

GUÍA DE LA LOGOTERAPIA

FUNDAMENTOS ANTROPOLÓGICOS DE LA LOGOTERAPIA

1. Perspectivas de la filosofía de la Existencia

La problemática de Frankl, fundada sobre la relevancia y sobre el significado de la crisis existencial, evidencia y delinea los aspectos de la condición humana que la definen como orientada, en su esencia, a la realización de valores.

1.1. Devenir de la libertad

La esencia del hombre revela, a toda observación fenomenológica, inmediatamente constituida por la libertad. En Frankl el discurso sobre la libertad no puede separarse del discurso sobre la responsabilidad, en la medida en que el poder-ser se relaciona esencialmente con el deber-ser.

El deber de un ser humano implica la referencia a un significado, al significado de su experiencia concreta, y la responsabilidad resulta directamente de la actuación de un deber libremente asumido. La existencia adquiere un sentido cuando el hombre se hace responsable de su situación temporal y la rescata mediante la apertura a la trascendencia.

La libertad se presenta inmediatamente como dato constitutivo ontológico de la existencia humana y se expresa en la opción fundamental que el hombre, originariamente hace de sí mismo. Escogiendo la opción, el ser-ahí hace en primer lugar posible para sí mismo el propio poder-ser auténtico (Heidegger).

La libertad actúa e informa el ser del hombre mediante la proyección. La realidad de la existencia humana es una posibilidad, su ser un poder-ser. La posibilidad viene así definida y reconocida como una estructura categorial del ser-hombre y el acto de voluntad con el cual el hombre se proyecta a sí mismo consiste esencialmente en el desarrollo de las posibilidades implícitas en su existencia.

Lo posible es libertad, pues constituye una posibilidad de elección. El acto de elección constituye la realidad que se define como el cambio que comporta el devenir.

Frankl afirma que en cada instante realizo una posibilidad y no otra. Cada instante contiene en sí millares de posibilidades, pero yo sólo puedo escoger una para realizarla. es que realizo y hago mediante mi decisión, lo pongo a salvo en la realidad y lo conservo para siempre.

La estructura de un ser-posible se constituye en la actuación constante de su poder-ser fundamental.

La libertad humana choca contra el límite insuperable de su ser arrojado en el mundo, en una situación singular e irrepetible. La temporalidad le confiere un rasgo de precariedad y de inestabilidad, por lo cual, cualquier decisión, aunque irrevocable, no es definitiva.

La libertad originariamente está cargada de angustia porque mientras el hombre no puede en ningún momento de la vida sustraerse a la obligación de escoger entre las varias posibilidades que se le ofrecen, inevitablemente se ve constreñido a asumir la incertidumbre y el riesgo inherentes a todo acto de elección.

La existencia se constituye como el encuentro entre la determinación finita de la situación y la infinita apertura originaria a la trascendencia.

1.2. La angustia del no-ser

Unida con la posibilidad y anclada en la misma estructura de la condición humana, la angustia se configura como categoría existencial.

La raíz profunda de la angustia consiste en la imposibilidad de llevar al ser lo que, necesariamente, por el acto mismo de la elección es excluido del ser y condenado al no-ser. En toda elección se verifica la anulación de la posibilidad implícita en la posibilidad excluida y la libertad se aferra a ello y cae.

Una posibilidad excluida no significa, necesariamente, una realidad justificada, pues la angustia se relaciona nuevamente con ella y con el futuro. La angustia considerada en su motivación originaria y en su significado profundo es y sigue siendo una experiencia humana fundamental.

1.3. La desesperación y el rechazo del infinito

La libertad evoca otra situación humana, la desesperación, que brota del rechazo radical del infinito que, fundamenta y justifica la esencia del hombre en cuanto existente. La negación del infinito arrastra al hombre a encerrarse y a agotarse en la finitud que lo determina y lo golpea en su centro de criatura abierta a lo eterno.

La esencia de la condición humana es una síntesis de finito y de infinito, de temporal y de eterno.

La existencia humana se caracteriza como estar en situación y estar en camino y el significado del hombre consiste en ser un viviente frontera, una criatura limitada y contingente, pero abierta al infinito y a la eternidad.

