

UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL URUGUAY

DÁMASO ANTONIO LARRAÑAGA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

AUTORREALIZACIÓN y AUTOTRASCENDENCIA

Del hombre autorrealizado al hombre autotrascendente

Tesis presentada para obtener el grado de

Licenciado en Psicología por:

MARCELA AROCENA PONCE DE LEÓN

marcela@logoterapia.com.uy

Montevideo. URUGUAY

TUTOR: PROF. PS. LUCAS A. DEL VALLE

Abril, 1999.

MONTEVIDEO, URUGUAY

AGRADECIMIENTOS

A Ale por todo; por confiar en mí, por acompañarme, por compartir la vida conmigo.

A mi familia: mis padres, José y Margarita; Sole, José Ignacio, Carlos y Elisa; por estar siempre conmigo.

A mi otra familia: los De Barbieri-Sabatino; por el aliento de siempre.

A Lucas Del Valle, mi tutor, por su generosidad, por sus ideas y todo el material brindado.

A todos los que se tomaron el trabajo de leer mi tesis y hacerme valiosas críticas y aportes.

A Roberto por apoyarme siempre, por darme oportunidades para crecer y buscar mi lugar.

Al Colegio San José, la guardería Nuestra Señora de Luxemburgo y a todas las personas con quienes trabajo, por su confianza y por permitirme aprender trabajando y trabajar disfrutando.

***Solos, no nos conocemos bien y nos juzgamos mal...
El camino más seguro de mí mismo a mí mismo,
pasa por el rodeo de la mirada del otro.***

Emmanuel Mounier. Introducción a los existencialismos.

RESUMEN

Esta investigación se propone realizar un análisis bibliográfico sobre la relación que existe entre el concepto de *autorrealización* desde la teoría de A.H.Maslow, y el de *autotrascendencia* desde la logoterapia de V.E.Frankl. Se describen los dos conceptos y se los relaciona desde una perspectiva teórica.

La discusión planteada es un tema de particular actualidad. En la consulta psicológica se percibe a diario la demanda del hombre por autorrealizarse y por autotrascenderse. Se intenta, a partir de esta discusión teórica, comprender y diferenciar la demanda del paciente para brindarle una atención psicoterapéutica conforme a nuestra visión del problema de la persona.

El hombre se encuentra enmarcado en una inquietante lucha por llegar a la esencia misma de su ser. Una psicoterapia actual, debe tener presente la búsqueda del hombre por encontrarse a sí mismo, pero no debe dejar de lado que sólo se encontrará si abre su existencia hacia los otros y mirándolos se reconoce. Sólo ayudando al hombre a encontrar sentido a su vida podremos ayudarlo a vivir mejor. Autotrascendiéndose se hará responsable de su vida y de lo que ésta espera de él.

INDICE

INTRODUCCIÓN	I
PRIMERA PARTE: ANTECEDENTES HISTÓRICOS	1
I.1. DOS ORÍGENES DISTINTOS.....	10
1.1. <i>Tradición Existencial Europea</i> :.....	10
1.2. <i>Historia de la psicología humanística</i> :.....	12
1.3. <i>Relación entre la psicología humanística y la tradición existencial europea</i> :	16
1.3.1. Puntos de encuentro:.....	17
1.3.2. Diferencias:.....	18
1.3.3. Conclusión:.....	19
I.2. DOS EXPERIENCIAS DE VIDA DISTINTAS.....	19
2.1. <i>Viktor E. Frankl</i> :.....	19
2.2. <i>Abraham Maslow</i> :	21
2.3. <i>Algunas reflexiones</i> :	23
2.3.1. Contexto histórico:.....	23
2.3.2. La investigación:.....	24
2.3.3. Origen de la investigación:	25
I.3. RESUMEN.....	27
SEGUNDA PARTE: DOS MODELOS TEÓRICOS	28
II.1. AUTORREALIZACIÓN	28
1.1. <i>Algunos conceptos de la psicología del Ser</i> :.....	28
1.2. <i>Jerarquía de las necesidades</i> :	29
1.3. <i>Teoría del desarrollo</i> :	32
II.2. AUTOTRASCENDENCIA	34
2.1. <i>Conceptos fundamentales de Logoterapia</i> :.....	35
2.2. <i>Autotrascendencia</i> :	376
2.2.1. <i>Diversas definiciones</i> :.....	376

