la inteligencia, por ejemplo, tantea proyectos (inventados o copiados), procurando encontrar uno que haga sonar alguna nota profunda en su interior (cfr. Marina, 1993). Así enlazamos con una última y principal capacidad negociadora de la inteligencia: poder pensar valores además de sentirlos.

La logoterapia destaca que la emoción y el sentimiento (no como elementos psicológico-afectivos sino como el “centro de la persona”) tienen un alcance inmenso en su forma de conocer que es superior al de la razón y la inteligencia (parafraseando a Pascal: “el corazón tiene sus razones que la razón no conoce”). Se sitúa en una teoría del conocimiento en la que el sujeto conoce la esencia del objeto por su específica capacidad de “estar con” (el objeto “está ahí”; el sujeto “está con”) que no es otra cosa que la intencionalidad del ser humano.

En esta línea la fenomenología dice: toda conciencia es conciencia-de-algo y en cada acto de conciencia atiendo al objeto que constituyo. Sin embargo, sabemos que no se atiende a todo sino a lo que se constituye en valioso para mí, a lo que doy valor. Las cosas me llaman o yo me entrego o ambas cosas. Podríamos decir que la atención es el enlace de la conciencia con el valor. La persona establece el orden de sus intereses y de su atención ante los estímulos del mundo en cada situación en que se encuentra. No somos espejos que “reflejan” la realidad, sino conversadores que la “entrevistamos”. El hombre sólo puede hacerse cargo de la realidad dándole un significado (cfr. Marina, 1993).



Podemos conocer por esa capacidad de intencionalidad, de “estar con”, de ser-en-relación-al-mundo. Es decir, el “estar con” posibilita el conocimiento. Frankl (1987a) distingue el conocimiento esencial del conocimiento existencial porque el ser espiritual es capaz, no sólo de “estar con” otro ser, sino, especialmente, de “estar con” otro ser de la misma naturaleza, de carácter espiritual y, por eso, semejante.

El conocimiento esencial funda la verdad en el sentido de la ‘adecuación entre el intelecto y la cosa’; el conocimiento existencial funda la verdad en el sentido de acuerdo, es decir, en cuanto tener un mismo corazón, una empatía (Etchevere, 1997).

La *mutua presencia entre seres espirituales* se llama “estar uno con otro”. Además, sólo entre seres de la misma naturaleza se puede dar el “estar con” de forma completa. Diríamos que no podemos comprender las cosas, sino sólo explicarlas; en cambio, podemos comprender lo humano: los seres humanos pueden comprenderse entre sí. En este sentido, Frankl (1987a) señala cómo en hebreo el conocimiento y la unión sexual se expresan con el mismo vocablo.

En definitiva, la teoría del conocimiento frankliana enuncia que el conocimiento supone, hasta cierto punto, la igualdad de naturaleza de las “parejas”.

Entre seres que no son del mismo orden no se puede establecer una relación cognoscitiva recíproca. Sólo entre seres humanos espirituales puede haber una comprensión plena, un “estar uno con otro”. Esto, a su vez, sólo es posible en el amor, el cual constituye el *modo de ser interexistencial*.

Esferas que se sitúan por debajo o por encima de la humana no pueden ser plenamente comprendidas por el hombre. Así, Frankl (1987a) nos dice:



“Se constata así, de nuevo, cómo el conocimiento humano sólo es válido para una esfera intermedia: la esfera humana y lo que se sitúa un poco por debajo y por encima de ella; frente a los electrones, por ejemplo, nuestra comprensión fracasa lo mismo que frente a Dios”.

Por ello, el origen del conocer se sitúa en una esfera anterior a la reflexión, la razón o la lógica. Distinguimos, por tanto, entre un saber primario y una conciencia secundaria de este saber (cfr. Frankl, 1987a). Lo que suele llamarse conciencia es la conciencia autorreflexiva, la conciencia del propio saber; es una “autoconciencia” o “conciencia autorreflexiva”. Sin embargo, a ella hay que oponer una conciencia inmediata (ese saber primario).

Si nos fijamos en las áreas de la conciencia existencial (como puede ser la ética, la estética o el amor), nos podemos acercar mejor a este concepto de lo que podríamos llamar el “origen inconsciente de la conciencia”.

Las decisiones importantes y auténticas –existencialmente auténticas, relacionadas con el deber ser, el amor o la experiencia estética– de la vida humana se toman de manera no racional (son irreflejas), inconsciente. La conciencia es algo “pre-lógico”. Nunca es totalmente racionalizable (al menos en su inmediata realidad de ejecución). Esto sólo es posible en una etapa posterior. En palabras de Frankl (1988b, pg. 34):

“... la conciencia sólo es capaz de descubrirse a una ‘racionalización secundaria’. Así, todo ‘examen de conciencia’ es únicamente concebible como algo que sucede después; por lo demás, también el fallo de la conciencia es en última instancia inescrutable”.

La conciencia nos descubre algo que está por hacerse real. Esto es, lo anticipa mediante lo que llamamos “intuición”. En este sentido (para anticipar lo que ha de realizarse, ha de intuirse



primero) la conciencia ética es de hecho irracional y sólo en segundo término racionalizable. Es una realidad análoga a la del amor. Este anticipa al “ser que puede ser” la persona amada, contempla y descubre sus posibles valores; anticipa algo en su visión espiritual.

Lo mismo que ocurre con la intuición espiritual de la conciencia ética, sucede con la inspiración espiritual de la conciencia estética. Radica en la esfera de la espiritualidad inconsciente y, a partir de ella, el artista crea. Así Frankl (1988b) nos dice:

“A partir de ella crea el artista, y en ella están y permanecen las fuentes en que éste se nutre, en unas tinieblas que nunca es posible iluminar totalmente con la luz de la conciencia. Más aún, constantemente tenemos pruebas de que al menos una conciencia excesiva más bien interfiere en esa producción ‘que arranca del inconsciente’; no pocas veces la introspección, constituye un serio estorbo para el artista creador. Toda reflexión innecesaria no puede menos de perjudicarle en su obra” (pg. 39).

Vemos, por tanto, como para Frankl la espiritualidad inconsciente, en la que radica el origen de la conciencia, es el “núcleo de la personalidad humana”, la “persona profunda” que ha de ser inconsciente necesariamente. En palabras suyas (Frankl, 1988b):

“Sin embargo, como ya se ha indicado, la verdadera persona profunda, es decir, lo espiritual-existencial en su dimensión profunda, es siempre inconsciente. (...) Esto es debido a que la ejecución espiritual de los actos, y consiguientemente la entidad personal como centro espiritual de dichos actos, es propiamente una pura ‘realidad de ejecución’; en la ejecución de sus actos espirituales la persona queda de tal modo absorbida que deja por completo de ser reflexionable en su verdadera esencia, es decir, que de ninguna manera puede aparecer en la reflexión. En este sentido, la existencia espiritual, el yo propio y auténtico o, por decirlo así, el yo



‘en sí mismo’ es irreflexionable y en consecuencia solamente ejecutable, sólo “existente” en sus realizaciones o, dicho de otro modo, como ‘realidad de ejecución’ (...) en otras palabras: en su profundidad, ‘en el fondo’, lo espiritual es necesario por ser inconsciente. (...) Dicho en otros términos, el espíritu es, precisamente en su origen, espíritu inconsciente” (pg. 29-30).

Para ilustrar estas ideas Frankl (1988b) propone el ejemplo del ojo: en el lugar de entrada del nervio óptico, la retina tiene su “punto ciego”; así también el espíritu es ciego a toda autorreflexión allí donde tiene su origen, es “inconsciente” de sí mismo.

Conciencia y actuación en el mundo

A través del conocimiento intuitivo la conciencia descubre las posibilidades de lo real y por su capacidad de autodeterminación el hombre persigue hacerlas realidad actuando mediante proyectos.

No hay proyectos desligados de la acción. El proyecto va a activar, motivar y dirigir la acción y, para ello, ha de tener un atractivo suficiente. Es decir, ha de ser considerado como valioso (responder a un valor). A su vez, el origen del proyecto está en un deseo de actuar, de realizar lo que valoramos.

Mediante la acción realizamos el proyecto. Esta vocación de realidad lo distingue de la ensoñación. El proyecto está siempre condicionado por la realidad incluyendo, por tanto, la gestión de las restricciones y limitaciones existentes.

En definitiva, el funcionamiento de la conciencia implica mirar la realidad, verla, dejarse preguntar y apelar por ella, descubrir lo que resuena en el interior de la propia conciencia, valorando así dicha realidad, para responder y dirigir nuestra acción en tal realidad.



Esa mirada atiende tanto a mi realidad personal, y veo y siento lo que me pasa, como a la realidad social, la cual analizo y me cuestiona (Acevedo, 1999, habla en el primer caso de “conciencia intransitiva”, que me relaciona conmigo mismo, y en el segundo de “conciencia transitiva”, que me relaciona con los otros, con el mundo).

Es decir, al captar la realidad nos relacionamos con diferentes ámbitos de nuestra existencia. Tal captación no es neutra ya que parte de que nuestra atención es selectiva hacia aquello que valoramos; nuestra subjetividad está inevitablemente actuando, expresándose.

Después elaboramos ese contacto a partir de todo nuestro mundo interior (nuestra historia, nuestra representación del mundo, nuestros sentimientos, nuestros valores...) Esa elaboración no es sólo algo cognitivo, sino que se “saborea”, “se vive”. Por último actuó, me voy autoconfigurando y vuelco algo al exterior.

En este proceso se pueden dar *distorsiones*. Por ejemplo:

- Si *no se tiene una correcta visión de la realidad*, aunque en mi mundo interior no existan importantes problemas en la forma de procesar la información y relacionarme con ella, mi respuesta al exterior estará equivocada (aunque no tenga conciencia de estar en un error).

Un problema, cualquier situación, ha de contextualizarse para captarla y entenderla mejor. Se ha de poner un problema (personal o social) dentro de la problemática y situación general: ver el problema en el horizonte de la vida, pues “el problema es el lugar que ocupa en nuestra vida” (Acevedo, 1999).

Si nos encontramos tan cerca de un árbol que sólo podemos ver su tronco y follaje, el árbol nos bloquea el camino que que-



remos seguir y no tomamos perspectiva para ver el bosque en que nos encontramos. Así no podemos descubrir el camino real que nos conduce al lugar donde queremos llegar.

Si me centro de tal forma en un problema que no puedo verlo en un contexto más amplio (qué otras cosas tengo o me pasan en mi vida, qué esperan otros de mí, cómo viven situaciones semejantes otras personas, qué otros problemas existen a mi alrededor que tengan alguna relación de causa o efecto con respecto a la situación...) mi acción estará equivocada (tengo menos posibilidades de resolver el problema y mi aportación al mundo será más limitada y desorientada).

- Si tengo una correcta visión de la realidad (por ejemplo, conozco que existe hambre en el mundo, que existen causas estructurales internacionales que originan esa situación en la que los países del Norte, en su conjunto, obtienen beneficios a costa del sufrimiento en los países del Sur) pero mi *relación interior con esa realidad es inadecuada* (hace que me bloquee, me quede indiferente, me deprima...), mi respuesta se encaminará en una línea objetiva equivocada.

Una línea de coherencia entre una correcta visión de la realidad (ya sea de mi realidad personal o social), una relación con la misma que me lleva a asumirla viendo lo positivo y lo negativo, valorándola, considerando tanto las posibilidades y limitaciones personales y sociales como la relación entre lo que es tal realidad y lo que puede llegar a ser, me sitúa en la línea de proyectar una acción que no está distorsionada y de introducir eso en la realidad.

Somos seres-en-el-mundo. Vivimos nuestra vida expansivamente. La relación conciencia-mundo es consustancial al ser hu-



mano. Somos seres culturales y nuestra conciencia se va desarrollando con la participación de la cultura contemporánea. Al mismo tiempo, somos creativos e introducimos en el mundo nuestra aportación.

Es necesario cultivar el desarrollo de nuestra conciencia para que ese transcurrir desde una correcta visión de la realidad a una adecuada relación valorativa con la misma y a una acción sobre ella no esté distorsionado.

Ese cultivo tendría que llevarnos a saber ver lo que nos pasa a nosotros y a los demás, contextualizar esa visión relacionando nuestras informaciones, experiencia, sentimientos..., contrastar todo ello con las informaciones, experiencias, sentimientos... de otros, con la experiencia histórica personal y social.

Asimismo, también requiere ir construyendo nuestra propia sensibilidad y valoración en nuestra interacción con la realidad, vivenciar en profundidad lo que somos y podemos llegar a ser.

Es importante con respecto a la visión de la realidad, tener presente también que no todo en la realidad es explicable ni comprensible. En la realidad nos encontramos con unos elementos que se pueden explicar y otros que constituyen un enigma y podrán, en un futuro, encontrar explicación. Pero también existen elementos que nos remiten a un misterio.

A la hora de ver la realidad no se nos puede escapar que la cultura tiene dos ámbitos: uno lo constituye la realidad científico-técnica, social, económica y política; el otro nos remite al misterio. En este sentido, estamos de acuerdo con quienes afirman que "quien es ciego para el misterio es tuerto para la realidad". Esta no es totalmente abarcable a la comprensión del ser humano.



Por otra parte, en cuanto a la necesidad del esclarecimiento personal de valores y sensibilidad ante la realidad se pueden dar “carencias valorativas”, es decir, se puede no apreciar determinados valores, no saber descubrirlos. Una conciencia que va reduciendo carencias valorativas, es decir, que va siendo sensible a la vivencia de más valores, está en un proceso de desarrollo que amplía sus posibilidades de actuación en el mundo y, por tanto, su propia realización existencial (no existe tal realización ni sentido en la vida sin acción).

Conciencia y descubrimiento del sentido

En la concepción de la logoterapia la conciencia se define como “la facultad de descubrir y localizar ese único sentido que se esconde detrás de cada situación”.

En esa relación esencial hombre-mundo, el ser humano al captar, vivenciar y valorar la realidad descubre aquella posibilidad única que puede ser realizada por él y no por otro y que es necesaria en esa situación dada en que se encuentra. La conciencia actúa, como decíamos, por intuición o anticipación espiritual permitiendo a la persona descubrir el significado único de esa situación para el propio ser personal, también singular y único. La conciencia percibe la posibilidad única e individual que se destaca dentro del contexto general de la situación.

La vida del hombre es siempre específica (se refiere a un sujeto particular, concreto, individual), por tanto, la tarea o el sentido a realizar tampoco puede ser algo general, válido para todos los hombres, sino que varía de hombre a hombre.

Al mismo tiempo, la tarea también cambia de una situación a otra porque cada una de éstas tiene unas exigencias propias e



irrepetibles. Será la conciencia la instancia con la que el hombre percibe qué tipo de significado conlleva una determinada situación y así la persona podrá actuar con responsabilidad. En su decisión puede contar con la orientación de valores universales.

Sin embargo, la conciencia humana está marcada por la limitación de toda persona y puede caer en el error. Su falibilidad llega hasta tal punto que hasta el último momento de su vida, el hombre no puede saber si, efectivamente, ha realizado el sentido de su vida, o si se ha engañado continuamente. De esta forma, el hombre ha de vivir entre *la incertidumbre y el riesgo*: la conciencia le deja la duda de haber fallado el verdadero sentido, pero el hombre no puede sustraerse al riesgo que corre al obedecer a su conciencia.

El hecho de que la conciencia sea falible exige de parte del hombre una actitud de humildad para reconocer que los otros pueden estar en lo cierto mientras que uno mismo puede estar equivocado. Esto no niega que exista una verdad, pero nadie puede saber si él y no otro es quien la ha encontrado.

Con ello, nos situamos ante el tema de la *tolerancia*. Esta no es lo mismo que indiferencia, ni tampoco identificación con las convicciones de los otros. Tolerancia es, sobre todo, el respeto por la conciencia de otro. Cada uno ha de obrar según los dictados de su conciencia. Esto tampoco implica la no validez de las normas morales, sino el reconocimiento de que la conciencia es la única instancia capaz de armonizar la ley moral con la situación única e individual de una persona. Por ello, un hombre no ha de pasar a juzgar a otro, pues no sabe si éste, en ese determinado momento, está siguiendo la voz de su conciencia. Ello no quiere decir que el hombre escuche siempre el dictamen



de su conciencia, puede también reprimir su voz e, incluso, actuar en contra de ella.

Esta última afirmación nos remite, por contra, a una distinción general que llega a hacer Viktor Frankl sobre la existencia de dos tipos de hombres (Frankl, 1987a, pg. 241):

“Existen sólo dos razas: la raza de los hombres honestos y la raza de los hombres viles”.

La tolerancia no implica aprobar todos los hechos de los demás. Aquellos han de ser juzgados, valorados y recibir nuestra respuesta.

Por otra parte, la tolerancia ha de basarse en el verdadero diálogo en el que cada uno se sitúa y presenta su forma de ver y de ser y estar en el mundo, al mismo tiempo que se interesa por la propuesta del otro. Este es un requisito esencial para el encuentro.

El diálogo muere con la “intencionalidad propositiva” (Acevedo, 1999), es decir, cuando al dirigirnos al encuentro con el otro se dan propósitos o intenciones previos (algo que conseguir del otro) con lo que la otra persona es convertida en objeto, en medio para un fin. Aparece, aquí, la propaganda, la cual no pretende sino la instrumentalización.

Hablamos de la conciencia como “una voz”, que el hombre debe seguir (pues el hombre es responsable frente a ella), lo que nos hace pensar que debe ser algo distinto del hombre mismo, algo extrahumano (para poder explicar que nos hagamos “siervos de nuestra propia conciencia”). Como apuntábamos en el tema de la responsabilidad, la conciencia no es la última instancia ante la que el ser humano puede ser responsable; detrás de la conciencia está el Misterio, Dios.



En definitiva, en la concepción frankliana, la conciencia es un fenómeno que trasciende al puro ser-hombre: la conversación del hombre con su conciencia no sería un diálogo sino un monólogo si en ésta no “resonara” la voz de la trascendencia. Sólo con esta condición puede la conciencia conducir al descubrimiento de los significados encerrados en cada situación particular.

La conciencia asume, así, una doble perspectiva (cfr. Fizzotti, 1977): por una parte nos transmite el mensaje que el trascendente nos envía y, por otra, representa la respuesta a la conversación del hombre con ese trascendente.