Frankl afirma que el hombre es responsable de su propia finitud ... Está atado por muchos vínculos, pero estos constituyen los puntos de apoyo sobre los cuales se yergue su propia libertad; y no los rechaza, antes bien, continuamente se refiere a ellos. El hombre en su caminar trasciende el terreno sobre el cual avanza.

Solo la aceptación humilde y radical de la finitud original que define la condición humana posibilita la trascendencia de la limitación y la irrupción de lo infinito en lo finito. La humildad ontológica es la única actitud que salva al hombre de la desesperación.

1.4. Temporalidad e historicidad

La existencia humana es también historicidad. El ser humano es ante todo un ser histórico ... no puede eliminarse de su devenir el factor temporal histórico. La existencia histórica se constituye en el devenir, captado en su naturaleza de acto que decide acerca del ser o del no-ser, y radica en su temporalidad.

La temporalidad inviste el ser del hombre en cuanto a su ser posible originario y constitutivo y lo determina en su existencia inestable y precaria. La temporalidad es el signo inmediato de la finitud de la existencia humana y evidencia el horizonte en el cual se coloca cualquier opción.

La temporalidad resulta ser la categoría de una existencia posible, y por ello limitada y contingente.

La existencia es trascendencia, superación, mientras que el futuro es la determinación temporal de la posibilidad. Posibilidad y futuro se corresponden en cuanto que para la libertad lo posible es el futuro y, para el tiempo el futuro es posibilidad.

Frankl define el presente como el instante en el cual, mediante el acto de elección, una posibilidad concretada en una realidad es asumida en el tiempo, pero al mismo tiempo se vuelve eterna, se salva para siempre de la caducidad y de la transitoriedad.

La existencia humana se extiende y se constituye en una continuidad unitaria, por la cual el porvenir en su conexión con el pasado realiza la posibilidad en el presente.

La temporalidad, como estructura fundamental del ser-hombre, implica necesariamente la muerte, definida por Jaspers como una situación límite de la condición humana. El fenómeno de la muerte no es comprendido en el sentido de un hecho objetivo, extraño, de un acontecimiento común que es asumido en su significado existencial. La situación de la muerte implica la disolución total del ser-en-el-mundo. Frankl define la muerte como el límite insuperable a nuestras posibilidades y a nuestro futuro, la muerte atestigua y repite la posibilidad del no-ser implícita en todo posible, expresa la fuerza más extrema del no-poder.

El hecho de que el ser del hombre tiene un término ... es consecutivo de su significado. El Sentido de la Vida radica también en esto: que esta es irreversible. La esencia y el sentido de la vida brotan de su relación con la muerte. La muerte, según Frankl exige al hombre la responsabilidad de crear algo en el mundo. La limitación de la vida, incita a la urgencia de rescatar lo posible, implantándolo en la realidad, y de convertir en eterno el instante en el cual la posibilidad realizada es salvada de la caducidad y conservada para siempre.

No se puede eliminar lo que ha sucedido una vez. De nuevo aparece la conexión entre posible, futuro y libertad. La muerte con su aniquilamiento del poder-ser fundamental del hombre erradica la libertad de su fondo constitutivo y tronca al futuro esencialmente anclado en lo posible. Sólo queda el pasado, ya que por su carácter irrevocable, no puede ser herido por el tiempo y la muerte.

Toda posibilidad realizada es salvada y conservada por toda la eternidad y Frankl puede afirmar que haber-sido es la forma más segura de ser.

1.5. Existencia dialógica entre el Yo y el Tú

La estructura fundamental del hombre como ser-en-el-mundo se revela propiamente como ser-el-uno-con-el-otro y el-uno-por-el-otro. Resulta evidente que el hombre se pone y se constituye como existencia descentrada, abierta, referida intencionalmente al otro distinto de él, disponible para los demás.

En la enucleación de la esencia relacional del hombre, tal como se dibuja y se expresa en el amor, las consideraciones de Frankl se sumergen claramente en otro contexto y se refieren a algún tema central del pensamiento de Martín Buber.