2.2.2. El hombre como ser-en-el-mundo:	39
5.2.3. Tres caminos para autotrascender:	41
TERCERA PARTE: DISCUSIÓN.....	45
III.1. AUTORREALIZACIÓN Y AUTOTRASCENDENCIA	45
1.1. <i>Distintas visiones del ser.....</i>	45
1.2. <i>Dos antropologías diferentes:</i>	46
1.2.1. Fin vs. sentido:	46
1.2.2. Voluntad de placer vs. voluntad de sentido:	55
1.2.3. Ética científica vs. libertad:	60
1.2.4. Perfección vs. ser-inacabado:	62
1.2.5. Proceso evolutivo vs. cualidad existencial:.....	66
1.2.6. Sentido del sufrimiento:	55
CONCLUSION.....	72
BIBLIOGRAFIA	76
APENDICE 1.....	I
ANEXO Nº1: ONTOLOGÍA DIMENSIONAL.....	IV
ANEXO Nº2: LOGOTEST (Elizabeth Lukas)	VII
ANEXO Nº 3: Joyas en el basurero.....	IX

INTRODUCCIÓN

En la práctica psicoterapéutica, nos encontramos a diario tanto con personas que afirman querer “encontrarse a sí mismas” y “autorrealizarse”, como con personas buscando un sentido a su vida. Muchas veces, estas dos demandas aparecen confundidas.

Es así que una terapia para nuestra época debe indagar qué es lo que cada persona entiende por “autorrealizarse” o por “autotrascenderse”.

El objetivo del presente trabajo es investigar la relación que existe entre la “autorrealización” y la “autotrascendencia” y su implicancia en la psicoterapia, tomando estos dos conceptos desde la psicología humanística¹ y la tradición existencial europea respectivamente.

Esta es una tesis basada en un análisis bibliográfico, que intentará describir los dos conceptos y luego relacionarlos, desde una perspectiva teórica. Tomando en cuenta la variedad de enfoques teóricos y metodológicos dentro de una misma orientación, nos limitaremos a los aportes de un autor representando a cada una de las teorías: A.H. Maslow y su psicología del Ser para la Psicología Humanista y V.E. Frankl y su Logoterapia para la tradición existencial europea, sin dejar de considerar los aportes de muchos otros autores.

Después de establecer esta relación a un nivel teórico, aportaremos, a modo de conclusión, algunas reflexiones respecto a la práctica psicoterapéutica. Se planteará en un apéndice un caso atendido en el Centro de Asistencia Psicológico del Cerro, de manera a ejemplificar los aportes y las limitaciones de una y otra teoría en la consulta psicológica.

Son varios y de diferente naturaleza los motivos que nos han inducido a profundizar en este tema. El interés surgió en primer lugar, a raíz de tres años de estudio de la teoría frankliana -la Logoterapia- y tres años de experiencia en uno de los Centros de Ayuda Psicológica del Instituto de Logoterapia del Uruguay. Este Centro, ubicado en el Cerro, es un lugar de práctica y de actividad profesional para los alumnos y docentes del Instituto.

¹ Usaremos los términos “humanista” y “humanística” en forma indiferente para referirnos a esta escuela psicológica.

Estos fueron dos factores decisivos en la elección del tema: la teoría y la práctica. Tanto una como la otra, revelaban una clara inclinación hacia el área clínica, focalizando nuestra investigación en el análisis de la autorrealización y la autotrascendencia.

Nos interesa en segundo lugar profundizar en el núcleo central de la psicología: el concepto de persona según cada visión antropológica.

Frankl cita a Charlotte Búhler cuando aclara que “se ha dicho que la logoterapia se ha ‘unido’...” (1994,71) a la psicología humanista. Pretendemos justamente resaltar el planteo del propio Frankl sobre la necesidad de distinguir estas dos teorías, con el fin de aclarar algunos conceptos y premisas antropológicas diferentes.