La humanidad, a lo largo de los siglos, ha dado sin temor a ese trascendente el nombre de “Dios”. Asimismo, podemos mantener que esta instancia trascendente ha de ser Alguien (personal) y no Algo para que verdaderamente pueda existir una relación del hombre con un Tu.

En este sentido, Frankl en su juventud llega a definir a Dios como “el interlocutor de los más íntimos soliloquios del hombre” (cfr. Chiquirrín, 1988). El que mantiene una autoconversación puede ser teísta o ateo, pero, de una forma u otra, habla con Dios. El primero se diferencia del segundo en que considera que el interlocutor de ese diálogo interior no es él mismo sino Dios.

Desde este planteamiento, si se concibe la vida como una respuesta a interrogantes planteados a la persona, entonces, la voz de la conciencia viene a ser la respuesta a cada empeño que, al darse en la conversación con Dios, se descubre como una tarea específica confiada a ella. Así, la tarea, para el hombre religioso, se convierte en misión. El sentido que nos descubre la conciencia está en relación con un supra-sentido y la realización de valores en relación a un supra-valor (aspectos que veremos en un capítulo posterior).



Por tanto, la expresión “voz de la conciencia” nos remite a la reflexión sobre el origen de la conciencia misma y, en definitiva, del propio ser humano, ante la que se dan respuestas teístas y ateas. De alguna forma, decir “voz de la conciencia” es hablar de que la conciencia es algo más que el propio yo (ante éste no podría darse la responsabilidad) y no puede venir del propio sujeto (no es autocreada, no es un Super-Yo), sino de una instancia objetiva ante la cual es posible la responsabilidad (la conciencia brota de la trascendencia).

Asimismo, esta trascendencia de la conciencia del ser humano nos sitúa ante un tema de especial importancia en la obra de Frankl, en su concepción antropológica: la religiosidad inconsciente.

Frankl descubrió que tras evidentes síntomas neuróticos (o neurosis reales) puede hallarse una relación a la trascendencia que está cortada, impedida o no adecuadamente canalizada. Asimismo, cuando la fe (la credentidad) se atrofia, parece que se deforma y desfigura, degenerando en superstición, no sólo a nivel individual, sino también colectivo. Esto ocurre cuando el sentimiento religioso se reprime ya sea por parte de una razón absoluta o despótica o por una inteligencia tecnicista.

También el sentimiento religioso puede ser instrumentalizado por poderes y grupos y originar vivencias personales y grupos fanáticos y sectas por los que el hombre renuncia a su propia conciencia y produce una actuación distorsionada en el mundo.

La conciencia es el recinto del encuentro del hombre con el misterio. El mundo ha de ser el lugar que potencie y estimule el encuentro personal del sentido y los valores por parte de la propia conciencia, pues esto es lo que orienta la acción, el proyecto de persona y sociedad que queremos construir.



Actualmente existen grandes mecanismos de manipulación de las conciencias, lo cual constituye la agresión más fuerte y sutil de que podemos ser víctimas. Algunos de sus efectos los hemos visto al considerar el hastío del espíritu, otros los veremos en el capítulo sobre la voluntad de sentido. Todos ellos tienen implicaciones culturales y sociopolíticas inabarcables desde el objetivo de estas páginas.

Esta misma situación reclama nuestra respuesta; nos es dada, no la elegimos, pero sí tomamos postura ante ella con nuestro estilo de vida. Este constituye nuestra respuesta y nuestra responsabilidad. Un proyecto y actuación no distorsionado o equivocado requiere: un crecimiento en la forma de mirar la realidad y entenderla en su amplitud contextualizando las situaciones; un desarrollo de la sensibilidad para la captación y vivencia de valores (ir disminuyendo las carencias valorativas) y una orientación para ir poniendo en la realidad nuestra aportación para acercarla a lo que puede llegar a ser.

Cuestiones para la reflexión

1) ¿Conozco mis valores? ¿Los he asumido personalmente?

En esta reflexión puede ayudar saber que antes de que un valor lo sea totalmente debe ajustarse a los siguientes criterios (cfr. Simon, 1982):

1. Ser elegido libremente.
2. Ser elegido entre varias alternativas.
3. Ser elegido después de una reflexión adecuada.
4. Debe ser apreciado y querido.
5. Debe afirmarse en público.



6. Llevado a cabo.

7. Debe ser parte de un patrón activo y repetitivo.

En nuestra reflexión podemos descubrir valores y también indicadores de valor. Estos últimos pueden incluir metas y objetivos, aspiraciones, intereses, sentimientos... pero es necesario ir clarificando las motivaciones que subyacen y si pueden ir cristalizando como elecciones personales con las que nos comprometemos.

2) ¿Cómo oriento mi acción en el mundo? ¿Considero importante ampliar mi visión de la realidad como medio de desarrollo de mi propia conciencia?



4

VOLUNTAD DE SENTIDO

El comienzo de la era moderna trajo consigo el nacimiento de las ciencias naturales, surgiendo de su evolución una concepción “*naturalista*” del hombre y un planteamiento “*utilitarista*” respecto al mundo, con el desarrollo de la técnica.

En el siglo XIX avanza la concepción del ser humano como un ser “*natural puro*”, por lo que la comprensión total del hombre pretende hacerse sólo desde los conocimientos de las ciencias, soslayándose su genuina naturaleza, su propio ser. Así, podemos hablar de visión reducida de la persona (reduccionismo antropológico) que proviene del planteamiento general del “*naturalismo*” y que se puede expresar de formas diferentes, según el punto de vista desde el que se esté considerando al ser humano.

En este sentido se habla de “*biologismo*”, “*psicologismo*” o “*sociologismo*”, como formas sesgadas de concebir al ser humano al buscar una explicación de su esencia desde un prisma único y cerrado, sea desde las leyes biológicas, las psicológicas o las sociológicas.



Estos planteamientos, herencia histórica del advenimiento de la ciencia y técnica actual, no son simples consideraciones teóricas sino que están presentes, actualmente, en los comportamientos cotidianos de las personas y en las formas de organizar y estructurar la vida social, económica, laboral, cultural, etc. de la sociedad. Podemos considerar algunos ejemplos de estos reduccionismos.

La *psicología* es un campo en que es fácil ver reduccionismos al considerar al hombre. Por ejemplo, el psicoanálisis ve la conducta del hombre determinada por la satisfacción de impulsos para aliviar tensiones; toda la vida del hombre, incluso sus intereses y valores más profundos también son interpretados así. Lo ilustramos con una anécdota de Frankl.

“Después de que en el marco de una entrevista se me apostrofó que como ‘Profesor de Neurología y Psiquiatría’ debería estar informado sobre los condicionamientos biológicos, psicológicos y sociológicos del hombre invité a reflexionar en el hecho de que no solamente era profesor en dos especialidades, sino también sobreviviente de cuatro campos de concentración y, como tal, testigo de la capacidad del hombre de resistir aún a las peores condiciones. Y si Sigmund Freud dijo una vez: ‘trátase de exponer al hambre a un grupo de personas diversas y con el aumento de la necesidad apremiante de alimentos, todas las diferencias individuales se borrarán y, en su lugar, aparecerán las manifestaciones uniformes de este instinto no gratificado (Gesammelte Werke, vol V, p. 209), lo que sucedió en realidad fue más bien todo lo contrario. En el campo de concentración la gente se volvió más diferenciada aún. Los cerdos se desenmascararon. Y también los santos. El hambre los descubrió. Ese hambre era el mismo en un caso y otro. Sin embargo, la gente se diferencia” (Frankl, 1988, pg. 150-151).

El conductismo ortodoxo, por su parte, entiende el ser humano como producto de su entorno, lo que induce al intento de



“producir” seres humanos por medio de cambios en el medio ambiente. Es un reduccionismo interpretar toda conducta del hombre como fruto exclusivo de las leyes del aprendizaje (como vimos, por ejemplo, en la visión errónea esquematizada en la Figura 5).

No es lo mismo un impulso o un condicionamiento que una decisión. Son fenómenos en esencia diferentes. No se pueden incluir en una misma categoría.

Los seres humanos somos algo más que meros productos de nuestros impulsos o del entorno. Como hemos visto, nos hacemos como “productos propios”, contando entre otras cosas, con todas nuestras variables psicológicas. Incluso, en una línea de trabajo cognitivo-conductual, que en los últimos años se ha inclinado de forma creciente al esclarecimiento de los efectos del intercambio social, se está dando cada vez más importancia a los factores individuales. Por ejemplo, en el fenómeno de la drogadicción se llega a incluir entre las múltiples variables con las que se intenta explicar, la variable de decisionalidad, es decir, la decisión de la persona de drogarse. No obstante, esta línea de trabajo tampoco toma como tema directo de su estudio este tipo de variables, las engloba en “la caja oscura” de variables del organismo.

Ejemplos de una visión reducida del hombre, desde un planteamiento *biologicista* se ven en los siguientes planteamientos y situaciones:

- Algunas líneas de estudio dentro de diversas disciplinas postulan: “el hombre es un mono que ha tenido éxito y la ética es secreción de la genética” (ej. en la sociobiología), “la mente es el cerebro y el cerebro es un robot” (ej. en materialismo fisicalista)... Así, el hombre no existe más que como constructo especulativo.



- Un profesor de ciencias explicaba a sus alumnos que la vida no es más que un proceso de oxidación y combustión. A ello un alumno le preguntó: “entonces, ¿qué sentido tiene la vida?”.
- En algunos ambientes actuales no es raro oír que “el amor no es más que cuestión de química”. Se reducen la dimensión de encuentro y elección personal y la dimensión psicológica del enamoramiento a la biológica.

En *medicina*, una visión parcial, reducida, del enfermo, conduce a la despersonalización. La especialización del cirujano hace que se ocupe de operar órganos y miembros y pase por alto el estado anímico y lo que es peor, el sufrimiento personal de quien tiene ante sí. Por ejemplo, ante un paciente, al que se le iba a practicar una operación leve, el cirujano (que no lo conocía ni se había leído la historia clínica) dijo “¿qué le tengo que hacer a éste?”. Esta situación nos hace pensar que, aparte de la irresponsabilidad, se está viendo y tratando a la persona como un pedazo de carne. Se ignora su preocupación y sufrimiento al ver sólo el mal físico, lo que implica reducir la persona a su cuerpo. Una nueva forma de comprender el modo humano de enfermar considerando la totalidad del ser humano, frente a una concepción reduccionista, la podemos encontrar en las obras de Acevedo (1996, 1998).

Otra visión reduccionista es, por ejemplo, la que considera al hombre como una mera pieza del *sistema económico* y da lugar, entre otras muchas cosas, a la situación de paro estructural, el trabajo temporal o precario... y a su aceptación como elemento necesario en el sistema de producción. También lo es considerar que la conciencia del hombre depende unívoca e inequívocamente de las estructuras socioeconómicas.



Por otra parte, con el desarrollo de la *técnica* el mundo es degradado por el abuso que se hace de la misma desde un planteamiento utilitarista, pasando por alto su objetivo final, posible y necesario, de hacer de la tierra un lugar cada vez más ajustado y adecuado para el desarrollo integral de todos los hombres. En palabras de Ruiz de la Peña (1997, pg. 20-21):

“... la técnica es altamente perita en medios, pero absolutamente inepta e ignara en fines; que propende a transmutar los medios en fines, o a presentar los medios como si fuesen fines; que esta transmutación es perversa y que, cuando tiene lugar, puede hacer de la técnica una máquina segregadora de inhumanidad. Según von Weizsäcker, hace unos años la pregunta que se hacía la gente sobre la ciencia y la técnica era: ‘¿hasta dónde podemos llegar todavía?’; hoy la pregunta es: ‘¿hasta dónde se nos quiere llevar todavía?’. La razón de esta nueva formulación probablemente tenga que ver con algo que Einstein constataba: vivimos en un tiempo de medios sofisticados y de fines embrollados, lo que hace que el ciudadano de a pie no las tenga todas consigo en lo que al progreso técnico se refiere [‘la perfección de los medios y la confusión de los fines parece ser la característica de nuestro tiempo’]. (...) Una cultura unidimensionalmente técnica, que se pretende cercana a los problemas cotidianos y concretos y, por ello, pragmática, utilitaria, conduce derechamente al tecnocratismo, con su visión distorsionada, deforme de lo real; termina siendo, en suma, anticultura”.

Ante esta situación que tiene en su base una concepción reduccionista y utilitarista del hombre y del mundo, no es de extrañar que en nuestro siglo se sienta la necesidad de un giro hacia una reflexión sobre lo inmediato, en un doble sentido: volver en sí para tomar conciencia del propio ser (la reacción a la pérdida de conciencia de su ser), así como vuelta a encontrar el verdadero sentido (la reacción a la pérdida de conciencia de la razón final de toda técnica). Estos son interrogantes existenciales que, en definitiva, se centran sobre la vida y su sentido.



Estos interrogantes son desvelados y difundidos con mayor profundidad y crudeza a raíz de las guerras mundiales y, en mayor grado, de la segunda (cfr. Frankl, 1988a): ésta no hace sino poner de manifiesto, de forma mucho más dramática, que el ser humano hacía tiempo que había olvidado la exigencia de Kant de que “cada cosa tiene un valor y sólo el hombre su dignidad”.

La experiencia que los hombres y mujeres de cualquier edad y condición viven en esa situación la podemos ver reflejada en las siguientes palabras (Frankl, 1988a, pg. 90):

“Bueno, en esa época, absolutamente todo se había vuelto dudoso: dinero, poder, fama, suerte, todo esto se había desvanecido para el hombre. Pero junto con ello, el hombre mismo había desaparecido, abrasado por el dolor y ardiendo en sufrimientos dejando sólo su ser. Todo lo desvanecido era lo que *tenía*: se tiene dinero, fama, poder, suerte; pero el hombre es hombre. Lo que quedaba, pues, era el hombre mismo, lo humano en él. En el horrible entrevero de las batallas, acorralado en los refugios antiaéreos y en los campos de concentración, al hombre se le reveló la verdad: lo decisivo en todo y cada uno es el hombre. Pero, ¿qué es el hombre? Él es el ser que siempre decide. Y él decide siempre de nuevo lo que es, lo que será el próximo momento. Existen en él las posibilidades de ser ángel y de ser diablo. Pues el hombre, tal y como lo hemos conocido –y lo hemos conocido como en ninguna otra generación anterior–, es el ser que inventó las cámaras de gas, pero al mismo tiempo es aquel que penetró en ellas, erguido con la Marsellesa o con una oración en los labios”.

Esta experiencia, que cuestiona la esencia del sentido de la existencia del hombre y de la humanidad, sigue hoy presente, en muchos lugares de la tierra de esta forma salvaje (con guerras, hambre, enfermedades y epidemias evitables, etc.) y en otros de una manera soterrada (manipulación de las conciencias, paro...).



¿Qué significa que el hombre está frente al interrogante existencial? Este cuestionamiento básico no es otra cosa que poner en duda al hombre mismo: ¿qué es el hombre y la humanidad?, ¿es, en alguna medida, diferente de los demás seres y elementos de la tierra? De ahí también se derivan las preguntas correspondientes a las formas de relación entre unos hombres y otros y con todos los demás seres: ¿por qué no tratar al hombre como un medio económico al servicio de los intereses del dinero?, ¿cómo podemos utilizar los elementos disponibles en la naturaleza?, etc.

Una tendencia de signo positivo que responde a los reduccionismos naturalistas y tecnocráticos va afrontando estas cuestiones hablando en términos tales como “el enigma del ser” y “la realidad velada” que es nuestro mundo. Así, podemos decir que diversos nombres de primera fila en el campo de la física, la biología y la filosofía de la ciencia, se cuentan como científicos y pensadores sensibles a percibir la naturaleza sabiendo que no es completamente abarcable con sólo el utillaje tecnológico (cfr. Ruiz de la Peña, 1997, pg. 27).

Asimismo, nuestra experiencia personal y la reflexión sobre la experiencia de la historia de la humanidad, especialmente la de sus momentos más difíciles, evidencian que el hombre es un ser que decide sobre sí mismo y sobre el mundo, por lo que podríamos decir que su esencia comienza donde el “naturalista” dice que termina, en la decisión y la apertura.

La vida de cada persona y sociedad depende de la decisión de lucha de cada uno, y, si no queremos vernos convertidos en cómplices de los nuevos sacrificios de millones de hombres, nuestras decisiones nos llevarán al verdadero desarrollo de nuestra autotranscendencia, a dirigir voluntariamente, *intencio-*



nalmente, nuestro esfuerzo, nuestra lucha, en definitiva, nuestro sacrificio, a la realización del verdadero progreso del género humano y del mundo en el que habita. En esta línea encontramos la palabras de Viktor Frankl (1988a, pg. 91-92):

“Y sería deseable que la humanidad alcanzara esta conciencia de mundo y mutua correspondencia de todas las personas de buena voluntad...

Antes, el activismo se hallaba unido a un optimismo, a la fe en el progreso. Hoy es así que, justamente la fe en un progreso automático en una evolución automática, paralizaría nuestra actividad y adormecería nuestra conciencia. Hace mucho que estamos alejados de semejante fe en el progreso... pues sabemos de qué es capaz el hombre. Pero si decíamos que hemos visto y comprobado que todo depende del hombre, debemos agregar: depende de cada individuo... Y depende de su decisión de lucha, de su voluntad personal de sacrificio, si no quiere verse convertido en cómplice de la repetición del sacrificio de grandes masas humanas. De esa manera no temerá el sacrificio de su propia vida, pues ¿qué vida sería ésta, si significara un valor en sí y ese valor justamente no consistiera en que puede ser ofrendado por otra cosa? Justamente en el campo de concentración surgió esta trascendencia esencial de la vida, su “intencional” trascenderse a sí mismo”.

La conducta del hombre es intencional, se dirige a algo o alguien y esto en cualquier situación en que se encuentre. Podemos preguntarnos cuál es la motivación fundamental por la que el ser humano orienta su forma de ser y estar en el mundo.

Diferentes corrientes de pensamiento y formas culturales han sostenido que la búsqueda de placer (voluntad de placer) constituye la razón fundamental de la actuación del ser humano. Otros, en cambio, han dado este puesto a la búsqueda de poder (voluntad de poder).