La 1ª intención de Buber es la de reconocer y justificar la relación como categoría del ser. El hombre atestigua inmediatamente el tejido dialógico del propio ser. La presencia humana se aprehende como algo dado, relacionada con el otro distinto de sí mismo. Buber afirma que la relación es la categoría de la estructura, es aquello que contiene la forma ... el tú innato; es aquello por lo cual el hombre se constituye inmediatamente como yo en el tú. Yo soy yo a través del Tú, y al convertirme en yo, digo tú. Frankl afirma que el yo se convierte en yo solamente en el tú ... Únicamente un yo, que tiene como intención primaria un tú, puede integrar el propio ello.

La existencia humana, considerada en su forma esencialmente dialógica, se revela en toda su plenitud ... en el momento de ser dual, en la comunicación íntima entre un yo y un tú.

El amor está marcado por un carácter de encuentro, y encuentro significa siempre que se trata de una relación de persona a persona (Frankl)

Gabriel Marcel afirma que amar a un ser significa esperar de él algo nuevo, imprevisible. Significa también, dar a la persona amada la posibilidad de crear, de inventar, de abrir el propio poder-ser. Frankl afirma que el amor intuye; también percibe un ser que todavía no es, un ser que puede ser. El amor contempla y descubre posibles valores en el tú amado. El amor es donación y la donación es una llamada, que espera una respuesta.

El amor es por sí mismo garantía de su persistencia en el tiempo. La novedad absoluta del nosotros, en el cual dos personas se constituyen en el hecho de compartir el mismo destino y el mismo proyecto de vida, se revela radicalmente extraña a toda determinación temporal y no se halla penetrada por la fuerza de destrucción incluida en el tiempo. La persona amada permanece como presencia existencial

1.6. Intencionalidad

Frankl introduce la noción de intencionalidad con el fin de definir la estructura fundamental del ser del hombre en cuanto existente. Ser hombre quiere decir orientarse hacia algo que está más allá de uno mismo, que es diferente de uno mismo. Esto significa que la radical intencionalidad de la presencia humana está constituida por la tensión originaria que caracteriza al ser humano entendido en el sentido de Heidegger como ser-en-el-mundo.

En este contexto, la existencia se explica como tensión, como trascendencia y rescata lo dado y se revela como apertura del ser. La existencia en su referencia al otro, es trascendencia y, en este sentido, Frankl afirma que la esencia de la existencia humana se encuentra en la propia autotrascendencia.

El sentido de la tensión del hombre hacia el mundo, la interpreta Frankl como tensión dialéctica entre su deber ser hecho y su deber-ser, entre el ser y el significado. La intencionalidad de la estructura humana es expresión de la factura originaria entre esencia y existencia y el significado, en su evidente superioridad frente al ser, realiza su profunda significación de revelarse como guía del ser.

El componente espiritual, definido por Frankl fenomenológicamente como personalidad y ontológicamente como existencialidad, constituye la esencia de la persona humana y está hecho de contenidos de significado espiritual, los cuales permiten al hombre realizarse en cuanto existente.

Frankl acepta el concepto de sentimiento intencional de Max Scheler, reconociendo de este modo que la razón y el intelecto no constituyen, en todo caso, la esencia del hombre. El sentimiento existencial puede ser mucho más perspicaz que la sagaz y penetrante facultad racional. Resulta evidente la referencia a las razones del corazón que la razón no comprende porque, como afirma Pascal nosotros conocemos la verdad no sólo con la razón, sino también con el corazón.

El pensamiento, en su función espiritual, transforma la realidad, vivida interiormente de forma oscura, en la clara evidencia de un significado, pues eleva a la luminosidad de una idea ... aquellos contenidos de significado que la experiencia interiormente vivida ofrece de modo inmediato.

El ser humano realiza sus posibilidades y actualiza las funciones de su existencia únicamente cuando de la profundidad de sus estratos interiores se despierta en el mundo de valores en el cual decide conscientemente su existencia.

