

El sentido trascendente de la vida en Viktor Frankl

- Ma. Teresa Lemus de Vanek
- 25/11/2010

Por Teresa del Pilar Ríos

El sentido de la vida es una cuestión que me ha venido inquietando desde hace tiempo. En mi trabajo con jóvenes, varones y mujeres, he tenido la oportunidad de ser testigo de diversos tipos de situaciones; algunas muy dolorosas, las cuales, casi siempre, eran acompañadas de un vacío y frustración existencial. Cada vez más se palpa una sed y urgencia de encontrar un sentido auténtico a la vida. Se percibe un hastío de todo lo superfluo y de lo que denigra a la persona. En cambio, hay una búsqueda de sentido anclado en valores que permanecen y dignifican.

Y es aquí, justamente, donde sale al paso con toda lucidez la propuesta antropológica de Frankl. Con su excepcional concepción de persona, revaloriza la dimensión espiritual y la aplica a la existencia humana. Sostiene la trascendencia del ser humano y la ve como fuente y fin de los verdaderos valores. Plantea que el sentido de la vida se realiza en la trascendencia, descubriendo y encarnando valores.

Nuestro autor es considerado como una de las grandes figuras del siglo XX (1905-1997) que más ha influido en el pensamiento antropológico y en las prácticas psicoterapéuticas. A los 15 años desarrolló dos de sus pensamientos fundamentales: que no debemos preguntar por el sentido de la vida porque somos nosotros los interrogados. El otro pensamiento dice, que el *sentido último* trasciende nuestra capacidad de comprensión.

Vivió durante dos años y medio las atrocidades de cuatro campos de concentración nazi y fue precisamente en esos lugares donde pudo experimentar y analizar, desde una perspectiva interdisciplinaria, médica, filosófica y psicológica, los horrores y las degeneraciones de la humanidad. En esas terribles circunstancias maduró y estructuró su sistema psicoterapéutico-antropológico.

Sus escritos muestran toda la riqueza cultural y ética con que afrontó la dura vivencia. Éste fue el acontecimiento que marcó plenamente las convicciones filosóficas y psicológicas que había ido conquistando. Verificó allí la validez de su tesis principal: que el ser humano para vivir tiene, sobre todo, necesidad de sentido.

Mientras que Freud redujo a la persona humana a meros impulsos mecánicos, Frankl, le abre nuevos horizontes. Su propuesta apunta hacia la realización del sentido y los valores. Su pensamiento psicoterapéutico y antropológico se articula en *Logoterapia* y *Análisis existencial*.

La *Logoterapia* es un fecundo y novedoso sistema psicoterapéutico que da respuesta a muchas *vulnerabilidades* de nuestro tiempo: aburrimiento, vacío y crisis existenciales, conflicto de valores, depresión, adicción, suicidio, etc. Sobre todo, ayuda a encontrar el sentido profundo de la vida, aún en las circunstancias más adversas. La logoterapia sostiene que el amor es el único camino para *tocar* saludablemente lo más hondo de la personalidad humana.

En cambio, el *Análisis existencial* es la perspectiva antropológica con que se encara dicha psicoterapia. Implica la trascendencia y la apertura al mundo espiritual, necesarias para una vida armónica y feliz. El objetivo del Análisis existencial es que el ser humano se haga consciente de que lo fundamental en su vida es la conciencia de su libertad y la responsabilidad que ésta implica, de su ser único, irrepetible, llamado a buscar el sentido de la vida y a realizar los valores. Consciente de su ser finito, es decir, confrontado con la facticidad radical y con la apertura a la trascendencia.

Ahora bien, es necesario destacar que la obra de Frankl sigue vigente en todos los continentes, y cada vez con más fuerza, a través de sus seguidores y seguidoras. Y esto es así porque él eligió apostarle a la vida y al ser humano, dándose a la tarea de rehumanizar la medicina y la psicoterapia. Eligió la senda del compromiso, del amor, del perdón, de la paz y del servicio plenificante.

Para él la vida permanece con sentido de modo absoluto. Y la base no es moralística, sino empírica. A este propósito, podemos hablar de una fenomenología extraída de la “gente de la calle”, sin muchos estudios académicos. Dicha práctica muestra que los hombres y las mujeres, desde siempre, buscan des-cubrir el sentido presente e implícito en los acontecimientos cotidianos. Esta tarea no se lleva a cabo, primariamente, por la vía intelectual o de las discusiones filosóficas, sino por caminos propios de la experiencia cotidiana, la cual *prueba* que la vida tiene sentido incondicionalmente.

En efecto, la persona, fenomenológicamente hablando, puede encontrar y des-cubrir el *sentido* de su vida a través de tres experiencias básicamente humanas. Ellas son:

- “ Valores de creación (trabajo)
- “ Valores de experiencia (amor)
- “ Valores de actitud (sufrimiento)

Valores de Creación

Se refieren a lo que el ser humano forja en forma de trabajo, creación, transformación. En la labor lo que cuenta es la entrega concreta, la intensidad con la que se aplica a la tarea y no el tipo de trabajo que se realiza. No es tan importante el *qué cosa*, sino el *cómo*. “Lo que hace de la vida algo insustituible e irremplazable, algo único, algo que sólo se vive una vez, depende del hombre mismo, depende de quién lo haga y de cómo lo haga, no de *lo que se haga*.” [1]

Valores de Experiencia

Se refieren a lo que el ser humano recibe gratuitamente del mundo, en forma de vivencia artística, filosófica, literaria, etc. Contemplar la belleza de la naturaleza es uno de los mejores modos de encontrar el sentido de la vida. Pero la experiencia más profunda en este segundo camino es el encontrarse con otro ser humano y des-cubrir en él su unicidad, su irrepitibilidad, su ser ahora y todas sus potencialidades que pueden llevar a convertirle en una persona más plena. “Esta es la experiencia trascendente del encuentro humano, que admite diversos niveles que recorren todos los tipos de amistad hasta llegar al amor profundo.” [2]

Aquí Frankl presenta tres modos de entender el amor: el sensual, el erótico y el espiritual.