Podemos observar los logros y el desarrollo personal y colectivo que se obtiene cuando las motivaciones fundamentales



de todo comportamiento se centran en la obtención de placer o poder. Podemos reflexionar sobre cómo nos sentimos en la sociedad de la abundancia. Para ello, tomemos las experiencias que se recogen al final de este capítulo, en **Cuestiones para la reflexión**, primera pregunta.

En nuestras sociedades, el sentimiento de falta de sentido y la sensación de “vacío existencial” se extienden cada vez más. Podríamos hablar de una problemática originada en las condiciones sociales actuales. Vivimos en una sociedad de consumo que no sólo pretende la satisfacción de todas las necesidades sino que también estimula la creación de necesidades nuevas; sin embargo, ignora, descuida y frustra la más humana de todas: la necesidad de sentido.

Podemos decir que la motivación más profunda en el hombre no son la voluntad de placer o poder sino su voluntad de sentido.

Por “*voluntad de sentido*” se entiende *la tensión radical, tensión sana, del hombre para hallar y realizar un sentido y un fin y es expresión de la autotrascendencia*. Tenemos la capacidad de salir de nosotros, ir al encuentro del mundo y de la trascendencia (de encontrarme con lo que no soy yo, de encontrarme con un tu). Tenemos la capacidad de salir de nosotros y la necesidad de encontrarnos con el otro y lo otro. Es la *necesidad humana* de encontrar un sentido a la vida y hacerlo realidad o encontrar sentido a aquellas situaciones que obligan al hombre a enfrentarse consigo mismo; *el esfuerzo* del hombre por el mejor cumplimiento posible del sentido de su existencia.

El ser humano necesita experimentar que su vida tiene sentido y si no lo tiene puede caer hasta en depresión y enfermedad



o al menos en una experiencia de vacío de su vida (se siente inútil, no sabe para qué vive, siente que está demás en esta vida).

La realización del sentido es lo que lleva al hombre a su autorrealización y a su felicidad. En definitiva, la búsqueda fundamental del ser humano no estriba en la búsqueda de felicidad, sino en la de un fundamento para ser feliz. Una vez establecido éste, la felicidad o el placer surgen espontáneamente.

El placer, por tanto, es un efecto secundario de la realización del sentido, así como el poder es un medio para alcanzar un fin. El deseo de placer y el de poder surgen cuando se ha frustrado el deseo de sentido. En esta línea consideramos que el principio de placer y el afán de prestigio constituyen un móvil neurótico.

El esquema de la Figura 7 representa esta concepción sobre el placer (cfr. Frankl, 1987a, 1987b).

Figura 7



Lo que el hombre necesita no es tanto el placer como una orientación válida y adecuada hacia valores que realizar y significados que encontrar. Es más, cuanto más se esfuerza el hombre en conseguir la felicidad más se incapacita a sí mismo para lograrla. Un ejemplo muy clarificador de esta idea puede estar re-



presentado por un tipo de casos de impotencia sexual en el que la causa identificada del problema radica en lo que se denomina “hiperintención” (búsqueda expresa y excesiva) de placer. Al centrarse la persona en el objetivo de obtener placer en la relación sexual, olvidando el verdadero sentido de encuentro interpersonal de la misma, centra en sí misma toda su atención en la realización del acto sexual y en observar si el placer llega o no. Este exceso de auto-observación y de intención de conseguir el placer es lo que hace que éste no llegue y se produce un círculo vicioso.

Desde esta perspectiva no se niega el derecho a ser feliz. Toda persona quiere ser feliz. El problema está en el cómo. En la raíz de la búsqueda de la felicidad ha de estar el descubrimiento de que ésta tiene sus cimientos en la capacidad humana de intencionalidad, de dirigirnos a nosotros mismos en el camino de nuestra vida, de establecer las metas y sentidos que queremos perseguir y que descubrimos, al mismo tiempo que asumimos la responsabilidad de lo elegido. Así, el buscar la felicidad no puede ser otra cosa que expresar nuestra capacidad de donación, de salir de nosotros mismos.

También para el poder vale la consideración hecha a propósito del placer: no debe constituir el objetivo de la acción humana, sino la consecuencia de una vida dirigida más allá de sí misma. El deseo de poder situado por delante de la realización de un sentido se convierte en un dinamismo neurótico. En palabras de Fizzotti (1977):

“Es necesario entonces ver como un dinamismo neurótico la voluntad de poder y la tensión por ser superior, el esfuerzo por mostrarse y ser considerado distinto, el afán de ser valorado más y mejor. La necesidad de ser valorado positivamente no es más que la manifestación de una excesiva preocupación por la propia se-



guridad. Y esto lleva inevitablemente a olvidar y a descuidar a los otros, porque lo único que cuenta es uno mismo. (...). Sin embargo, tal tendencia es autodestructiva..." (pg. 138-139).

Esto no quiere decir que el poder no sea un elemento necesario en la vida del hombre. Todo ser humano necesita contar con su espacio de poder, pero siempre ha de ser un medio para alcanzar un objetivo determinado y no un fin en sí mismo. Toda persona necesita cierta base de poder, tanto en el sentido de un resorte financiero como en el de una adecuada estima de sí para poder desenvolverse en su vida y relacionarse con los demás de forma adecuada.

Igualmente, podemos presentar el siguiente esquema (Figura 8) para representar esta concepción sobre el poder (cfr. Frankl, 1987a,1987b):

Figura 8



Si el hombre tiende a actualizar los significados de las situaciones en que se encuentra, utilizará el poder como medio, al igual que la estima de sí o el dinero y como consecuencia obtendrá placer, satisfacción de haber hecho algo constructivo y, en definitiva, felicidad.



Cuando el poder no se considera un medio sino un fin hacia el que tender, se opera una sustitución de fines: los significados y los valores ceden su puesto al poder, a la búsqueda de éxito y ambiciones personales. En tal caso, la motivación original se desvía de modo neurótico y el hombre queda encerrado sobre sí mismo (víctima de su hiperintención e hiperreflexión), de tal forma que, por ejemplo, dentro de un contexto en que todo un grupo adula, alaba y enaltece a una persona, ésta puede centrarse en una mirada de un desconocido hacia ella que cree que no ha sido suficientemente positiva.

A nivel social, la búsqueda de poder da lugar a su acumulación en muy pocas manos, usurpando el poder legítimo de muchos ciudadanos que son privados de las esferas más elementales de decisión sobre su propia vida. Como el poder se ha convertido en un fin en sí mismo, todo, hasta la vida de los demás hombres, puede llegar a considerarse un medio a utilizar para conseguir tal poder perseguido y surgen las tiranías y dictaduras (bien confesadas y reconocibles, bien mitigadas y ocultas bajo formas aparentemente democráticas).

Por el contrario, si nos basamos en la concepción de que la voluntad de sentido es la fundamental en el ser humano, la existencia humana podría estar simbolizada por un "boomerang": al igual que este arma de caza está destinada a alcanzar una presa y sólo vuelve al cazador si no lo ha conseguido, ser hombre significa estar orientado hacia algo que nos trasciende y sólo se torna sobre sí mismo, se interesa exclusivamente por su propio ser, cuando ha errado su misión, cuando ha fallado su búsqueda para encontrar el significado de su vida.

Por tanto, la concepción de la voluntad de sentido nos presenta una jerarquía de valores en que el descubrimiento del



sentido de la vida tiene la primacía sobre el placer, el poder, la autoafirmación y la satisfacción de los propios instintos así como la autorrealización personal. El verdadero puesto de todo esto es el de ser efectos o consecuencias de una realización adecuada del significado de cada situación y de la propia existencia.

Asimismo, otra diferencia entre la voluntad de sentido y la de placer o poder es que la primera no es un impulso. No “empuja” al hombre a la búsqueda de un sentido para hallarse satisfecho y reestablecer su equilibrio interior. Por el contrario, la persona intenta realizar unos valores por lo que estos valen en sí mismos. Los valores atraen al hombre pero éste no es arrastrado hacia ellos sino que, según hemos visto, tiene libertad para decir sí o no a esos valores. En otras palabras, es la persona la que tiende por sí misma hacia algo determinado; le atrae el significado, el sentido, ante el cual ha de tomar una decisión: la de realizarlo o no.

Cuando la voluntad de sentido se frustra aparece la frustración existencial, entendida como *la sensación de la vaciedad o carencia del sentido de la propia existencia, es decir, el sentimiento de vacío existencial*. Por tanto, podemos hablar no sólo de una frustración sexual (del instinto sexual o la voluntad de placer), o de complejos de inferioridad (por frustración de la voluntad de poder) sino también de una frustración existencial (cuando no se cubre la necesidad de sentido).

Ante el vacío existencial

Las *manifestaciones* primeras y más generalizadas del sentimiento de falta de sentido, son el *aburrimiento* y la *indiferencia* o



apatía. Se puede definir el primero como una falta de interés por el mundo y la segunda como una falta de iniciativa para cambiar algo en éste (cfr. Fankl 1990).

En esta situación, el hombre se inclina a querer lo que quieren los demás o a hacer sólo aquello que los demás quieren que haga. En otras palabras, surgen el *conformismo* (en el primer caso) y el *totalitarismo* (en el segundo) como *consecuencias del vacío existencial*. Aquí volvemos a encontrarnos con la problemática generalizada de nuestra época, de una existencia impersonal y/o fanática, que se deriva de la lógica nihilista que veíamos en el apartado sobre el *hastío del espíritu*. Ese temor a la libertad y dimisión de la responsabilidad y la conciencia personal de que hablábamos está directamente relacionada con la falta de objetivos y valores a realizar en la vida personal y colectiva.

Por otra parte, la frustración existencial puede ser la base de la aparición de un verdadero trastorno, la *neurosis noógena* (neurosis que surge por falta de sentido en la vida). La frustración existencial es el caldo de cultivo adecuado para esta enfermedad (se habla de que el 20% de las neurosis pueden ser consideradas neurosis noógenas).

Podemos encontrar diferentes problemáticas psicológicas relacionadas con el vacío existencial: las depresiones que dan los fines de semana cuando la actividad del día no es tan intensa como durante la semana; la depresión de los parados o de los jubilados; la llamada enfermedad del manager que se refiere al exceso de actividad, un vértigo por el trabajo (mezclado con la voluntad de poderío y dinero que desplaza a la voluntad de sentido); el dedicarse al juego o a la bebida al tener demasiado tiempo libre...



La causa de estas afecciones estribaría en la sensación de inutilidad, insignificancia, absurdo; es decir, la sensación de falta de sentido, acompañada del sentimiento de vacío existencial. En todos estos casos se da una huída del hombre de sí mismo, un intento vano de superar la frustración existencial.

Al estar sin cubrir la necesidad de sentido, el hombre pone en marcha tentativas para cubrirla y puede ser fácil el intentar encontrar las respuestas en los caminos que ofrece el seguir la voluntad de placer y la voluntad de poder. Sin embargo, estas vías no hacen sino alejarlo del sentido, pues, como hemos dicho, la felicidad necesita una razón para ser feliz y el poder tampoco puede ser un fin en sí mismo.

La persona se introduce, así, en una espiral en la que al intentar llenar su vacío, al margen del significado de cada situación (pues su atención e intención están centradas en conseguir directamente la felicidad y/o en conseguir poder), se aleja cada vez más de conseguir aquello que verdaderamente necesita, avanzando, por el contrario, en el vértigo del placer y el poder.

En esta situación prolifera lo que Frankl (1990) llama la “tríada neurótica de masas” que se compone de *depresión*, *adicción* y *agresión*. En la práctica, esto significa: suicidio en el sentido estricto de la palabra, suicidio crónico con la drogodependencia y violencia contra los otros, bandalismo, etc.

Diferentes datos estadísticos y estudios de diversos ámbitos de conocimiento abundan en la idea de que una sociedad de la abundancia (donde, como hemos dicho, hay una saturación de satisfacción de necesidades pero se olvida la voluntad de sentido) es el clima más apropiado para que prolifere esta problemática que se desarrolla a partir del sentimiento de vacío existencial.



En este sentido, por ejemplo, se habla del índice de suicidios de los países de alto nivel de vida como Suecia o Austria (cfr. Frankl 1986). Esto no quiere decir que la mayoría de los suicidios se consumen porque haya un sentimiento de falta de sentido, pero lo que se afirma es que el hombre podría superar en mayor medida los impulsos de suicidio si encontrara un sentido en su vida.

Por otra parte, también hay investigaciones (Noblejas, 1994), que nos permiten afirmar que la adicción a drogas está ligada a una situación de frustración existencial, así como que la eliminación del problema de drogadicción está relacionado con un incremento significativo del sentido de la vida.

En esta dinámica, sólo la voluntad de sentido puede trascender la voluntad de placer y la voluntad de poder en el hombre. Sólo la búsqueda del sentido de la situación y la aceptación de las propias responsabilidades pueden orientar al hombre hacia decisiones personales de cambio. *La persecución del sentido no sólo hace feliz al hombre, sino que también lo capacita para afrontar las consecuencias derivadas de la realización del sentido descubierto* (como veremos en otro capítulo).

En los países empobrecidos también podemos encontrar problemas derivados del vacío existencial. La realidad puede conducir a la frustración por exceso y también por carencia. En este último caso, las causas son muy diferentes y siempre puede resultar más fácil encontrar una respuesta a esta situación al tomar la lucha por sobrevivir como motivación que da sentido a la propia vida. Así, coincidimos con Etcheverry (1990), al decir que los sectores marginados pueden encontrar tanto a nivel de pueblo como de individuo, con mayor facilidad, el sentido de la vida a través de la lucha por la liberación de todos los condicio-



namientos, sean del tipo que fueren, y a través del compromiso por la superación histórica de las contradicciones en que se hallan sumergidos.

La frustración existencial del hombre al que nada impide ser protagonista (y que, por tanto, tiene opciones) es similar en sus manifestaciones a la del hombre condenado a ser periférico (que sigue prescripciones). Pero uno, con todo al alcance de la mano, se aburre, mientras el otro está alienado por sus carencias. En el primer caso estamos ante un autovaciamiento en el que se cae por sumergirse irresponsablemente en una sociedad consumista. Sin embargo, el segundo es el resultado de un vaciamiento desde afuera, por la imposición de condicionamientos de todo tipo, muchas veces arrastrados a lo largo de generaciones enteras.

La necesidad de alimentación, vivienda, educación, etc., precisa "satisfactores" que vayan ascendiendo gradualmente desde lo destinado a la mera supervivencia hasta cubrir la satisfacción ontológica (existencia, convivencia, realización, sabiduría, trascendencia).

La interferencia en este proceso ascensional detiene y coarta el desarrollo personal y social. El hombre queda ocupado por lo inmediato y urgente, viendo constreñida su creatividad. Se determina así una traba al ejercicio de la libertad y responsabilidad y, en virtud de ello, el hombre se angustia. No es ya la inquietud sorda, poco definible y muchas veces culpable de la carencia de objetivos y el hastío del espíritu sino el sentirse encadenado, altamente limitado, desde la gestación en el vientre de la madre.

El 'estar en el mundo' así recortado presupone una existencia condenada a una realización parcial y seriamente comprometida en su dimensión trascendente.



En resumen, la vida de cada ser humano tiene un sentido y un valor absoluto. Si ese sentido no se asume ni se realiza, se interfiere la maduración personal y el crecimiento de la humanidad. Cada vez que una vida es destruida (lo que no es sinónimo sólo producir o permitir la muerte sino también de interferir o impedir la evolución, desarrollo y plenitud de la existencia) se empobrece y traba la maduración de todos" (cfr. Etcheverry, 1990).

La propuesta frente a todo ello es la entrega a una tarea con sentido personal que también abarcaría la respuesta a la pregunta sobre la responsabilidad por los demás y por el mundo que habitamos.

Desde ahí, decimos que el Primer Mundo puede encontrar el sentido de su existencia mirando al Tercer Mundo. En la medida en que los ciudadanos de las sociedades del bienestar vean su tarea en la lucha contra el hambre y la explotación de los empobrecidos se ayudan a sí mismos a superar su propia hambre y crisis de sentido. En palabras de Frankl (1978, pg. 35).

"Pero en rigor nadie se debería quejar de una falta de sentido de la vida; porque no necesita más que ampliar su horizonte para observar que, si nosotros gozamos de bienestar, otros viven en la penuria; nosotros nos alegramos de tener libertad; pero, ¿dónde está la responsabilidad por los demás? Hace siglos que la humanidad logró llegar a la fe en un solo Dios: al monoteísmo; pero, ¿dónde está el conocimiento de que somos una sola humanidad...? El conocimiento de la unidad de la humanidad, unidad que va más allá de toda diversidad, sea de color de la piel o de partido político" (pg. 35).

Cuestiones para la reflexión

1) ¿Qué te transmiten las siguientes experiencias y situaciones?

"Efectivamente, hoy en día el psiquiatra se ve confrontado a enfermos –¿o debería decir "no enfermos"?– que se quejan de



un sentimiento de falta de sentido. Ante mí hay una carta de la cual quisiera citar el siguiente párrafo: ‘tengo 22 años, soy graduado universitario, poseo un automóvil lujoso, disfruto de una situación económica segura y hallo a mi disposición más sexo y más poder del que puedo hacerme cargo. Solamente me pregunto, ¿qué sentido tiene todo esto?’”(Frankl, 1988a, pg. 15).

“Se van a sorprender si echan una mirada al consultorio del terapeuta de hoy. Entre los pacientes que concurren, la mayoría no se encuentra en un verdadero estado de necesidad. No pasan hambre ni frío, no tienen que soportar fatigas extraordinarias ni siquiera necesitan exigirse demasiado en su trabajo. Por el contrario, en su mayoría los pacientes están sanos pero no están satisfechos de serlo, poseen abundantes bienes, sin estar agradecidos por ello y se los exime de toda clase de obligaciones sin que ellos se preocupen en lo más mínimo. Los pacientes son neuróticos sin verdaderos apremios ni genuina necesidad. Opuestamente a ellos, existen aún hoy pobres y menesterosos, expatriados, expulsados y receptores de ayuda social, obreros de fábrica, obreros temporarios con familias numerosas e hijos hambrientos, gente que habita viviendas demasiado estrechas y apenas pueden brindar a sus hijos lo más estrictamente necesario para vivir; pero desde el punto de vista psíquico, son ampliamente sanos, no tienen neurosis ni ideas de suicidio, ni tiempo para angustias ni dinero para terapias caras. Trabajo ya hace más de tres años en una oficina de asesoramiento para problemas educacionales y existenciales, es decir, prácticamente en un puesto público al servicio de la comunidad y todas las terapias aún las más prolongadas aquí son gratuitas. Sin embargo, nuestra clientela no pertenece al nivel de los pobres necesitados.