1.7. Valores de sentido existencial

Frankl afirma que sólo la intencionalidad en términos de sentimiento hacia los valores puede descubrir al hombre la verdadera alegría, y que en el reconocimiento de un objeto real está implícito el que se reconozca su realidad independiente del dato de que yo u otro lo reconozca de hecho. Scheler afirma que el acto consciente de resignarse a no realizar (algunos) valores ... nos libera de la tendencia (de reducir) los valores a nuestro estado de hecho.

Frankl acepta con Scheler la distinción entre los valores situacionales y los valores eternos.

La libertad orientada a la búsqueda y al descubrimiento de los valores de sentido existencial, rescata la propia carencia de ser y descubre el sentido, o la justificación de todo acto de elección. Los valores expresan el

auténtico rostro de nuestro destino, lo más verdadero de nosotros mismos.

2. Libertad de la Voluntad

2.1. Una nueva antropología en el ámbito de la Psicoterapia

El hombre, para Frankl, es en primer lugar un yo, una persona, un modo de existir totalmente particular. Es una cosa que existe por sí, que funda la unidad y totalidad del ser humano. Ser persona significa ser absolutamente distinto de cualquier otro ser. La estructura íntima de este ser es la singularidad, la irrepetibilidad y la finitud. La singularidad y la irrepetibilidad de la existencia humana se basan en la constatación de que *cada ser es un ser-distinto*.

La finitud, según Frankl, es evidente porque el hombre, se presenta como un ser finito que debe pasar continuamente de su ser a su deber-ser; se comprueba que existe en él un hiato entre su ser y el significado.

Frankl define al hombre como una *unidad a pesar de la multiplicidad*. Es uno a pesar de los fenómenos biológicos y psíquicos que lo caracterizan. Para Frankl, es la persona humana la que fundamenta la unidad porque es el centro de los actos espirituales y de ella brotan los actos espirituales.

La antropología dimensional, o mejor tridimensional, de Frankl subraya la dimensión espiritual del hombre como la dimensión esencial. En el hombre la dimensión espiritual está llamada a dominar la facticidad psicofísica, y no puede hacerlo si no es respetando la naturaleza. El hombre asume necesariamente todo aquello que está implicado en la naturaleza biopsíquica, incluso las disfunciones orgánicas, las imperfecciones de algunos órganos, las tendencias libidinosas, los conflictos, etc. la dimensión espiritual es una dimensión especialmente comprensiva, considera y asume la realidad bajo todos sus aspectos.

Frankl mediante unas analogías geométricas formula dos leyes de la ontología dimensional. Estas leyes ponen en evidencia que: 1) la contradicción de los fenómenos psicofísicos no perjudica la unidad de la realidad; 2) los sistemas cerrados se hacen recíprocamente compatibles.

Frankl escribe así: La ontología dimensional tal como yo la propongo, se fundamenta en dos leyes, de las cuales la 1ª dice:

Un sólo e idéntico fenómeno proyectado fuera de sus dimensiones en otras dimensiones que sean inferiores a su propia dimensión, origina figuras diversas en claro contraste entre sí.

La 2ª ley de la ontología dimensional afirma:

Distintos fenómenos proyectados fuera de la propia dimensión en una misma dimensión inferior a la dimensión propia, dan origen a figuras que parecen ambiguas.

Apliquemos lo dicho al hombre. Privado de la dimensión específicamente humana y proyectado en el plano de la biología y la psicología, el hombre muestra dos imágenes diferentes de sí mismo recíprocamente contrarias. La proyección sobre el plano biológico da fenómenos somáticos, mientras que la proyección sobre el plano psicológico da fenómenos psíquicos.

Necesariamente la unidad del hombre no puede hallarse en la dimensión biológica o psicológica, sino que debe buscarse en la dimensión noética, a partir de la cual el hombre es proyectado.

La dimensión noética existe en todo hombre, incluso en el no religioso. El nous no sería otra cosa que el núcleo más interno del hombre, su sí mismo.

En la terminología frankliana la palabra espiritual indica, sobre todo, la dimensión antropológica.