La elección de los dos autores fundamentales fue guiada por varios motivos. Respecto a V. Frankl, fue decisiva nuestra profundización tanto en la teoría como a través de la práctica psicoterapéutica como se aclara anteriormente. Este es el enfoque teórico de base por el cual elegimos inclinarnos y a partir del mismo realizaremos la comparación con el modelo de Maslow.

En cuanto a la psicología humanista, A. H. Maslow es “el primero que merece ser recordado... justamente reconocido como el padre de la Tercera Fuerza porque fue anunciada e ilustrada por él públicamente con varias contribuciones científicas” (Giordani,1997,44). Son varios los acontecimientos que revelan el protagonismo del autor en el surgimiento de la psicología humanista.

Para cumplir con el objetivo marcado, se abordará en el **primer capítulo** una revisión histórica de la psicología. Nos ubicaremos en un único contexto: el humanístico-existencial. A partir de esta postura surgen dos orientaciones distintas: la de Maslow por un lado y la de Frankl por otro. Esta revisión se divide por lo tanto en dos partes: el surgimiento de la psicología humanista y el surgimiento de la tradición existencial europea. Así mismo, se hará un breve resumen de la vida de los autores en cuestión, con el propósito de tomar en cuenta no sólo elementos de la historia de la psicología sino también de la biografía de la persona misma.

En el **segundo capítulo** se abordarán los dos enfoques teóricos definiendo los conceptos de autorrealización y autotrascendencia que se manejarán a lo largo del trabajo.

En el **tercer capítulo**, estableceremos una comparación entre los dos conceptos mencionados y algunas de las ideas fundamentales de cada teoría.

La **conclusión** se dividirá en dos partes: una primera que concluirá el análisis bibliográfico realizado y una segunda que constará de unas reflexiones sobre la demanda psicológica contemporánea.

PRIMERA PARTE: ANTECEDENTES HISTÓRICOS

1.1. DOS ORÍGENES DISTINTOS

Intentaremos en primer lugar, brindar una visión general acerca de la historia de las dos escuelas que nos interesan, trazando las líneas fundamentales de sus evoluciones. Sin querer describir todo el proceso evolutivo seguido por la psicología, nos proponemos enmarcar estas dos corrientes en su contexto histórico y trasfondo cultural, tomando en cuenta así algunas de las principales influencias que motivaron a cada desarrollo teórico.

1.1.Tradición Existencial Europea:

Esbozaremos algunas nociones respecto a los orígenes y contenidos de la filosofía existencial, de manera de ubicar este movimiento en relación a la psicología humanista y poder comprender los fundamentos filosóficos de la logoterapia.

El movimiento existencialista es amplio; incluye numerosos autores y por lo tanto muy diversas orientaciones. Podemos decir que la filosofía existencial apareció en la primera mitad del siglo XIX, con Kierkegaard. Pero no fue sino casi un siglo después, en Alemania, que fue recogida y continuada su obra.

Muchos autores coinciden en que la aparición en Alemania de la filosofía existencialista y su extensión hacia Francia reflejaban la situación de inseguridad del ser humano tras la primera guerra mundial. Se asentó incluso como fuerza independiente a través de las consecuencias de la segunda guerra mundial.

El denominador común de la varias formas de expresión del movimiento filosófico contemporáneo, es la preocupación por la "existencia", lo humano concreto. Esta existencia humana se explica desde el plano de lo inmediato de la experiencia personal, desde esa autocomprensión del ser humano. No se trata de entender ni analizar racionalmente la existencia humana (Pareja, 1989, 117).

Rollo May define así al movimiento: "El existencialismo significa tomar como centro a la persona *existente*; es el énfasis puesto sobre el ser humano tal como *surge* y *deviene*. La palabra "existencia" proviene de la raíz *ex-sistere*, que significa literalmente "estar fuera, surgir" (1972, 14). Más adelante prosigue: "En psicología y psiquiatría el término "existencia" denota una *actitud*, una aproximación a los seres humanos, antes que una escuela o grupo especial" (1972, 17).