Enfermos francamente psíquicos se encuentran en los niveles medios y superiores. Se trata, pueden creerlo o no, de gente a quienes exteriormente les va bien y que podrían ser felices. Que no lo sean proviene mayormente de que dudan de que su vida tenga sentido o temen haberlo perdido” (Frankl, 1988a, pg. 228-229, tomado de una conferencia de Elisabeth Lukas).

“... son notables las explicaciones de los psiquiatras Wolfgang G. Jilek y Louise Jilek-Aall (Universidad de Colombia Británica, Vancouver, Canadá)...: ‘Para un número creciente de jóvenes indios norteamericanos entre trece y diecinueve años el suicidio es la única acción que se les presenta dotada de sentido en una vida que para ellos ha perdido todo significado. En cuatro años, el número de suicidios se ha duplicado entre los indios de Canadá... En una reserva de Ontario la tasa de suicidios se multiplicó por ocho en relación con cifras anteriores... Los conflictos subyacentes que nosotros descubrimos apenas tenían nada que ver con los complejos psicosexuales de la teoría psicoanalítica...’ Según los resultados de la investigación de los científicos citados, la tendencia al suicidio entre los indios que fueron objeto de su estudio se basaba más bien en: ‘La estructura desintegrada de la mayor parte de las culturas autóctonas tradicionales’”. (Frankl, 1988a, pg. 16).

“Moto roja. Último modelo. Diecisiete años. Apuesta algo a que atraviesa a velocidad temeraria algunos semáforos en rojo en los puntos centrales de la ciudad. ‘Para ver qué pasa’, dice. Y lo que sucede es que hay tres muertos: él, la chica de quince años sentada en el sillín trasero y el conductor del utilitario embestido. Tenía tanto miedo al aburrimiento que prefirió el incidente y el delito al esfuerzo de pararse a reflexionar y hacer algo constructivo.



‘Lo que más miedo nos da en el mundo es el aburrimiento –dice un chico–. Muchos de nosotros prefieren morir a aburrirse’. Esto sucede en algunos momentos particulares: en momentos de pausa del instituto, del trabajo, de las ocupaciones, vacaciones, días de fiesta, domingos. Nos rebelamos contra el tedio porque no se sabe qué uso hacer de la propia libertad. ‘Es tan sólo miércoles y ya pienso con terror en el domingo que se acerca y que no sé cómo pasar’’. (Fizzotti, 1994).

2) Expresa momentos felices de tu vida. ¿Por qué lo son? ¿Perseguías algo en concreto en esa situación? ¿Qué? ¿Reconoces en ellos la culminación de un proceso y el encuentro de un sentido en ello?



5

SENTIDO DE LA VIDA

Tras haber visto la necesidad humana de sentido, podemos plantearnos si, objetivamente, la vida tiene o puede tener sentido para los hombres y cómo realizarlo.

Para contestar a la primera pregunta recurrimos a la experiencia del “ser humano desnudo”; a la vivencia de hombres y mujeres que, conviviendo cotidianamente con la muerte, se enfrentaban a las preguntas últimas por el sentido que tiene su propia vida. Así, encontramos las palabras de Frankl (1988a, pg. 92), refiriéndose a la pregunta hecha por el sentido de la vida desde los campos de concentración:

“Pues, aunque la pregunta de la mayoría fuera: ¿sobreviviré? –si no todo este sufrimiento no tendría sentido–, así también hubo otros cuya pregunta era: ¿tiene sentido este sufrir, este morir? –si no tampoco tendría sentido sobrevivir, ya que una vida que está a merced del azar, de la casualidad, o sea, si con suerte nos salvamos o no, una vida tal no podría ser plena de sentido ni digna de ser vivida, aun si la salváramos–. De esta manera, en los campos de concentración se reveló una plenitud de sentido tan cabal que incluyó además el sentido de sufrir el sacrificio y la muerte”.



Afirmamos, así, que *la vida tiene siempre un sentido*, en cualquier situación, por extrema que sea.

Por ello, entremos a discutir: ¿qué es el sentido?, ¿dónde radica? y ¿cómo encontrarlo y realizarlo?

La referencia al sentido podemos utilizarla en una doble vertiente: una “el sentido de la vida cotidiana” y otra “el suprasentido”. Vamos a considerar las dos.

Sentido “de la vida cotidiana”

El sentido de la vida cotidiana está en relación con lo que cada situación concreta significa para una persona determinada. Cada acontecimiento con que tenemos que enfrentarnos nos plantea una demanda, una cuestión a la que tenemos que responder haciendo algo en relación a la situación indicada.

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. Es decir, sobre el telón de fondo de la realidad, nos hacemos conscientes de una posibilidad a realizar.

Este conocimiento podría describirse como una mezcla entre una percepción (percibimos o vemos algo) y la “experiencia del ajá” (descubro algo, se me hace evidente).

En definitiva, *el sentido de la vida radica en la vida misma*. La vida presenta situaciones a cada uno, en las que cada persona ha de expresarse y realizar aquello que descubre que está esperando ser realizado por ella. Surge de nuevo la estructura dialéctica del ser-hombre: la tensión entre el ser y el deber ser, lo que so-



mos y lo que podemos ser, la discrepancia entre ambos. El sentido, entonces, estriba en reducir esta discrepancia, en acercarse al deber-ser, la existencia a la esencia propia de cada uno. En palabras de Frankl (1987a):

“... 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 deber ser’, sino también ‘llega a ser lo único que puedes y debes ser’. No se trata sólo de que yo sea hombre, sino de que llegue a ser yo mismo” (pg. 245).

Según esto, si el sentido de la vida consiste en que el hombre realice su esencia, se comprende que el sentido de la existencia haya de ser concreto y, por tanto, referido a la persona individual y a la situación concreta.

Por ello, el sentido no se puede dar, sino que debe ser encontrado; ningún hombre puede otorgar sentido a la vida de otro; ningún terapeuta a su paciente, ningún padre a su hijo, ningún maestro a su discípulo, ningún grupo a sus miembros... sino que es la propia persona quien ha de encontrarlo.

Lo que un hombre puede dar a otro en relación con el sentido es el ejemplo de lo que es, el análisis de la existencia de una persona que sí ha encontrado sentido o de los momentos de sentido de la propia persona a la que pretende ayudar.

Puede decirse, entonces, que *el sentido* de la vida *es subjetivo* en cuanto que no hay un sentido para todos los hombres, sino que cada uno tiene uno diferente. Así mismo, también *es relativo*, al estar en relación con una persona concreta y con la situación en que se halla (única e irreplicable).

Sin embargo, estas características nos hacen descubrir, al mismo tiempo, la *objetividad del sentido*: la persona tiene que cap-



tar, comprender y realizar el sentido (igualmente único e irrepetible) adecuado a la situación. Esta unicidad (“lo único que hace falta” en la situación) constituye su transubjetividad; hace que el sentido no sea dado por el hombre, sino que le sea dado a éste, aunque su percepción y actuación dependa de la subjetividad del conocimiento y de su conciencia. El sentido no es inventado por la persona.

A raíz de ello, el asesinato o el suicidio, por ejemplo, puede ser defendido por una conciencia equivocada, sin embargo, no será el sentido que requiera la situación. En estos casos excepcionales, sería legítimo que otra persona (un terapeuta, por ejemplo), “impusiera” a la persona su concepción de los valores y del mundo, basándose en su propia conciencia (siendo consciente de la falibilidad de su propia conciencia y de la del otro).

Al mismo tiempo, diferentes estudios logoterapéuticos muestran que la vida no deja de ofrecer sentido en ningún momento, incluso en la muerte. En esta línea diversos trabajos de investigación realizados desde esta corriente demuestran con procedimientos empíricos que las personas son capaces de encontrar un sentido en su vida independientemente del sexo, la edad, el cociente intelectual, la educación recibida, el medio ambiente, ser creyente o no, etc.

Este descubrimiento del sentido discurre por la captación de que la vida de cada hombre tiene una meta peculiar que se va desvelando en cada situación a la que la persona ha de responder. Sería descubrir que la vida le reserva a cada uno una misión específica, que cambia no sólo de individuo a individuo sino también de momento a momento (el hombre es insustituible y la situación irrepetible); si se deja de realizar el sentido implícito a



una situación, queda perdido para siempre (como veíamos al reflexionar sobre la responsabilidad humana).

De esta forma el hombre descubre el sentido de la situación viendo su aportación única y necesaria, sintiendo con ello, su importancia y valor personal.

Es, en definitiva, el descubrimiento de *la vida como misión* lo que dota a la propia existencia de un sentido asumido personalmente.

Por tanto, el sentido de la vida debe buscarse a partir de la experiencia de cada ser humano y es percibido, dentro del contexto personal, familiar, histórico y social, cuando la persona realiza una acción, experimenta una vivencia o, incluso, cuando sufre.

Existen tres *caminos* (que desarrollaremos posteriormente) por los que el hombre puede encontrar sentido a su vida, en el mundo que le ha sido dado para vivir:

- 1) Hacer o producir algo.
- 2) Vivenciar algo o amar a alguien.
- 3) Afrontar un destino inevitable y fatal con una actitud y firmeza adecuadas.

Estos caminos corresponderían a los *valores de creación, de vivencia o experiencia y de actitud*.

Los valores de *creación* significan “*dar*” de uno mismo a los otros, aportar al mundo. Con ello, con nuestro trabajo, con nuestro actuar, las personas sentimos que nuestra vida tiene sentido; nuestro sentido está en las cosas que hacemos para el mundo.

Por su parte, los valores de *experiencia* se corresponden con “*recibir*”. El sentido se encuentra en lo que el mundo nos ofrece (naturaleza, arte, amistad y encuentro con los otros...). Es un ca-



mino complementario al anterior, de encontrar y realizar el sentido de la vida.

Sin embargo, la vida del hombre no se colma sólo creando o gozando, sino también adoptando una actitud adecuada ante un destino irremisible y fatal. Es decir, *el sufrimiento también es un camino de realización humana*. Es más, la capacidad de sufrimiento o capacidad para realizar valores de actitud, como veremos, es la que puede llevar al hombre hasta los más altos logros humanos: sitúan al ser humano ante su autodomínio y autoconfiguración.

Existe una diferencia cualitativa entre los valores de actitud y los de creación y vivencia. Así, desde la reflexión sobre la experiencia de personas que padecen cáncer en una situación terminal, Kroeff (1998, pg. 39-40) señala tal distinción:

“Ya en los valores de actitud, a pesar de que la capacidad de elección se mantiene, pues su desaparición sería un contrasentido teórico dentro de la logoterapia, hay un cambio direccional en cuanto a la reacción que puede tener la persona. Su reacción ya no puede ser dirigida al exterior: cambiar, seleccionar, eliminar, repetir creaciones o vivencias. Por su propia definición, un valor de actitud se posibilita en el momento que nos ocurre algo que no podemos cambiar; alguna cosa que no fue el resultado de nuestra elección o selección. En resumen, algo que es inevitable de vivenciar: la muerte de alguien, una enfermedad que nos sorprende, (...) el rechazo de una persona amada, un accidente que nos traumatiza. No hay un camino posible de huida de estas experiencias. Es inevitable aceptar lo que la vida nos ha reservado. El cambio direccional es desde el exterior –que no podemos cambiar–, hacia nuestro interior, donde la elección vuelve a ser posible, la cual no es otra que la búsqueda de un significado para esta nuestra vivencia. Estamos frente a un interrogante que la vida nos hace, al que tenemos que responder”.



Las situaciones de sufrimiento son las que enfrentan con más fuerza al hombre a la pregunta por el sentido y lo lanzan más allá del sentido de lo cotidiano, para enfrentarlo a la pregunta última: ¿vivir es un gran absurdo (algo sin sentido) o es un gran supersentido?

Suprasentido

La respuesta a la pregunta por el supersentido es un problema insoluble desde la razón, lo empírico o las ciencias naturales. Sólo se resuelve por decisión, por opción de una contestación determinada. La pregunta por el sentido absoluto fracasa en el hombre. Éste no puede acceder a su descubrimiento; la respuesta escapa a las posibilidades del ser humano.

Las dos interpretaciones, la del “absurdo” y la del “supersentido”, son posibles. Cada una constituye un modo de pensar, una forma de concebir el hombre y el mundo. Y la decisión por una o por otra no obedece a ninguna lógica. Situado ante este interrogante último, el ser humano se encuentra con el límite de la razón y, de esta encrucijada, sólo puede salir mediante una fe determinada (en el supersentido o en el absurdo).

El supersentido es indemostrable, pero también lo es que el hombre y el mundo estén abocados al sin-sentido. Así pues, es posible la existencia de un “sentido elevado”, un “sentido último” del conjunto, del universo o, al menos, de la propia vida como un todo. Es decir, un sentido de “largo alcance”.

La existencia sería como una película en que cada fotograma tendría sentido pero para descubrir el sentido global ha de llegar el final (si bien ha de haberse entendido cada uno de los componentes).



Podríamos argumentar, entonces, en términos de probabilidad racional, diciendo: la mayor parte de las realidades tienen un sentido concreto, por ello la creencia de que todo tiene sentido es probablemente racional. No obstante, la totalidad es inabarcable y por ello su sentido rebasa a la capacidad de comprensión humana. Podría decirse que el todo no tiene sentido, sino "*supersentido*". Éste es "*suprarracional*" (está más allá de la razón y la explicación científica); no se puede concebir; hay que creer en él. Lo que está más allá de la razón sólo puede ser objeto de fe como todo lo que no es sensible sino extrasensible (aunque no por ello es menos inmediato).

Es más, el supersentido no necesita demostración: el que nada tiene sentido, se podría constatar de algún modo, pero si lo que impera es el supersentido no se puede constatar.

En definitiva, el supersentido no es demostrable, pero sí pensable y susceptible de creer. Incluso, *la fe en un supersentido ya es sentido*.

Por tanto, la ciencia no puede contestar a la pregunta sobre el sentido último, sin embargo, no por ello puede negar su existencia. La ciencia es ciega para el sentido elevado, lo deja a la sombra pues éste se encuentra en "otra dimensión", no accesible a la razón o inteligencia humana; una dimensión que escapa, necesariamente, a todo enfoque estrictamente científico.

Ahora bien, si la pregunta sobre el supersentido no admite una contestación intelectual, tal vez pueda contar con una respuesta existencial. Ante el hecho de que resulta igualmente concebible ver las cosas como absolutamente significativas o como absolutamente absurdas el hombre ha de dar una respuesta con su propio ser inclinándose hacia una u otra posición. Es aquí donde cumple su función la fe.



En otras palabras, una persona puede vivir como si existiera un orden, un destino, una misión o como si todo fuese un sin-sentido o un caos arbitrario. Existencialmente se decide por una cosa o por otra. La prueba última de la existencia del sentido es la satisfacción que acompaña a la búsqueda.

Esta fe vivida puede ser religiosa o no. El hombre religioso sitúa a Dios en ese sentido último y descubre en su vida también una misión religiosa. El hombre que no ha realizado una opción religiosa concreta, pero si cree en un supersentido, sitúa ese sentido último en otros valores.

Como señalábamos, este interrogante existencial sobre el sentido o sin-sentido absoluto de la vida humana se hace mucho más radical ante la experiencia del mal, ante la vivencia del dolor. La reflexión sobre tal experiencia se mueve, igualmente, entre dos opciones: la esperanza del sentido y la desesperación del sin-sentido, la creencia y la increencia. Siguiendo a Ruiz de la Peña (1986, pg. 164-166) podemos ver cómo las reacciones del pensamiento secular ante la cuestión del mal puede clasificarse en dos respuestas tipo: 1) el mal como aporte de razones para no creer en un sentido, en un orden, en un absoluto o en Dios (e, incluso, para combatir a Dios) y 2) el mal como reclamo de la existencia de Dios.

En la primera postura se encuentran pensamientos cuyo discurso transita por las siguientes ideas:

“O Dios quiere quitar el mal del mundo, pero no puede. O puede, pero no quiere quitarlo. O no puede ni quiere. O puede y quiere. Si quiere y no puede, es impotente. Si puede y no quiere, no nos ama. Si no quiere ni puede, no es el Dios bueno, y además es impotente. Si puede y quiere –y esto es lo único que como Dios le cuadra–, ¿de dónde viene entonces el mal real y por qué no lo elimina?”

(...)



“De esta postura es racionalmente deducible que no existe el sentido: existe el mal, luego no existe Dios y, por ende, no hay sentido (...).

Partiendo de estas cuestiones, la segunda postura dice:

“Si, Dios existe. Porque, si no existe, ¿qué sentido tiene exigir explicaciones? (...) ¿Es posible creer desde la experiencia del mal?, nos preguntábamos al comienzo. La razón pura responde: no; este ‘universo concentracionario’ (David Rousset) no es digno de crédito. La razón práctica, en cambio, retorna al postulado kantiano y apuesta por una postrera acreditación de la realidad, se atreve a nutrir esperanza en una instancia última que termine justificando el universo, librándolo del juicio sumarísimo y del consiguiente ajusticiamiento a que lo ha sometido su hermana mayor, la razón pura.

Esta actitud de la razón práctica es, pues, razonable. Lo es hasta el punto de poder tildar de incoherencia a la razón pura. Recordemos de nuevo a Adorno: ‘el abstracto nihilismo tendría que enmudecer ante la réplica: ¿por qué entonces vives también tú?’ Si el mundo no es el cosmos, sino caos irreparable, si la existencia no posee ningún sentido, la lógica racional debiera decretar la dimisión de la vida, la negativa a prolongar la trágica farsa. *Finita la commedia*.