El amor si es verdadero y auténtico, no se detiene frente al organismo psicofísico, sino que alcanza el yo profundo, la personalidad del amado o de la amada. Sin renegar de los momentos físico y erótico, nuestro autor insiste en que aquéllos son sólo un medio de expresión y que el amor, aunque es suscitado por las características físicas, será verdaderamente tal cuando sea incluido como expresión de la espiritualidad. El amor es, por tanto, la orientación directa hacia la persona misma del ser amado, en cuanto algo único e irrepitible, rasgos que hacen de él una persona espiritual.

Valores de Actitud

Se da ante la situación en la cual el ser humano se ve imposibilitado de llevar a cabo los Valores de Creación y los Valores de Experiencia, entonces está en el umbral de los Valores de Actitud. Encontrar sentido al trabajo, a la creación, al arte, es más fácil. En cambio, encontrarle el sentido al sufrimiento no lo es. Para los valores de *creación* necesitamos aptitudes, capacidad creadora; para los valores de *experiencia*, capacidad de sentir y vivenciar; para los valores de *actitud*, capacidad de sufrimiento. Y no la poseemos naturalmente, no se trae consigo al nacer, tenemos que adquirirla, conquistarla en el padecimiento mismo de la vida.

La sociedad y los medios de comunicación social no preparan para el sufrimiento o la vivencia de lo espiritual: acentúan el valor del éxito, la eterna juventud y el poder mal entendido. La imagen de la persona doliente o sufriente no es propugnada ni valorada por nuestra cultura hedonista, periférica y exitista. Por ello, cuando alguien se enfrenta de repente con la realidad ineludible de un dolor físico, moral, psicológico o espiritual, se sacuden los cimientos de su seguridad, se derrumba y hasta se degrada muchas veces. “Cuando la espiritualidad humana se bloquea, el hombre hace regresión en dirección de sus ancestros animales.” [3]

Para Frankl, es en el sufrimiento donde se manifiesta la grandeza del ser humano, el temple de su espíritu, porque sólo en el padecimiento se encuentra trágicamente puesto en confrontación consigo mismo, con su capacidad no sólo de trabajar y de gozar, sino también de sufrir. “Sufrir significa tomar postura frente al propio dolor y esto equivale a estar ‘por encima’ de él.” [4] El hombre y la mujer tienen derecho no sólo a la vida, al trabajo, a la alegría, a la paz; tienen, además, un derecho fundamental que nadie les puede quitar de ninguna manera y éste se refiere al sufrimiento.

“Porque en el recto sufrimiento, en el sincero sufrimiento de un genuino destino, se le abre al hombre una suprema oportunidad, más aún, la más grande oportunidad de cumplir su propio sentido y darse plenitud a sí mismo.” [5] “¡El dolor pertenece a la esfera más íntima y personal del hombre. ¡El hombre no educado por el dolor permanece siempre niño! ¡La última ley de la historia es el sufrimiento! [6]

He aquí por qué el crecimiento, la maduración, el enriquecimiento de una vida humana están ligados al dolor y a la pregunta, ¿por qué sufrir? Tal respuesta no es pronunciada en voz alta, con altivez, con alegría y soberbia, sino que se manifiesta balbuceando, a veces con lágrimas que no siempre son físicas, en el fondo del corazón, en lo íntimo del propio ser. La respuesta que el ser humano sufriente da a la pregunta sobre el porqué del dolor es siempre una respuesta sin palabras. Sin embargo, para Frankl, esa es la única respuesta significativa. [7]

Y esto es así porque el amor y el dolor se gestan y maduran en el silencio. El amor es la meta última y más alta a que pueden aspirar el hombre y la mujer. La salvación de la persona está en el amor y a través del amor. El verdadero amor es el único sentido capaz de dar vida y vida en abundancia.

Teresa del Pilar Ríos Vázquez. Autora del Libro:

El sentido de la vida y la trascendencia en Viktor Frankl,
Centro de estudios antropológicos de la Universidad Católica (CEADUC), Biblioteca de estudios paraguayos, Volumen 83, Asunción, Paraguay, 2010, (págs. 208).

[1] Frankl, Viktor, *Psicoanálisis y existencialismo*, Fondo de Cultura Económica, México, 1950, p. 173

[2] Frankl, Viktor, Op. cit., p. 187

[3] Lukas, Elizabeth, *Una vida fascinante*, Ed. San Pablo, Buenos Aires, 1994, p. 24

[4] Frankl, Viktor, *El hombre doliente*, Herder, Barcelona, 1994, p. 182

[5] Frankl, Viktor, *Teoría y terapia de la neurosis*, Herder, Barcelona, 1992, p. 254

[6] Fizzotti, Eugenio, *El despertar ético: conciencia y responsabilidad*, Fundación Argentina de Logoterapia “Viktor Frankl”, Buenos Aires, 1998, p. 176

[7] Cf. Frankl, Viktor, *El hombre doliente*, p. 297