Frankl afirma la imposibilidad de reducir al hombre a sólo dos dimensiones. Ve al auténtico *homo humanus* no en la unidad psicofísica, sino en la consideración de un tercer momento decisivo y específico del hombre, esto es, en la espiritualidad.

2.2 Dimensiones fundamentales de la existencia humana

Para Frankl el hombre puede definirse como un ser que sabe liberarse de aquello que lo determina; un ser, en suma, que mientras vence o da una forma singular a todas sus determinaciones, al mismo tiempo se somete a ellas.

La verdadera raíz de la libertad del hombre se encuentra en su misma espiritualidad, en el hecho de que el hombre existe de un modo totalmente distinto de los demás seres. El obrar del hombre nace de sus propias decisiones.

El hombre está llamado a realizarse de manera *libre y consciente*. El hombre tiene en sus manos su propio destino y puede responder a la llamada de la libertad porque su existencia se desarrolla en la dirección de una mayor perfección.

Esta libertad es en realidad un concepto negativo que exige un complemento positivo. Y este complemento positivo es la responsabilidad.

La responsabilidad se basa en la unicidad y singularidad de la existencia humana y en el carácter trascendente de dicha existencia. El hombre no sólo es responsable de algo, sino también ante Alguien.

El hombre es un ser finito en él radica una tendencia natural que le impulsa hacia la perfección. El hombre subraya su empuje hacia adelante, un ardor secreto lo arrastra hacia algo nuevo y original.

La existencia del hombre es una llamada. Llamada de Otro, de un Tú que exige un reconocimiento fuente primera de toda subjetividad y comunión. Únicamente a la luz de esta llamada la existencia se convierte en tarea. MISIÓN.

Esta existencia como vocación y tarea puede ser entendida como el obrar libre que quiere decir dar a la propia existencia un sentido y asumir personalmente dicho sentido: quiere decir percibir el valor y hacerlo propio. Todo es fruto de una conquista. Y en esta conquista el hombre puede ser conducido e iluminado por la Logoterapia, sobre todo en los casos de neurosis noógena.

3. Voluntad de Sentido

3.1. Presupuesto de la Voluntad de Sentido

Maslow afirma que las personas se realizan habiendo satisfecho sus necesidades fundamentales de seguridad, de amor y de estimación, buscan crecer hacia la perfección y desarrollarse de un modo cada vez más pleno según su propio estilo. Trabajan, buscan, son ambiciosos, pero en un sentido no corriente, porque su motivación la constituye el desarrollo del carácter, es expresión del carácter, es maduración, es desarrollo, en una palabra, es autorrealización.

Ser hombre significa ir más allá de sí mismo. La esencia de la existencia se encuentra en la propia autotranscendencia. Ser hombre significa estar siempre vuelto hacia algo o hacia alguien, ofrecerse y dedicarse plenamente a una tarea, a una persona amada, a un amigo al cual se quiere bien, a Dios al cual se quiere servir.

Para Frankl, ser-en-el-mundo no es otra cosa que estar fundamental- mente orientado hacia un fin , hacia un valor que hay que realizar. Ser-en-el-mundo significa estar vuelto hacia la comprensión del significado profundo e íntimo de la propia existencia. Y solamente en esta intencionalidad debe buscarse la más genuina y real característica del ser-hombre.

3.2. La naturaleza de la Voluntad de Sentido

La tensión dialéctica existente en el hombre no es más que un aspecto del fenómeno antropológico fundamental que Frankl define como autotranscendencia. Esta tensión se llama *Voluntad de Sentido*. El ser humano es motivado por la búsqueda y por la posibilidad de hallar el sentido de la propia existencia.

Según Frankl, el hombre no se siente impulsado a buscar ante todo el placer y/o el poder sino una *razón* para ser feliz. Aquello que el hombre necesita es orientar la propia personalidad hacia los valores que debe realizar y los significados que tiene que hallar. La existencia humana se convierte entonces en un continuo tender que desemboca en la posibilidad concreta de realización de los valores.

Por Voluntad de Sentido Frankl entiende la tensión radical del hombre a hallar y a realizar un sentido y un fin. Entiende la Voluntad de Sentido como aquello que se frustra en el hombre, en el momento en que cae en el sentimiento de vacío y de falta de sentido.