De otro lado, los discursos del ‘todo es igual’, ‘todo es inútil’, ‘nada merece la pena’, conducen derechamente al derrotismo, bloquean todo posible movimiento de resistencia al mal, entregan inerme al inocente a la violencia que lo destruye, dismantelan su capacidad de reacción. La presunta lucidez desencantada de la razón pura es, en realidad, connivencia con el mal. Por eso la razón práctica ha tenido siempre, y seguirá teniendo, firmes valedores.

Más aún: mientras que el pesimismo radical es un fenómeno minoritario, elitista, la actitud generalizada, espontánea e irrefleja del hombre de la calle ante la vida es la actitud afirmativa. El hombre propende connaturalmente a acoger la realidad, a aceptarla, más que a repudiarla o a negarla”.

Es en definitiva, como decíamos antes, una decisión existencial por una cosa o por otra, y en tal decisión la persona pone “el peso de su ser”, su propia vida, en un platillo de los dos de una balanza, inclinándola, así, hacia ese lado.



Toda persona da una respuesta, con su propia vida, con su estilo de vida, a estos interrogantes profundos de la persona que, a veces, por la superficialidad en que nos incluimos dentro de la cultura de masas, no pueden hacerse explícitos.

Las respuestas, por tanto, en muchas ocasiones van en esta misma línea, quedándose en la facilidad y comodidad de la falta de profundidad y de evasión ante la pregunta sobre el dolor, sin asumir las consecuencias que de la opción tomada se derivarían para uno mismo, para la humanidad en general y para los que sufren en particular.

Toda conciencia humana ha de plantearse en su justo término qué respuesta da a estas cuestiones para asumir libremente la responsabilidad de su propia vida y ser consecuente con la opción tomada. Ha de considerar la propuesta de hombre y sociedad que de su opción se deriva y ser consecuente con ella.

La distinción que hemos realizado entre sentido y suprasentido es necesaria tanto para una reflexión teórica como para el vivir cotidiano:

- Diferenciar entre sentido y suprasentido para *no obstaculizar la decisión existencial* del hombre y su acción.

En el momento de obrar, el hombre ha de entender adecuadamente su fe en el suprasentido pues podría quedar paralizado: si cree que haga lo que haga el suprasentido se impone sobre la acción (ya sea hacia el absurdo o hacia la significación) la persona se inhibe. Concibe su vida determinada por el Destino y reduce, por tanto, su obrar libre.

El ser humano ha de actuar “como si todo dependiera de él”, de su acción u omisión, obrando con respecto al sentido que descubre en la situación, pues la historia en que se cumple el su-



präsentido acontece a través de las acciones u omisiones concretas de cada uno.

- Distinguir entre el sentido y el supersentido también puede ayudar a *descubrir el sentido del sufrimiento*. Si el propio sufrimiento, cuando es totalmente inevitable, está recogido en una dimensión superior que lo abarca, supera y transforma, tal vez cumpla una misión.

- Partiendo de la convicción de que la vida siempre tiene un sentido para el hombre, los grupos humanos para cumplir también su sentido, han de *posibilitar el descubrimiento de los valores personales* que orienten la búsqueda del sentido concreto de las situaciones para una persona.

Esta labor ha de estar presidida por el respeto a la conciencia de cada hombre, que es la instancia que desvela a éste el sentido de la situación, contando con la libertad y responsabilidad humanas. En esta búsqueda, la persona puede contar con la orientación de los valores considerados universales o los religiosos.

- El hombre ha de buscar cuál es su contribución a la comunidad humana, cuál es su “misión”, en las situaciones concretas y cotidianas que vive. Ello *puede descubrirle cuál es o puede ser su aportación más general*.

- El descubrir la unicidad y singularidad de la aportación personal a los otros al mismo tiempo que es una llamada a la responsabilidad potencia ésta.

Quien no adquiere conciencia de su responsabilidad acepta la vida como una simple contingencia.

- Algunas personas viven *la misión como algo transitivo* refiriéndola a una dimensión más allá de lo humano (trascendente). Este es uno de los rasgos del hombre religioso que le lleva a sentir aumentada su responsabilidad ante el mundo y ante Dios.



- El sentido de la vida no se descubre de inmediato, sino que es recomendable su búsqueda gradual lo cual requiere paciencia y flexibilidad. *Paciencia* porque, a menudo, el sentido de una situación sólo se revelará mucho más tarde y *flexibilidad* para no buscarlo siempre desde un campo de valores concreto, restringido e inflexible.

La búsqueda de sentido cuenta con dos caminos: trazarse metas a largo plazo y dar pequeños pasos en esa dirección. Se enfatizará uno u otro o se conjugaran ambos según la situación de la persona y sus circunstancias (cfr. Fabry, 1977, 1988).

Se puede hallar el *sentido al responder a la situación* del momento y al aceptar tareas sencillas de la vida. *En estos mismos cometidos pueden residir misiones más universales.*

Sentido en el dar: valores de creación

La realización de valores de creación ocupa el primer plano, el primer nivel de ocupación, en la vida del hombre. Su desarrollo tendería a coincidir, en primer lugar, con el del trabajo profesional.

El trabajo puede representar un campo concreto de la vida de la persona en que la peculiaridad del individuo se enlaza con la comunidad, cobrando con ello su sentido y su valor (al auto-trascenderse aportando a los demás una contribución que sólo él puede hacer en virtud de la unicidad, singularidad e irrepetibilidad humanas).

Sin embargo, este sentido y este valor corresponde a la obra que realiza la persona (una obra en función de la comunidad) y no a la profesión concreta en cuanto tal (no existe una profesión



de mayor valor que otra). Es decir, no es la profesión la que posibilita al hombre realizarse (ninguna profesión, de por sí, hace feliz al hombre), sino el cómo se ejerce.

En este punto Frankl (1986a) señala que cuando el hombre quiere extraer sentido de una vida que parece carente del mismo, puede llegar a ser increíblemente creativo. Así, presenta, a modo de ejemplo, el siguiente caso:

“Hace algunos años un empleado de la recogida de basuras fue condecorado con la orden del Mérito por el Gobierno alemán. Este hombre realizó su trabajo a satisfacción de todo el mundo, pero el esfuerzo especial que le hizo obtener la distinción fue el siguiente: se dedicaba a buscar en los cubos de basura juguetes desechados, empleaba sus tardes en repararlos y los hacía llegar a los niños pobres como regalo. Al ser habilidoso como reparador, nuestro hombre añadió a su trabajo de limpieza un magnífico sentido” (pg. 34).

El vínculo natural que existe entre el hombre y su trabajo profesional es un ámbito de especial importancia para una posible realización de valores creadores y para el cumplimiento único e insustituible de la propia vida. Sin embargo este campo sufre, muchas veces, una desviación por las condiciones en que tiene que realizarlo (mecanicismo, anomía, explotación...).

En tales casos, el sentido del trabajo puede ser considerarlo como medio para un fin (normalmente, ser sustento para la vida) y la realización de valores habría que derivarla a otras esferas de la vida, que, buscando la coherencia, pasarían por luchar contra la propia situación que pervierte el trabajo al situar a la persona por debajo del beneficio económico.

Por otra parte, ya hemos mencionado que existen problemas de frustración o vacío existencial que están relacionados con el ámbito laboral (neurosis de desocupación, enfermedad del má-



nager). Ello también reclamaría la búsqueda de realización de valores que equilibren la situación laboral.

En resumen, la persona humana realiza los valores de creación mediante su trabajo, sus pasatiempos o aquellos actos que ejecuta en bien de los demás. En este sentido, los valores creadores *corresponden al "dar"*. En palabras de Fizzotti (1977, pg. 198):

"Los valores creativos corresponden a la actividad concreta de un hombre, a su modo de intervenir en las fuerzas del mundo para estructurarlo y dirigirlo hacia el bien. Todo lo que haga y realice le permite vivir de modo significativo y por tanto de modo humano".

Una línea importante de reflexión al considerar, en concreto, la vocación profesional como un camino de realización del sentido y del progreso humano nos la aporta un profundo analista del mundo obrero, Guillermo Roviroso (1995).

Considera que en las tareas de ciencia básica, como la filosofía o las matemáticas, parece claro que la historia indica que el afán de lucro no es lo que ha hecho prosperar la cultura. En el campo de la técnica esto estará también claro si separamos los "técnicos" de los explotadores de las creaciones de los técnicos.

Los que han hecho avanzar el saber y el hacer humano en todos sus aspectos han sido siempre hombres que se sentían naturalmente inclinados hacia aquellos trabajos que daban gozo y satisfacción a su espíritu, mucho más que a causa del lucro que les pudiera reportar, o en razón de coacciones que los "forzaran" a aplicarse en aquellas actividades por las que no sentían llamada alguna.

Son los bien vocacionados los que promueven los avances del hombre, en todos sus aspectos y categorías: desde el sabio genial al profesional de última categoría.



El equivocarse la vocación profesional por presiones o impedimentos externos (familiares y sociales) provocan desviaciones frecuentes y suponen una vida atormentada para el que la padece y un elemento de desorganización para la sociedad en que vive.

Rovirosa, en contacto constante con miles de obreros afirma que el número de los mal vocacionados es superior al 95% y que se encontrarán en situación de trabajos “forzados” a perpetuidad.

Sentido al recibir: valores vivenciales o experienciales

El carácter único de la persona y de su propia vida puede descubrirse también por experiencias concretas de encuentro con otras personas, con la belleza, la verdad, el arte... Es el camino de los valores vivenciales o experienciales, que se realizan mediante la acogida del universo y del otro por el yo.

Entre estos valores, el que destaca es el *amor*. La persona encuentra la realización de lo que va implícito en su persona y en su vida al ser, por su singularidad, insustituible e irremplazable para alguien que la ama y al experimentarse amado. Por el amor la persona amplía la mirada para percibir valores:

“En el amor, el ser amado es concebido como un ser peculiar y singular en su ser-así-y-no-de-otro-modo; es concebido como un tú y acogido como tal por otro yo: (...). El amor no es ningún ‘mérito’, sino sencillamente una ‘gracia’.

No solamente gracia, sino también encanto. Para el amante, el amor hechiza el mundo, lo transfigura, lo dota de un valor adicional. El amor aumenta y afina en quien ama la resonancia humana para la plenitud de los valores” (Frankl, 1978, pg. 187).



Asimismo, el sentirse amado posibilita el descubrimiento o desarrollo de las posibilidades personales que el otro anticipa.

En este contexto es importante diferenciar entre sexo, erotismo y amor, correspondiendo cada uno de ellos a una dimensión del hombre (corporal, psíquica y espiritual) y a una actitud (sexual, erótica y amor verdadero). Al amor correspondería el grado de madurez dentro del desarrollo normal del individuo.

En otras palabras, la sexualidad humana se desarrolla desde el impulso sexual (que nace de lo biológico y se dirige a la satisfacción) que se canaliza a una tendencia sexual (que integra lo biológico en lo psicológico orientándose un sexo hacia otro) y culmina en una actitud sexual de orientación hacia una persona elegida (que integra desde lo espiritual lo biopsicológico y se orienta hacia el amor).

Es decir, el desarrollo de la sexualidad humana se encamina hacia el amor.

El amor también tiene una expresión en la dimensión social y amplía la mirada de las personas a percibir los valores de lo que la humanidad puede llegar a ser.

En definitiva, igual que los valores de creación significan dar, los de experiencia *se corresponderían con "acoger"*. A su vez, el recibir es una experiencia que despierta también en la persona el movimiento de dar, de corresponder, de transmitir a los otros lo recibido; despierta una gratitud que apela a la gratuidad. Dar y recibir, *valores creativos y experienciales, constituyen vías complementarias e interrelacionadas para encontrar y realizar el sentido de la vida.*



Sentido en la adversidad: Valores de actitud¹

La existencia de todo hombre se encuentra en un momento u otro de su curso con acontecimientos aparentemente negativos que lo enfrentan con sus interrogantes más profundos. Tales acontecimientos se engloban en la terminología logoterapéutica como la “triada trágica de la vida”: el sufrimiento inevitable, la culpa inexcusable y la muerte inevitada.

La pregunta a la que nos enfrenta esta triada es: ¿cómo podemos decir sí a la vida a pesar de todo este su aspecto trágico? Cuando nos enfrentamos personalmente ante una situación de dolor, culpa o muerte, cuando la sentimos cercana, o simplemente al reflexionar sobre la presencia en el mundo de estos aspectos negativos, nos preguntamos de una forma o de otra: ¿puede la vida tener un sentido, mantener el sentido en todas sus condiciones y circunstancias?

Adelantábamos anteriormente el postulado de que la vida siempre encierra un sentido, en cualquier circunstancia, por extrema que sea.

También de los aspectos negativos, y quizás especialmente de ellos, se puede percibir y vivir un sentido, transformando así tales aspectos en algo positivo: el sufrimiento podemos convertirlo en realización y logro humanos; la culpa en oportunidad para aprender, para cambiar a mejor, y la muerte en motivación para actuar y vivir de forma responsable.

El sufrimiento

Frente a los aspectos trágicos existe siempre la posibilidad de sacar de ellos “el mejor partido posible”. Se trata de vivir un “optimismo trágico”.

1. Se incluye en este apartado una revisión del artículo de Noblejas (1998).



Este optimismo trágico se puede aprender de otros que lo viven; es decir, lo aprendemos mediante modelos. No es posible un optimismo por decreto; a nadie podemos ordenar que sea optimista, o que espere contra toda esperanza. El sufrimiento de un *homo patiens* puede beneficiar a otro, poniendo en marcha su cambio existencial.

En esta línea, Fizzotti (1977, 1990) nos presenta los siguientes elementos positivos que pueden darse a partir de un sufrimiento, si se aborda éste con una actitud adecuada:

- Prestación o servicio.

La postura que un enfermo puede adoptar ante su situación tomando posición contra ella al mismo tiempo que la asume con valor y sentido de humanidad, puede constituir un verdadero ejemplo para otros enfermos o para cualquier otra persona que conozca su sufrimiento permitiendo activar todas las posibilidades de significado.

Es decir, el padecimiento de una persona puede ayudar a otro a poner en marcha su cambio existencial, su cambio interior; tal vez, a emprender caminos nuevos. El sufrimiento se puede convertir en servicio.

- Crecimiento.

Asumiendo el propio dolor con dignidad la persona consigue una fuerza que le permite afrontar las más duras situaciones.

- Madurez.

La persona con el sufrimiento puede alcanzar mayor libertad interior a pesar de la dependencia exterior.

Sin embargo, el hombre no ha de buscar sufrir porque a través del sufrimiento pueda llegar a cotas de realización (mediante la transformación de sí mismo) que no alcanzaría con el tra-



bajo o el amor. Al contrario, está llamado a evitar e impedir el sufrimiento (empeñando su acción en ello) y realizarse por los valores creadores y de vivencia; sólo cuando esto es imposible es invitado a la elevación personal mediante una actitud adecuada en la tribulación.

Así, es necesario tener una visión correcta de las situaciones y distinguir cuándo un sufrimiento es inevitable de cuándo no lo es.

Si aceptamos como inevitable un dolor que no lo es, caemos en la apatía o la autocompasión y no nos dedicaremos a cambiar la situación y humanizar el entorno.

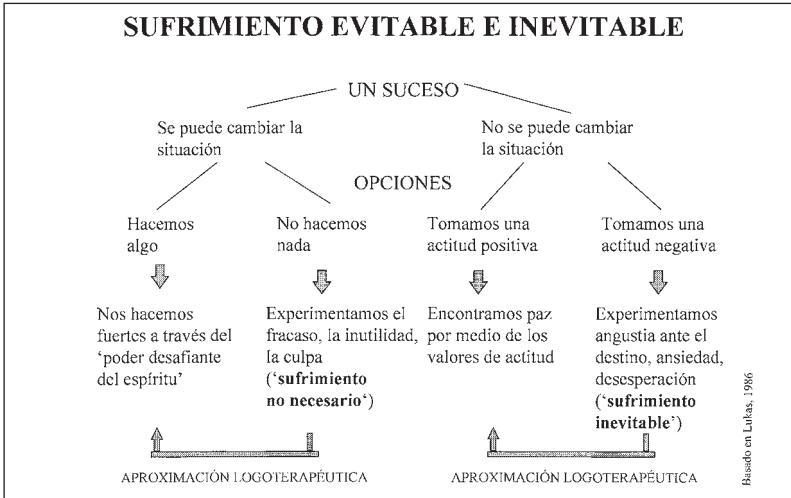
Ante el sufrimiento evitable hemos de situarnos buscando la realización de los valores de creación; dar de nosotros mismos y trabajar para quitar ese dolor.

Ante lo irreversible, es preciso darse cuenta de que es posible alcanzar una plenitud humana a pesar de la enfermedad, el fracaso social... Negarse a ello es encerrarse en la desesperación y, a veces, en una actividad frenética que nos aleja de dar la respuesta que la situación y los otros requieren y, por tanto, nuestra respuesta es perjudicial. Por ejemplo, continuar durante años visitando especialistas en busca de un diagnóstico diferente de una alteración grave en el desarrollo de un hijo, puede ser recurso para no afrontar el dolor de asumirlo y estar retrasando, al mismo tiempo, una forma real, concreta y cotidiana de abordar la educación del niño.

El esquema de la Figura 9 (basado en Lukas, 1986) nos puede ayudar a considerar la importancia de conocer y analizar las situaciones para que nuestra decisión y postura respecto a ellas sean más adecuadas para nosotros y para los demás.



Figura 9



Hoy en día, los mensajes sociales son de huída del sufrimiento y búsqueda de la felicidad. Eso lleva a sentirse el más desgraciado de los seres humanos si tienes algo que la sociedad conceptúa que te aleja de la felicidad.

Así, lo escrito por Frankl en los 80 es válido, e incluso más generalizado a nivel internacional, a finales de los 90:

“Cuando el europeo llega a América, constata con sorpresa cómo se le invita a ser ‘happy’, a ser feliz por decreto. Si tiene motivo para ello, no es necesario que se le ordene; pero si no lo tiene, no es posible forzarlo. Ocurre lo mismo que con la risa: si quiero hacer reír a alguien, debo proporcionarle algún motivo, contándole un chiste, por ejemplo” (Frankl, 1987, pg. 64).

Otra ilusión que se generaliza, basada en la búsqueda de la felicidad, es la vaga idea de que todo puede comprarse. Peor que la sobrevaloración de las cosas materiales es la devaluación de lo inmaterial. Lo expresa con un ejemplo Elisabeth Lukas (1986, pg. 62):



“Una madre que recibe de su hijo mayor un costoso ramo de flores, puede comprárselo ella misma; pero no la visita de su hijo. La percepción de esta fina distinción se ha perdido en gran medida”.

Este contexto de búsqueda de la felicidad de forma independiente del sentido y los valores, potencia la rebelión del hombre ante un destino adverso. Quienes no han aprendido a aceptar lo que les depara la vida (los sucesos inevitables) y creen que pueden tener todo pagando un precio, es muy probable que caigan en la desesperación cuando se enfrentan a un sufrimiento inevitable. Necesitan cambiar la autocompasión por unas nuevas actitudes hacia su dolor. En una crisis así, el descubrimiento personal de un sentido se convierte en el criterio decisivo en la superación de tal crisis interna.

Con un sentido, el hombre está capacitado hasta para el sufrimiento. El encontrar un sentido nos aleja de preguntarle a la vida por qué (por qué me pasa a mí esto, por qué tengo que tener yo este sufrimiento) y nos sitúa en la línea de responder a las preguntas que la vida nos plantea (qué demanda de mí esta situación, qué responsabilidad descubro, ¿hay alguien que pueda estar necesitando algo de mí?, etc.). Así, podemos descubrir que la vida no nos adeuda placer, sino que nos ofrece un sentido. Cuando no descubrimos qué sentido tiene, el sufrimiento conduce a la *desesperación*, la cual podría definirse como el *sufrimiento desprovisto de sentido para la persona que lo padece*.

Obviamente, el sufrimiento en sí mismo no tiene sentido, pero el hombre puede adoptar actitudes significativas respecto a él. En este caso, la persona humana se eleva, a través de los llamados valores de actitud.

La vida muestra y ha mostrado siempre innumerables ejemplos de personas capaces de encontrar un sentido en el sufri-



miento. Recogemos algunos expuestos en la bibliografía logoterapéutica por Frankl:

- Una mujer judía que llevaba una pulsera que contenía un diente de cada uno de sus hijos muertos en los campos de concentración, ante la pregunta de cómo podía llevarla respondía: ahora soy responsable de un centro para niños huérfanos de la II Guerra Mundial.

- Un médico, que había caído en una depresión tras la muerte de su esposa, puede salir de tal depresión cuando asume que con su sufrimiento ha librado a su mujer de sufrir si hubiera sido él quien hubiese muerto antes.

- La mujer, que citábamos antes, cuya hija había sido arrollada por un coche y que vivía atormentada hasta que comprendió que su hija, al menos, había muerto en sus brazos amorosos.

Todos los ejemplos nos ponen de manifiesto que cuando no existe ninguna posibilidad de cambiar el “destino”, lo importante es la actitud con la que se afronta.

La logoterapia considera que los valores de actitud son más excelentes (superiores en rango ético) que los creadores y los experienciales ya que las posibilidades axiológicas del hacer creativo y de las vivencias pueden ser limitadas y pueden agotarse; sin embargo, las del sufrimiento son ilimitadas.

Aún más, la realización de obras creativas necesita algún tipo de talento o capacidad en el hombre y su utilización, y para la realización de valores vivenciales basta con algún órgano de los sentidos (los oídos para oír una sinfonía, los ojos para contemplar un paisaje...) y con la capacidad de acogida. En cambio, para realizar los valores actitudinales no basta con la capacidad



creadora y vivencial; *es necesaria la capacidad de sufrimiento*. Pero el ser humano no nace con esta capacidad (no es innata), sino que *debe adquirirla por sí mismo*, lo cual no es fácil. Esta capacidad *consiste en un dominio interno* –con renuncia a la configuración externa– *con que el hombre va “autoconfigurándose”*. Así, el *sufrimiento* se convierte en un *acto valioso*.

Por otra parte, la logoterapia también explica que los valores de actitud constituyen la ruta más importante hacia el sentido (la oportunidad de realizar el sentido en su dimensión más honda) sirviéndose de la diferencia entre “homo faber” y “homo patiens”.

El “homo sapiens” puede articularse en el “homo faber”, el “homo amans” y el “homo patiens”. El primero llena su sentido existencial mediante sus creaciones, el segundo enriquece el sentido de su vida a través de la experiencia, el encuentro y el amor, mientras que el último presta “el servicio”, “el rendimiento de sus padecimientos”.

El “homo faber” estaría representado por una persona que vive el mundo en categorías de éxito-fracaso, se situaría en una ética del éxito.

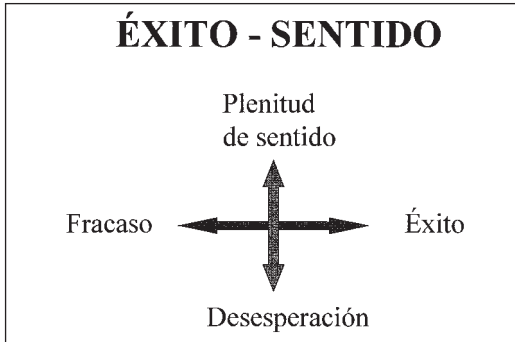
El éxito incluye golpes de suerte, salud, riqueza, buena educación y condiciones favorables de vida, mientras que el fracaso incluye rachas malas, pobreza, mala salud, condiciones de vida desfavorables...

Sin embargo, para el “homo patiens” las categorías son distintas. Se mueve entre la plenitud o la desesperación, categorías que se encuentran en otra dimensión. Su representación gráfica la recogemos en la Figura 10.

El homo patiens adopta una posición vertical respecto de la línea ética del éxito, pudiendo llegar a su más alta realización



Figura 10



dentro de su mayor fracaso. La experiencia demuestra que son compatibles tanto la plenitud y el fracaso, como en su polo opuesto el éxito y la desesperación.

La línea plenitud-desesperación se encuentra en una dimensión superior, no comprensible desde el eje éxito-fracaso. El “triunfo” del “homo patiens” es un fracaso (“necedad, locura y escándalo”) a los ojos del “homo faber”.

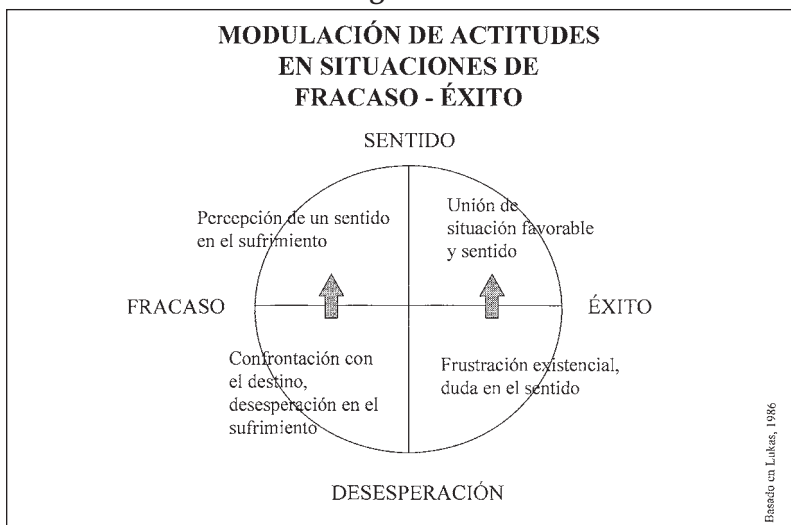
Es, por tanto, en la vivencia del sufrimiento donde principalmente se realizan los valores de actitud, los cuales el hombre puede también realizar mediante el comportamiento general que adopta frente a las fuerzas adversas.

Lo explicamos un poco más siguiendo a Elisabeth Lukas (1986) e ilustrándolo con la Figura 11.

La frustración existencial de nuestros días y las crisis de sentido se sitúan en el cuadrante entre éxito y desesperación (el de la derecha-abajo). Son personas que están o podrían estar bien pero no disfrutan de la vida; están aburridos, irritables y saciados, no ven sentido en sus vidas. Algunos estudios estadísticos que realizó Elisabeth Lukas nos hablan de que en las sociedades de la abundancia el 20% de la población está en este grupo.



Figura 11



La desesperación causada por un sufrimiento auténtico y una situación de miseria se sitúa entre la desesperación y el fracaso (abajo a la izquierda).

Cualquier movimiento hacia la parte superior de los ejes contribuirá a la estabilidad personal, independientemente del lugar en que la persona se sitúe respecto al continuo éxito-fracaso.

Para explorar la conexión entre sentido y sufrimiento hemos de mirar a los dos cuadrantes superiores: descubrir un sentido ya sea en una situación de éxito o de fracaso.

Si consideramos el cuadrante que combina el fracaso y el sentido (superior izquierda), aquí se sitúan aquellas personas que van modulando sus actitudes con un poco de humor, una sonrisa, una forma más amplia de ver las cosas, etc. Se reconcilian a sí mismos con sus debilidades o situaciones irresolubles de una manera positiva e incluso con sentido del humor y muestran lo que es capaz de hacer el ser humano.



En los casos que se sitúan en el cuadrante superior izquierdo, las personas se ven forzadas a estar en una situación de fracaso aparente pero los valores de actitud transforman su sufrimiento en logro.

Los valores de actitud también pueden alcanzarse en el cuadrante superior derecho. Las actitudes positivas pueden ser importantes en las situaciones de buena fortuna y éxito. El éxito necesita del ejercicio de la autotranscendencia, mirando las situaciones menos afortunadas de otras personas para no alejarse del sentido.

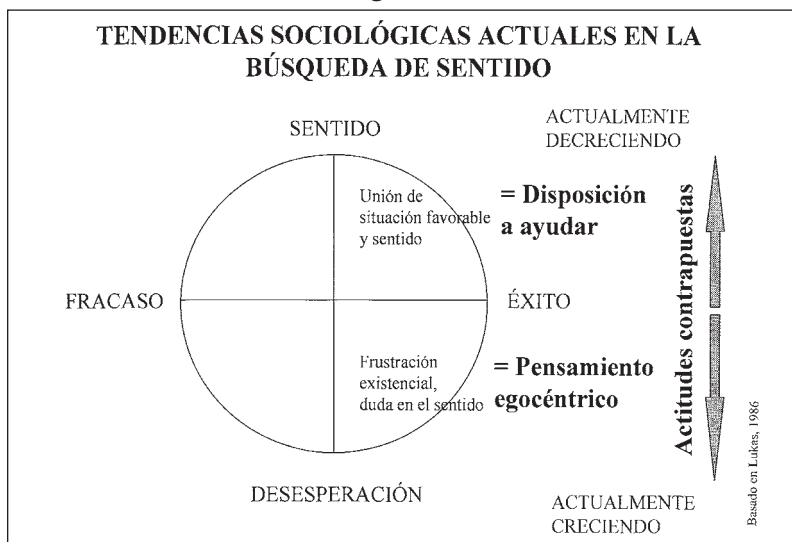
Por supuesto que el propio sufrimiento nos afecta mucho más que el de los otros. Sin embargo, también es una realidad que el ayudar a personas que están en peor situación, la dedicación a una causa de humanización de la sociedad, etc. es una fuente de sentido que ayuda a las personas que viven en una situación de éxito a encontrar su sentido personal, a través de cambios de actitudes. Siempre que sea verdaderamente salir de uno mismo dirigiéndose a la realización de valores y no una búsqueda egoísta de mi propio ego (“que bueno soy”).

El éxito y la felicidad han de ser compartidos con otros para tener un papel satisfactorio en la salud psíquica de una persona. La Figura 12 indica que las crisis de sentido de nuestros días (abajo a la derecha) están directamente relacionadas con la actitud general de nuestra sociedad de la abundancia de no ayudar a los otros (arriba a la derecha –pensamiento egocéntrico-).

La frustración existencial y las dudas sobre el sentido de la vida pueden disiparse abriéndonos a los demás. El coraje, el valor, la actitud digna del ser humano ante el sufrimiento actúan contra la desesperación, y la preocupación por los otros lo hace contra el sin-sentido.



Figura 12



La culpa

La culpa forma parte de la vida humana. Haciendo uso de su libertad el hombre puede optar por actuar en contra del sentido, en contra del bien requerido en una situación; con ello aparece la culpa. Esta experiencia de culpa también encierra un significado concreto que la persona ha de descubrir.

Lo obvio ante una culpa es corregir lo mal hecho, pero si no es posible, lo mejor es aprender de la propia culpa para no repetir el error.

Por tanto, desde este punto de vista, la culpa puede convertirse en una oportunidad para aprender y cambiar a mejor. Así, por ejemplo, Elisabeth Lukas (1986), en la exposición de un caso en que una madre había maltratado a su hijo y, por ello, la habían condenado y le habían quitado su custodia, dice:



“Si yo puedo ayudar a Ana [la madre] a madurar, entonces el episodio del maltrato no es un suceso enteramente sin sentido. (...) la experiencia de una gran culpa, a menudo es el punto de partida de una maduración que de otra forma no se hubiera producido” (pg. 85).

También nos transcribe las palabras de otra paciente que había vivido una situación de culpa:

“Todo lo que he llegado a ser ha sido posible porque en mi juventud fui culpable de una terrible acción. La conciencia de esta culpa me cambió a mejor. Nunca podré reparar mi culpa pero todo lo bueno que he hecho después, proviene de esta conciencia” (pg. 94).

El hombre está llamado a la realización de valores. La vida nos ofrece en cada situación una posibilidad de realizar valores y cada uno es libre de decir sí o no y ha de asumir la responsabilidad de tal decisión. Podemos definir la culpa existencial como las cosas no realizadas cuando el hombre es libre y responsable. La culpa es siempre un trocito de vida no vivida, de valores no vividos.

A nivel de psicoterapia y orientación, en el tema de la culpa hay que tener siempre presente la distinción entre sentimiento de culpa injustificado (o culpa psicológica) y culpa real. El terapeuta ha de descubrir si se trata de una culpa existencial justificada o si es un síntoma de un cuadro neurótico o depresivo. La intervención terapéutica es distinta.

Ante los sentimientos de culpa injustificados hay que analizar si provienen de un acontecimiento producido por un error, en cuyo caso hay que explicar el error indicando la falta de libertad o la falta de comprensión de las consecuencias de la acción (puede haber responsabilidad pero no culpa). También pueden derivar



los sentimientos de culpa de una patología, teniéndose, en este caso que recurrir a la intervención terapéutica pertinente.

Por otra parte, ante una culpa existencial real se ha de llegar a la reparación a través del arrepentimiento.

Toda la problemática de la culpa está basada en la libre decisión humana. Antes de la decisión se produce la orientación hacia o contra el significado. El sentido orienta la decisión. Lo positivo o lo negativo para el hombre, lo bueno o lo malo está en relación con el sentido objetivo (la propia conciencia es el órgano que lo descubre relacionándolo también con las características personales y de la situación): lo bueno es el sentido y lo malo es el sinsentido.

El hombre es responsable de la decisión tomada, en primer lugar, ante su propia conciencia. Cuando se realiza lo significativo, la persona tiene su mérito, cuando se realiza lo no-significativo, tiene culpa (como apuntábamos en el tema de responsabilidad).

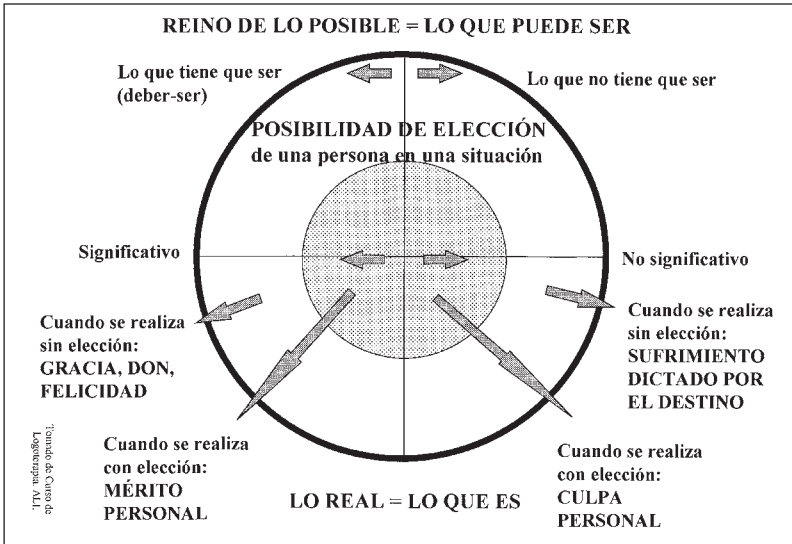
En cada situación la persona ha de elegir entre diferentes posibilidades (Figura 13); unas serán significativas y otras no. Es la propia conciencia la que ha de descubrir cuál es la que tiene sentido, dadas las características concretas únicas e irrepetibles tanto de la situación como de la propia persona.

Es decir, ante una decisión mi conciencia ha de descubrir qué valor está esperando ser realizado por mí en esta situación determinada. El sentido está siempre en relación con un valor objetivo. Algo es significativo para mí porque un valor objetivo me está atrayendo hacia ello. Lo significativo está siempre en relación con el “deber ser”.

Por el contrario, lo no significativo nos aleja del sentido y los valores objetivos; nos sitúa en lo que no tiene que ser.



Figura 13



Antes de la decisión, todas las posibilidades pueden llegar a existir, se encuentran en el reino de lo posible (de lo que puede ser). Tras la decisión sólo una de ellas pasa a lo real, pasa a ser. El hombre es responsable de la decisión que toma, de esa entrada en lo real de una sola posibilidad, habiendo condenado a las demás a no existir. Si lo realizado es algo significativo, la persona tiene el mérito de esa realización pero si lo realizado no es significativo tiene culpa, ha condenado a no existir algo significativo.

Culpa y mérito permanecen en el tiempo, pues lo realizado permanece en la historia (como veremos después en el apartado sobre la muerte). Aunque la culpa permanece, podemos al mismo tiempo eliminarla con el arrepentimiento, que también permanece.