La Voluntad de Sentido es el gozne sobre el cual gira la acción logoterapéutica que pone de relieve la esencial trascendencia del hombre, la orientación fundamental hacia un sentido y la búsqueda del Sentido de la Vida.

4. Sentido de la Vida

4.1. El sentido como respuesta existencial

El problema del significado de la vida es una cuestión típicamente humana, aunque no siempre es formulada clara y explícitamente en sus términos. Poner en duda que la propia vida tenga un sentido no tendría que ser considerado por sí mismo como algo morboso; es por el contrario expresión del ser humano, de aquello que de más humano hay en el hombre.

Según la teoría frankliana, el significado *no es conferido o dado, sino únicamente descubierto*.

El contenido de los valores no es establecido arbitrariamente por el hombre : *los valores se imponen al hombre*. El hombre debe someterse a ellos.

El significado es *subjetivo*, en cuanto no es una cosa válida para todos, sino que es específico de cada hombre.

Además de ser subjetivo, el significado es *relativo*, porque se refiere a cada individuo como personalidad única y a una situación concreta e irrepetible. El hombre es único en términos de esencia y existencia.

Hay significados universales que alivian la búsqueda de un significado en el hombre. Estos significados se llaman valores. La *existencia concreta* para Frankl, no sería otra cosa que un *juicio de valor*. Frankl sostiene que los valores existen de un modo estructurado. Es indispensable tener una jerarquía de valores ya que cuando se es consciente de esta jerarquía, el conflicto desaparece.

Frankl presenta tres categorías de valores: *los valores de creación, los valores de experiencia y los valores de actitud*. los primeros consideran *lo que el hombre da* al mundo a través de su trabajo. Los segundos subrayan *lo que el hombre recibe* del mundo. La tercera categoría de valores consiste en *la actitud que adopta* el hombre ante situaciones inevitables o ante el sufrimiento.

El hombre está llamado siempre a cumplir en su vida los valores creativos y de experiencia. Cuando ya no tiene la posibilidad de realizarlos, solamente entonces puede volverse hacia los valores de actitud. Estos permiten al hombre realizar el máximo grado de significado de la vida.

4.2. La consciencia, órgano de sentido

Frankl considera la existencia como el órgano de sentido que descubre al hombre el *unum necessarium*. Se trata de la única y sola posibilidad que una persona concreta tiene en una situación concreta. Se trata de algo absolutamente Individual, un ser debe ser individual, que no puede ser abarcado por ninguna ley general, por ninguna ley moral.

La consciencia intuye un deber-ser que no es general sino individual, referido no sólo *ad situaciones*, sino también *ad personam*.

Frankl subraya que, por el hecho de ser la consciencia un fenómeno específicamente humano, y por que participa de la *condition humanine*, está marcada por la finitud. La falibilidad de la consciencia llega a 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.

La consciencia es una voz que lleva un mensaje único y singular a una determinada persona concreta. Detrás de la consciencia hay una dimensión totalmente trascendente. La consciencia es la guía del ser del ser hombre, en cuanto que es la voz de la trascendencia.

El hombre es una unidad, un todo psico-físico-espiritual; un ser caracterizado por la *singularidad*, por la *irrepetibilidad*, por la *intencionalidad*, por la *finitud*. Pero la esencia de esta existencia humana se encuentra en la propia autotranscendencia: ser hombre significa estar siempre vuelto hacia una cosa o hacia alguien. El hombre se proyecta hacia el exterior y efectivamente se sobrepasa a sí mismo y alcanza el mundo, un mundo lleno de seres con los que puede encontrarse y de significados que debe realizar. La existencia humana no es auténtica sino se considera en términos de autotranscendencia. Este aspecto específico del hombre es el gozne de los tres pilares de la dimensión antropológica tridimensional de Frankl: la *Libertad de la Voluntad*, la *Voluntad de Sentido* y el *Sentido de la Vida*. Estos tres pilares consideran al hombre en la dimensión psico-físico-espiritual

Guía de la logoterapia