La reparación de la culpa puede realizarse a través de diferentes caminos, según la situación:



1.- Una acción positiva (hacer un bien) sobre el objeto por el que nos hemos convertido en culpables. Por ejemplo, si hemos robado algo, lo devolvemos; si hemos ofendido a alguien le pedimos disculpas. Para pedir perdón, es necesario tener una humildad interior. Si un niño devuelve una pelota, diciendo: "Sí, la he robado, lo siento, la devuelvo", obtendrá un crecimiento porque este acto requiere fuerza interior.

2.- Una acción positiva sobre otro objeto, si ya no es posible actuar sobre el primero. Es una solución más dolorosa que la anterior pues no es tan directa la reparación. Se hace sobre terceros. Implica hacer en el mundo algo positivo que tenga relación con la culpa y que quizás no se hubiera realizado de no haber cometido anteriormente una culpa. Por ejemplo, la persona a la que hemos ofendido, o robado, etc. se ha muerto, podemos desagraviar o devolver lo robado a la familia. Otro ejemplo muy representativo es el que aparece recogido en la película de Gandhi. Un hindú, por venganza, mata a un niño musulmán; Gandhi le aconseja que adopte a otro niño musulmán que haya perdido a sus padres y que lo eduque como tal.

3.- Actuar sobre nosotros mismos, cambiando, mejorando, cuando no es posible ninguno de los dos caminos anteriores. Se trata de volver a revisar nuestro comportamiento y nuestra forma de vivir; tomar una actitud interior respecto a aquello que ha sucedido. Por ejemplo, alguien moribundo en una prisión que se arrepiente realmente y cambia su actitud interior. Cada proceso de reconocimiento del error es un proceso de crecimiento. Si logra el arrepentimiento real, con el consecuente cambio, la culpa no ha sido inútil.



También hemos de destacar, aunque sea brevemente, el planteamiento de Frankl ante la “culpa colectiva”.

La culpa es sólo personal, no puede ser colectiva (siempre necesita una responsabilidad y elección personal). Reflexionemos sobre la siguiente cita:

“El que habla de culpa colectiva se ubica a sí mismo del lado de la injusticia. En donde pude, constantemente, me pronuncié en contra de la culpa colectiva. En mi libro sobre el campo de concentración (...) relato el siguiente episodio: ‘El comandante del último campo en donde estuve y del cual fui liberado, era un hombre de la SS. Después de la liberación, nos enteramos de algo que hasta ese momento sólo lo sabía el médico del campo (también prisionero): ¡el comandante había gastado en forma secreta, de su propio bolsillo, importantes sumas de dinero para comprar en la farmacia del poblado cercano medicamentos para sus prisioneros!.

Esta historia tuvo una continuación: después de la liberación, prisioneros judíos escondieron al hombre de la SS de las tropas norteamericanas, y le informaron al comandante de éstas que sólo lo entregarían bajo la condición de que no le sería hecho daño alguno. El comandante de las tropas norteamericanas, entonces, les dio su palabra de honor de oficial, y los prisioneros judíos le presentaron al anteriormente comandante del campo. El comandante norteamericano nombró al hombre de la SS nuevamente como comandante del campo, y éste organizó para nosotros campañas para juntar alimentos y ropa entre los habitantes de los pueblos aledaños’.

En el año 1946 no gozaba de popularidad oponerse a la culpa colectiva o poner la cara por un nacionalsocialista, tal como lo hice. Frecuentemente, esto me trajo reprimendas de parte de diferentes organizaciones. En esa época escondí en mi casa a un colega que poseía algún distintivo de honor de la Juventud de Hitler, del que me había enterado que la Policía del Estado lo estaba buscando para presentarlo a un proceso judicial popular (allí sólo se declaraba absolucón o pena de muerte). De esta manera lo protegí de la mano de las autoridades.

Me pronuncié en contra de la culpa colectiva –era el año 1946– cuando en presencia del comandante de las tropas de ocupación



francesas, un general, di una conferencia en la zona ocupada por los franceses. Al día siguiente, me vino a ver un profesor de la universidad, un ex oficial de la SS, y me preguntó –con lágrimas en los ojos– cómo justo yo tenía el coraje para oponerme públicamente al enjuiciamiento global. ‘Usted no lo puede hacer’, le respondí, ‘usted haría pro domo’. Mas yo soy el ex prisionero N° 119.104, y como tal sí lo puedo hacer, y por eso también lo debo hacer. A mí me lo aceptan, y esto por lo tanto significa un compromiso” (Frankl, 1994, pg. 91-93).

Un pueblo, un colectivo no es culpable de un genocidio. Los integrantes de ese colectivo, unos pueden ser directamente culpables, otros responsables y otros inocentes. Hay que diferenciar a los individuos, no se puede hablar de “culpa colectiva”. No se puede decir que el “pueblo alemán es culpable” del “genocidio de millones de judíos” o que “todos los ciudadanos occidentales somos culpables” de la “muerte de millones de seres humanos en los países empobrecidos”. En ambos casos hay que tener en cuenta las siguientes distinciones:

- **Imputabilidad colectiva.**– Los miembros de la colectividad son corresponsables de (han de responder ante) las consecuencias de un acto cometido por un colectivo en cuanto tal. No tienen culpa pues no han participado personalmente en la realización del acto culpable.
- **Culpa dentro de la participación en un colectivo.**– Sólo si ha habido una verdadera elección, libre y responsable, por parte del individuo, respecto a su pertenencia a ese colectivo. Por tanto, no es culpa colectiva, no se puede atribuir la culpa a cada uno de los individuos por el hecho de pertenecer, hay que discernir en cada uno si se dan esas condiciones de libertad y responsabilidad.



- Responsabilidad colectiva-planetaria.– Reivindica la absoluta reciprocidad y correlación entre los hombres: el individuo es responsable de todos los demás y viceversa.

La muerte

El hombre pierde el cuerpo, el tiempo y el espacio en el momento de la muerte (igual que los recibe en el nacimiento). Sólo la existencia corporal en el tiempo y en el espacio, tiene un pasado y un futuro, así como un lugar. El ser espiritual como tal es –contrariamente al “estar ahí” del organismo psicofísico– un ser más allá del espacio y del tiempo.

Pero donde no hay tiempo, no tiene sentido hablar de un “antes” o un “después”. La existencia espiritual sólo nos es conocida en co-existencia con lo psicofísico. Toda afirmación sobre la existencia espiritual más allá del cuerpo, del espacio y el tiempo, carece de sentido. Lo que es pre-existencia o post-existencia no es ya existencia.

Sólo conocemos la existencia espiritual formando la unidad y totalidad del ser “hombre”.

Podemos hablar de “el continuar viviendo” de lo espiritual como algo posible, si bien no puede ser pensado, ni representado o imaginado. Sin embargo, no sólo es posible, sino que es necesario, ya que lo que no es posible es que pueda morir aquello que está más allá del tiempo y el espacio. Desde esta perspectiva, Frankl (1987a) propone que, en lugar de hablar de “continuación de la vida” de la persona, se diga “supervivir”; en el sentido, no de que la persona espiritual sobreviva a su muerte corporal anímica, sino de un modo de vida del que no podemos hacernos una idea, que no somos capaces de concebir (Chiquirrín, 1987).



La reflexión nos lleva a relacionar esta “super-vivencia” con un “super-sentido” (sentido que trasciende la capacidad comprensiva humana) del que hemos hablado. Ello es así, porque el tema de la muerte enfrenta, más que ninguno, al ser humano a la pregunta por la existencia de un más allá y de Dios.

Si descendemos de estas consideraciones metafísicas a sus implicaciones cotidianas, podemos ver cómo la limitación temporal de la muerte, es el motivo de la responsabilidad del hombre.

Cada persona sabe que ha de morir y, además, no conoce el momento. Asimismo, nuestra vida transcurre en un espacio y en un tiempo histórico. El tiempo va pasando y ningún momento es igual al siguiente. Estos hechos nos hacen comprender la importancia de realizar en cada ocasión el valor adecuado, el sentido de esa situación ya que no podemos posponerla. Retomamos la pregunta: si no lo hago ahora, ¿cuándo lo haré? (ya que podría quedar sin realizar).

Es decir, la mortalidad recuerda la fugacidad del tiempo, del momento que pasa y no se puede recuperar, por lo que cada uno ha de responder personalmente a ese momento y situación concretos. En este sentido, Fizzotti (1977) dice:

“El marco puramente humano consiste, entonces, en el hecho de morir y de que no se posea una vida terrena perenne, continua, infinita. Pero mientras esto entristece, porque impide poder realizar todo lo que se quisiera, sin embargo, constituye el motivo eficaz de la responsabilidad del hombre. Efectivamente, si esta vida fuese infinita, si el hombre viviese siempre, si como los héroes mitológicos pudiese ser inmortal, no sentiría dentro de sí la urgencia de disfrutar al máximo las ocasiones que se le presenten, porque podría dejar para el día siguiente esas realizaciones (...) la vida del hombre se caracteriza también por la transitoriedad, porque las posibilidades que se le presentan son sólo fugaces, no



permanecen para siempre sino sólo unos instantes y después desaparecen. Y como ocasiones [que son], no se repiten, porque cada momento de la vida es distinto y completamente nuevo, con tareas y preguntas diversas que implican distintas respuestas" (pg. 102-103).

Cada posibilidad que se presenta al hombre es irrepetible, al ir ligada a una determinada situación, tiempo y lugar. Es pasajera, ocasional. Pero, como hemos visto, cuando el hombre decide realizar una posibilidad, ésta es inmortalizada, mientras que las demás son eliminadas. La posibilidad elegida deja de ser posibilidad y pasa a existir realmente en el momento de la realización. Deja de ser pasajera y se convierte en pasada. Entonces, se conserva para siempre. Por ello, Frankl dirá que "haber sido es la forma más segura de ser" (cfr. Frankl, 1988a). En elogio de algunos amigos muertos en los campos de concentración dice:

"Ellos no necesitan ninguna crónica y ningún monumento, porque cada acción humana es su propio monumento, más perenne que la obra de nuestras manos. Las acciones de un ser humano, en efecto no pueden desaparecer; lo hecho no puede erradicarse del mundo. Y no es verdad que lo hecho se pierde en el pasado, sino que se conserva en él irrevocablemente" (Frankl, 1987, pg. 268).

Podríamos decir con Fizzotti (1977) que la tarea del hombre es "hacer eterno" lo que es "pasajero" mediante una elección y actuación responsables. La existencia, así, se desarrolla en la tensión entre ser y deber ser.

Desde esta perspectiva la forma de considerar la muerte exige cambiar de óptica. La cuestión real, sobre la que podemos dar una respuesta cada día de nuestra vida, no es: ¿por qué he de morir? o ¿tiene la vida sentido si al final hemos de morir? En vez de preocuparse por la muerte, el hombre ha de ocuparse de vi-



vir, incluso ante la muerte (por ejemplo en una situación terminal). El hombre ha de buscar los valores actitudinales, que van siempre dirigidos hacia otras personas y no hacia uno mismo.

Algunas experiencias nos pueden ayudar a ver cómo el ser humano puede afrontar el tema de la muerte desde una actitud autotrascendente (Lukas, 1986):

- “Aprendí esto cuando terminaba mis estudios al lado de mi madre que yacía con cáncer.

Desesperadamente intentábamos encontrar palabras de paz interior en sus últimos días. Sin embargo fue ella quien comenzó a transmitimos paz y desarrolló una fortaleza incomprensible a pesar de que su cuerpo se debilitaba cada vez más. Vivía los valores de actitud no para encontrar sentido, y también es seguro que no lo hacía para sacar lo mejor posible de su situación desesperada, sino que lo hacía por nosotros. Actuaba con valor, no para sobreponerse a su sufrimiento sino para aliviar el nuestro. Parecía imposible pero sucedió.

Su ejemplo nos dio fortaleza de la que yo todavía tomo nota en las horas de desesperación. (...) recuerdo su serena actitud, me avergüenzo de rendirme y soy capaz de continuar” (pg. 137-138).

- “En el transcurso de una visita a Munich, Frankl sufrió un ataque al corazón y fue ingresado en una unidad de cuidados intensivos. Al día siguiente logré contactar telefónicamente con su esposa y ella pasó el auricular a su marido. Frankl me dijo que su condición era grave y que su corazón podía dejar de latir en cualquier momento.

Quería decirle tantas cosas para consolarlo, para ayudarlo, para mostrarle mi agradecimiento, pero no podía encontrar las palabras. Aquí, como una madre ante el lecho de su hijo enfermo, había una persona que tenía más fuerza que todos los que le rodeaban, y servía de ejemplo. Habló tranquilo, casi con alegría. Morir no le aterraba, dijo, porque acababa de concluir una tarea (entregar el manuscrito a la editorial). La responsabilidad ya había sido transferida a otros, él no necesitaba hacer nada para cambiar la situación, decidirían por él. Aceptaba cualquier decisión del destino porque se hallaba más allá de su responsabilidad y por lo tanto no



podía ser incorrecto. (...) Había dedicado su vida a la rehumanización de la psicoterapia y no dejaba este mundo sin recibir el agradecimiento humano.

Así trató de consolarme, a mí que no podía encontrar palabras. Quería decirme: 'Mantén la calma, porque tú también tendrás que afrontar el destino alguna vez. Mira, es fácil, no necesitas tener miedo'. Este era su legado, una lección desde la cama del hospital. Él no pensaba en el paro cardíaco, pensaba en mí" (pg. 139).

Cuestiones para la reflexión

- 1) ¿Qué espacios me aporta mi estilo de vida para desarrollar mi capacidad de aportar mi creatividad al mundo?
- 2) ¿Qué espacios me aporta mi estilo de vida para desarrollar mi capacidad de encuentro con el otro, con la belleza, la verdad, el arte...?
- 3) ¿He aprendido algo a través de los sufrimientos por los que he pasado en mi vida?
- 4) ¿Qué te sugieren las siguientes frases?
 - "La vida tiene sentido en cualquier circunstancia por extrema que sea".
 - "La vida es un absurdo".
 - "Si Dios ha muerto todo está permitido".



BIBLIOGRAFÍA

- Acevedo, G. (1996). *El modo humano de enfermar. Desde la perspectiva de la logoterapia*. Buenos Aires: Fundación Argentina de Logoterapia.
- Acevedo, G. (1998). *La búsqueda de sentido y su efecto terapéutico. Desde la perspectiva de la logoterapia de Viktor Frankl*. Buenos Aires: Fundación Argentina de Logoterapia.
- Acevedo, G. (1999). Metodología del abordaje logoterapéutico. Conferencias de las III Jornadas-Encuentro de la Asociación Española de Logoterapia. San Sebastián.
- Bazzi, T. y Fizzotti, E. (1989). *Guía de la logoterapia*. Barcelona: Herder.
- Chiquirrín Aguilar, R. (1987). La antropología de Viktor E. Frankl. *Studium Ovetense*, 15, 91-117.
- Del Core, P. (1998). Una terapia di autotrascendenza per una corretta immagine di sé. En E. Fizzotti y A. Gismondi (comp.), *Giovani, vuoto esistenziale e ricerca di senso*, (pg. 65-88). Roma: Librería Ateneo Salesiano.



- Etcheverry, J. A. (1990). *Viktor Frankl y la logoterapia*. Buenos Aires: Almagesto.
- Etchevere, P. R. (1997). *La noción de espíritu en Viktor E. Frankl*. Manuscrito.
- Fizzotti, E. (1977). *De Freud a Frankl. Interrogantes sobre el vacío existencial*. Pamplona: EUNSA. (original de 1974).
- Fizzotti, E. (1980). *Angoscia y personalidad*. Napoli: Edizioni Dehonianiane.
- Fizzotti, E. (1990). Annotazioni sul significato della sofferenza in Viktor E. Frankl. En E. Fizzotti y R. Carelli, *Logoterapia applicata. Da una vita senza senso a un senso nella vita* (pp. 43-57). Brezzo di bedero (Varese): Edizioni Salcom.
- Fizzotti, E. (1994). *Para ser libres. Logoterapia cotidiana*. Madrid: San Pablo.
- Frankl, V. E. (1978). *Psicoanálisis y existencialismo. De la psicoterapia a la logoterapia* (2ª ed.). Méjico: Fondo de Cultura Económica. (original de 1946 revisado en 1971).
- Frankl, V. E. (1984). *Psicoterapia y humanismo. ¿Tiene un sentido la vida?* (2ª ed.). México: Fondo de Cultura Económica.
- Frankl, V. E. (1986a). *La idea psicológica del hombre*. Madrid: Rialp.
- Frankl, V. E. (1986b). *La psicoterapia al alcance de todos*. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. E. (1987a). *El hombre doliente. Fundamentos antropológicos de la psicoterapia*. Barcelona: Herder. (original de 1984).
- Frankl, V. E. (1987b). *Ante el vacío existencial. Hacia una humanización de la psicoterapia* (5ª ed.). Barcelona: Herder. (original de 1977).
- Frankl, V. E. (1988a). *La voluntad de sentido*. Barcelona: Herder. (original de 1982).



BIBLIOGRAFÍA

- Frankl, V. E. (1988b). *La presencia ignorada de Dios. Psicoterapia y religión* (7ª ed.). Barcelona: Herder. (original de 1974).
- Frankl, V. E. (1988c). *El hombre en busca de sentido* (9ª ed.). Barcelona: Herder. (original de 1946).
- Frankl, V. E. (1990). *Logoterapia y análisis existencial*. Barcelona: Herder. (original de 1987).
- Frankl, V. E. (1991). *La psicoterapia y la dignidad de la existencia*. Buenos Aires: Almagesto.
- Frankl, V. E. (1992). *Teoría y terapia de la neurosis*. Barcelona: Herder. (original de 1987 revisado y aumentado de 1956).
- Kroeff, P. (1998). Consideraciones sobre el valor de actitud en logoterapia. *NOUS*, (2), 39-45.
- Lukas, E. (1983a). *Tu vida tiene sentido. Logoterapia y salud mental*. Madrid: S.M.
- Lukas, E. (1983b). *Tu familia necesita sentido*. Madrid: S.M.
- Lukas, E. (1986). *Meaning in suffering*. Berkeley: Institute of Logotherapy Press.
- Lukas, E. (1993). Logotherapeutic crisis intervencion: A case history. *The International Forum for Logotherapy*, 16, (1), 51-54.
- Lukas, E. (1994). *Una vida fascinante. La tensión entre ser y deber ser. Un libro de logoterapia*. Buenos Aires: San Pablo.
- Marina, J. A. (1993). *Inteligencia creadora*. Barcelona: Anagrama.
- Martínez Ortiz, E. (1999). *Logoterapia. Una alternativa ante la frustración existencial y las adicciones*. Santafé de Bogotá: Colectivo Aquí y Ahora.
- Noblejas, M. A. (1994). *Logoterapia. Fundamentos, principios y aplicación. Una experiencia de evaluación del "logro interior de sentido"*. Tesis doctoral. Universidad Complutense de Madrid.



Facultad de Educación. Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación.

- Noblejas, M. A. (1998). Triada trágica de la vida: sufrimiento, culpa y muerte. *NOUS. Boletín de Logoterapia y Análisis Existencial*, (2) 17-38.
- Rovirosa, G. (1959). Cooperatismo integral. En A. Ruiz Camps, (Ed.), (1995), *Guillermo Rovirosa. Obras completas I* (pg. 91-272). Madrid: HOAC.
- Ruiz de la Peña, J. L. (1986). *Teología de la creación*. Santander: Sal Terrae.
- Ruiz de la Peña, J. L. (1997). *Una fe que crea cultura*. Madrid: Caparrós.
- Simon, S. B. (1982). *Encontrarte a ti mismo a la mitad del camino. 31 estrategias para clarificar valores en la vida diaria*. México: IDH.



1. *Relatos para el crecimiento personal*. CARLOS ALEMANY (ED.). (6ª ed.)
2. *La asertividad: expresión de una sana autoestima*. OLGA CASTANYER. (24ª ed.)
3. *Comprendiendo cómo somos. Dimensiones de la personalidad*. ANA GIMENO-BAYÓN. (5ª ed.)
4. *Aprendiendo a vivir. Manual contra el aburrimiento y la prisa*. ESPERANZA BORÚS. (5ª ed.)
5. *¿Qué es el narcisismo?* JOSÉ LUIS TRECHERA. (2ª ed.)
6. *Manual práctico de P.N.L. Programación neurolingüística*. RAMIRO J. ÁLVAREZ. (5ª ed.)
7. *El cuerpo vivenciado y analizado*. CARLOS ALEMANY y VÍCTOR GARCÍA (EDS.)
8. *Manual de Terapia Infantil Gestáltica*. LORETTA ZAIRA CORNEJO. (5ª ed.)
9. *Viajes hacia uno mismo*. FERNANDO JIMÉNEZ HERNÁNDEZ-PINZÓN. (2ª ed.)
10. *Cuerpo y Psicoanálisis. Por un psicoanálisis más activo*. JEAN SARKISSOFF. (2ª ed.)
11. *Dinámica de grupos. Cincuenta años después*. LUIS LÓPEZ-YARTO. (6ª ed.)
12. *El eneagrama de nuestras relaciones*. MARIA-ANNE GALLEN - HANS NEIDHARDT. (5ª ed.)
13. *¿Por qué me culpabilizo tanto?* LUIS ZABALEGUI. (3ª ed.)
14. *La relación de ayuda: De Rogers a Carkhuff*. BRUNO GIORDANI. (3ª ed.)
15. *La fantasía como terapia de la personalidad*. FERNANDO JIMÉNEZ HERNÁNDEZ-PINZÓN. (2ª ed.)
16. *La homosexualidad: un debate abierto*. JAVIER GAFO (ED.). (3ª ed.)
17. *Diario de un asombro*. ANTONIO GARCÍA RUBIO. (3ª ed.)
18. *Descubre tu perfil de personalidad en el eneagrama*. DON RICHARD RISO. (6ª ed.)
19. *El manantial escondido. La dimensión espiritual de la terapia*. THOMAS HART.
20. *Treinta palabras para la madurez*. JOSÉ ANTONIO GARCÍA-MONGE. (10ª ed.)
21. *Terapia Zen*. DAVID BRAZIER. (2ª ed.)
22. *Sencillamente cuerdo. La espiritualidad de la salud mental*. GERALD MAY.
23. *Aprender de Oriente: Lo cotidiano, lo lento y lo callado*. JUAN MASÍA.
24. *Pensamientos del caminante*. M. SCOTT PECK.
25. *Cuando el problema es la solución*. RAMIRO J. ÁLVAREZ. (2ª ed.)
26. *Cómo llegar a ser un adulto*. DAVID RICO. (3ª ed.)
27. *El acompañante desconocido*. JOHN A. SANFORD.
28. *Vivir la propia muerte*. STANLEY KELEMAN.
29. *El ciclo de la vida: Una visión sistémica de la familia*. A. BELART - M. FERRER. (2ª ed.)
30. *Yo, limitado. Pistas para descubrir y comprender nuestras minusvalías*. MIGUEL ÁNGEL CONESA.
31. *Lograr buenas notas con apenas ansiedad*. KEVIN FLANAGAN.
32. *Ali Babá y los cuarenta ladrones. Cómo volverse verdaderamente rico*. VERENA KAST.
33. *Cuando el amor se encuentra con el miedo*. DAVID RICO. (3ª ed.)
34. *Anhelos del corazón. Integración psicológica y espiritualidad*. WILKIE AU - NOREEN CANNON.
35. *Vivir y morir conscientemente*. IOSU CABODEVILLA. (4ª ed.)
36. *Para comprender la adicción al juego*. MARÍA PRIETO URSÚA.
37. *Psicoterapia psicodramática individual*. TEODORO HERRANZ.
38. *El comer emocional*. EDWARD ABRAMSON (2ª ed.)
39. *Crear en intimidad. Guía para mejorar las relaciones interpersonales*. JOHN AMODEO - KRIS WENTWORTH (2ª ed.)
40. *Diario de una maestra y de sus cuarenta alumnos*. ISABEL AGÜERA.
41. *Valórate por la felicidad que alcances*. XAVIER MORENO.
42. *Pensándolo bien... Guía práctica para asomarse a la realidad*. RAMIRO J. ÁLVAREZ.
43. *Límites, fronteras y relaciones. Cómo conocerse, protegerse y disfrutar de uno mismo*. CHARLES L. WHITFIELD.
44. *Humanizar el encuentro con el sufrimiento*. JOSÉ CARLOS BERMEJO.
45. *Para que la vida te sorprenda*. MATILDE DE TORRES. (2ª ed.)
46. *El Buda que siente y padece. Psicología budista sobre el carácter, la adversidad y la pasión*. DAVID BRAZIER.
47. *Hijos que no se van. La dificultad de abandonar el hogar*. JORGE BARRACA.
48. *Palabras para una vida con sentido*. M^{ra}. ÁNGELES NOBLEJAS (2ª ed.)
49. *Cómo llevarnos bien con nuestros deseos*. PHILIP SHELDRAKE.

50. *Cómo no hacer el tonto por la vida*. LUIS CENCILLO. (2ª ed.)
51. *Emociones: Una guía interna. Cuáles sigo y cuáles no*. LESLIE S. GREENBERG. (3ª ed.)
52. *Éxito y fracaso. Cómo vivirlos con acierto*. AMADO RAMÍREZ.
53. *Desarrollo de la armonía interior*. JUAN ANTONIO BERNAD.
54. *Introducción al Role-Playing pedagógico*. PABLO POBLACIÓN y ELISA LÓPEZ.
55. *Cartas a Pedro. Guía para un psicoterapeuta que empieza*. LORETTA CORNEJO.
56. *El guión de vida*. JOSÉ LUIS MARTORELL.
57. *Somos lo mejor que tenemos*. ISABEL AGÜERA.
58. *El niño que seguía la barca. Intervenciones sistémicas sobre los juegos familiares*.
GIULIANA PRATA, MARIA VIGNATO y SUSANA BULLRICH.
59. *Amor y traición*. JOHN AMODEO.
60. *El amor. Una visión somática*. STANLEY KELEMAN.
61. *A la búsqueda de nuestro genio interior*: KEVIN FLANAGAN.
62. *A corazón abierto. Confesiones de un psicoterapeuta*. F. JIMÉNEZ HERNÁNDEZ-PINZÓN.
63. *En vísperas de morir. Psicología, espiritualidad y crecimiento personal*.
IOSU CABODEVILLA.
64. *¿Por qué no logro ser asertivo?* OLGA CASTANYER Y ESTELA ORTEGA. (3ª ed.)
65. *El diario íntimo: buceando hacia el yo profundo*. JOSÉ-VICENTE BONET, S.J. (2ª ed.)
66. *Caminos sapienciales de Oriente*. JUAN MASIÁ.
67. *Superar la ansiedad y el miedo. Un programa paso a paso*. PEDRO MORENO. (5ª ed.)
68. *El matrimonio como desafío*. KATHLEEN R. FISCHER y THOMAS N. HART.
69. *La posada de los peregrinos. Una aproximación al Arte de Vivir*. ESPERANZA BORÚS.
70. *Realizarse mediante la magia de las coincidencias. Práctica de la sincronicidad mediante los cuentos*. JEAN-PASCAL DEBAILLEUL y CATHERINE FOURGEAU.
71. *Psicoanálisis para educar mejor*. FERNANDO JIMÉNEZ HERNÁNDEZ-PINZÓN.
72. *Desde mi ventana. Pensamientos de autoliberación*. PEDRO MIGUEL LAMET.
73. *En busca de la sonrisa perdida*. JEAN SARKISSOFF.
74. *La pareja y la comunicación*. PATRICE CUDICIO y CATHERINE CUDICIO.
75. *Ante la enfermedad de Alzheimer. Pistas para cuidadores y familiares*. MARGA NIETO.
76. *Me comunico... Luego existo*. JESÚS DE LA GÁNDARA.
77. *La nueva sofología. Guía práctica para todos*. CLAUDE IMBERT.
78. *Cuando el silencio habla*. MATILDE DE TORRES.
79. *Atajos de sabiduría*. CARLOS DÍAZ.
80. *¿Qué nos humaniza? ¿Qué nos deshumaniza?* RAMÓN ROSAL.
81. *Más allá del individualismo*. RAFAEL REDONDO.
82. *La terapia centrada en la persona hoy*. DAVE MEARNES y BRIAN THORNE.
83. *La técnica de los movimientos oculares*. FRED FRIEDBERG.
84. *No seas tu peor enemigo... ¡...Cuando puedes ser tu mejor amigo!* A.-M. McMAHON.
85. *La memoria corporal. Bases teóricas de la diafreoterapia*. LUZ CASASNOVAS.
86. *Atrapando la felicidad con redes pequeñas*. IGNACIO BERCIANO. CON LA COLABORACIÓN
DE ITZIAR BARRENGOIA (2ª ed.)
87. *C.G. Jung. Vida, obra y psicoterapia*. M. PILAR QUIROGA.
88. *Creer en grupo. Una aproximación desde el enfoque centrado en la persona*.
BARTOMEU BARCELÓ.
89. *Automanejo emocional. Pautas para la intervención cognitiva con grupos*. ALEJANDRO BELLO,
ANTONIO CREGO.
90. *La magia de la metáfora. 77 relatos breves para educadores, formadores y pensadores*.
NICK OWEN.
91. *Cómo volverse enfermo mental*. JOSÉ LUIS PIO ABREU.
92. *Psicoterapia y espiritualidad. La integración de la dimensión espiritual en la práctica
terapéutica*. AGNETA SCHREURS.
93. *Fluir en la adversidad*. AMADO RAMÍREZ VILLAFÁÑEZ.
94. *La psicología del soltero: Entre el mito y la realidad*. JUAN ANTONIO BERNAD.
95. *Un corazón auténtico. Un camino de ocho tramos hacia un amor en la madurez*.
JOHN AMODEO.

96. *Luz, más luz. Lecciones de filosofía vital de un psiquiatra.* BENITO PERAL.
97. *Tratado de la insoportabilidad, la envidia y otras "virtudes" humanas.* LUIS RAIMUNDO GUERRA.
98. *Crecimiento personal: Aportaciones de Oriente y Occidente.* MÓNICA RODRÍGUEZ-ZAFRA (ED.).
99. *El futuro se decide antes de nacer. La terapia de la vida intrauterina.* CLAUDE IMBERT.
100. *Cuando lo perfecto no es suficiente. Estrategias para hacer frente al perfeccionismo.* MARTIN M. ANTONY - RICHARD P. SWINSON.
101. *Los personajes en tu interior. Amigándote con tus emociones más profundas.* JOY CLOUG.
102. *La conquista del propio respeto. Manual de responsabilidad personal.* THOM RUTLEDGE.
103. *El pico del Quetzal. Sencillas conversaciones para restablecer la esperanza en el futuro.* MARGARET J. WHEATLEY.
104. *Dominar las crisis de ansiedad. Una guía para pacientes.* PEDRO MORENO, JULIO C. MARTÍN. (2ª ed.)
105. *El tiempo regalado. La madurez como desafío.* IRENE ESTRADA ENA.
106. *Enseñar a convivir no es tan difícil. Para quienes no saben qué hacer con sus hijos, o con sus alumnos.* MANUEL SEGURA MORALES. (3ª ed.)
107. *Encrucijada emocional. Miedo (ansiedad), tristeza (depresión), rabia (violencia), alegría (euforia).* KARMELO BIZKARRA. (2ª ed.)
108. *Vencer la depresión. Técnicas psicológicas que te ayudarán.* MARISA BOSQUED LORENTE.
109. *Cuando me encuentro con el capitán Garfio... (no) me engancho. La práctica en psicoterapia gestalt.* ÁNGELES MARTÍN Y CARMEN VÁZQUEZ. (2ª ed.)
110. *La mente o la vida. Una aproximación a la Terapia de Aceptación y Compromiso.* JORGE BARRACA MAIRAL.
111. *¡Deja de controlarme! Qué hacer cuando la persona a la que queremos ejerce un dominio excesivo sobre nosotros.* RICHARD J. STENACK.

Serie MAIOR

1. *Anatomía Emocional.* STANLEY KELEMAN. (4ª ed.)
2. *La experiencia somática.* STANLEY KELEMAN. (2ª ed.)
3. *Psicoanálisis y Análisis Corporal de la Relación.* ANDRÉ LAPIERRE.
4. *Psicodrama. Teoría y práctica.* JOSÉ AGUSTÍN RAMÍREZ. (3ª ed.)
5. *14 Aprendizajes vitales.* CARLOS ALEMANY (ED.). (10ª ed.)
6. *Psique y Soma. Terapia bioenergética.* JOSÉ AGUSTÍN RAMÍREZ.
7. *Creer bebiendo del propio pozo.* CARLOS R. CABARRÚS, S.J. (9ª ed.)
8. *Las voces del cuerpo.* CAROLYN J. BRADDOCK.
9. *Para ser uno mismo. De la opacidad a la transparencia.* JUAN MASIÁ CLAVEL
10. *Vivencias desde el Enneagrama.* MAITE MELENDO. (3ª ed.)
11. *Codependencia. La dependencia controladora. La dependencia sumisa.* DOROTHY MAY.
12. *Cuaderno de Bitácora, para acompañar caminantes.* CARLOS R. CABARRÚS. (4ª ed.)
13. *Del ¡viva los novios! al ¡ya no te aguanto!* EUSEBIO LÓPEZ (2ª ed.)
14. *La vida maestra. El cotidiano como proceso de realización personal.* JOSÉ MARÍA TORO.
15. *Los registros del deseo. Del afecto, el amor y otras pasiones.* CARLOS DOMÍNGUEZ (2ª ed.)
16. *Psicoterapia integradora humanista.* ANA GIMENO-BAYÓN Y RAMÓN ROSAL.
17. *Deja que tu cuerpo interprete tus sueños.* EUGENE T. GENDLIN.
18. *Cómo afrontar los desafíos de la vida.* CHRIS L. KLEINKE.
19. *El valor terapéutico del humor.* ÁNGEL RZ. IDÍGORAS (ED.). (2ª ed.)
20. *Aumenta tu creatividad mental en ocho días.* RON DALRYMPLE.
21. *El hombre, la razón y el instinto.* JOSÉ Mª PORTA.
22. *Guía práctica del trastorno obsesivo compulsivo (TOC). Pistas para su liberación.* BRUCE M. HYMAN Y CHERRY PEDRICK
23. *La comunidad terapéutica y las adicciones.* GEORGE DE LEON
24. *El humor y el bienestar en las intervenciones clínicas.* WALEED A. SALAMEH Y WILLIAM F. FRY
25. *El manejo de la agresividad. Manual de tratamiento completo para profesionales.* HOWARD KASSINOVE Y RAYMOND CHIP TAFRATE

ISBN: 84-330-1488-9



El hombre es un ser de grandes posibilidades para bien y para mal. En nuestra época esto podemos constatarlo sin grandes esfuerzos: por un lado vemos un desarrollo tecnológico que nos capacita para hacer del mundo una “aldea global” y, por otro, hambre, analfabetismo, capacidad irracional de destrucción...

Sin pretender entrar a realizar aquí un análisis sociológico de las características de nuestra civilización globalizada y neoliberal, decimos que el mal de nuestra época es el “sinsentido”, la falta de sentido de lo que vivimos, y que la respuesta a esta situación sería, por tanto, la entrega a tareas personales y colectivas que plenifiquen la existencia de todo ser humano.

Que nuestra vida personal y colectiva tenga sentido pasa por dejar expresarse y desarrollarse a nuestra capacidad de entrega, de salir de uno mismo y autotrascenderse, en un proyecto de vida a nivel personal y colectivo.

Una vida así orientada la percibimos y experimentamos como una vida con sentido, ya que lo que hacemos se dirige hacia algo o hacia alguien; es decir, no es una existencia centrada (ocupada y preocupada) en sí misma, sino que se dirige —se orienta— hacia el mundo y hacia los otros.

Ofrecemos en este libro algunas palabras para una vida con sentido. Pretenden estimular la reflexión, la interioridad y el diálogo con el lector contando con ejercicios y cuestiones para favorecer la interacción, siendo aconsejable un ritmo de lectura pausado y meditativo.

Este libro está basado en la estructura de comprensión del ser humano y del mundo de una corriente terapéutica denominada logoterapia, que fue desarrollada por el psiquiatra y neurólogo vienés Viktor E. Frankl.