La postura existencial en psicología es difícil de “sistematizar” ya que sus conflictos básicos no tratan por ejemplo de luchar contra las tendencias instintivas reprimidas, sino que se trata del “conflicto que emana del enfrentamiento del individuo con los supuestos básicos de la existencia” (Yalom, 1984).

Según Yalom, estos supuestos básicos son: la muerte, la libertad, el aislamiento y la carencia de un sentido vital. Veremos como en la evolución de la “tradición existencial europea” estos temas están siempre presentes, variando el énfasis o el contenido según cada autor.

Es a Sören Kierkegaard (1813-1855), llamado el padre del existencialismo, a quien se le adjudica la acuñación del término “existencia”. Algunos de los contenidos esenciales de su obra son: el ser humano individual y concreto con toda su experiencia vivida con su singularidad, autonomía, con su sentido de libertad y de responsabilidad. Fue el primero en señalar que cuando surge la angustia, la impotencia, la desesperación, el quebranto y la culpa, son los momentos en que el ser humano puede concientizarse de su humanidad.

Dedicó su vida a analizar su situación existencial y publicó varios tratados que no fueron traducidos durante mucho tiempo. Después de la primera guerra mundial sus ideas fueron adoptadas por Martin Heidegger y por Karl Jaspers.

Heidegger (1889-1976) desarrolló una “ontología fundamental”, siguiendo la línea de Kierkegaard. Fue alumno de Husserl, el creador de la fenomenología. El análisis ontológico heideggeriano se centra en que “el ser humano está en situación de preguntarse acerca de su ser, de su “existencia” y con ello ser simultáneamente en relación con otros seres humanos y objetos del mundo” (Quitmann, 1989, 61). “El Dasein - modo de existencia de la existencia humana- tiene una estructura que es ser-en-el-mundo, un estado necesario de ser-él-mismo continuamente ligado al estado de no él mismo - otras existencias humanas, cosas- ” (Pareja, 1989, 100). Este hombre como “ser-ahí” es “arrojado” a la existencia.

Surge luego el aporte del existencialismo ateo del francés Jean Paul Sartre (1905-1980), que acentúa el sinsentido de esa existencia, por su lado, y el del alemán Karl Jaspers quien se ubica dentro del existencialismo teísta junto con Gabriel Marcel. Jaspers considera las “situaciones límites” que nos presenta la existencia, como la ocasión para el hombre de trascenderse; es cuando el hombre “se elige a sí mismo”. Tanto para Jaspers

como para Kierkegaard abrirse a la trascendencia implica “devenir lo que se es”, “asumir la angustia de la propia condición humana” (García Pintos,1998,42).

Martin Buber (1878-1965), destacando la filosofía del diálogo, nos recuerda que la existencia auténtica sólo se logra en el “encuentro” con el otro, en el diálogo yo-tú.

Los analistas existenciales tales como: Ludwig Binswanger, Medard Boss, E. Minkowsky, V.E. Gebattel, H. Ruitenbeek, Roland Kuhn, Igor Caruso, F. Buytendijk y el propio Viktor Frankl, investigaban y publicaban sin ser conocidos. Estos autores permanecieron ocultos para América hasta que se publicó el libro recopilador de Rollo May, *Existencia*, en 1958. Muchos siguieron siendo desconocidos para la amplia mayoría, a excepción de Binswanger, Boss y Frankl, quienes han sido traducidos al inglés y al español.

Las corrientes filosóficas existencialistas y la fenomenología (Brentano y Husserl), se desarrollaron paralelas en el tiempo pero en forma independiente una de otra, hasta que se cruzan en la figura de Heidegger. Todos estos autores existencialistas en general, están de acuerdo en utilizar el método fenomenológico al abordar un “tratamiento” con un paciente. “Esto significa, entrar en el mundo de su experiencia y escuchar los fenómenos que relata, sin ningún presupuesto previo que distorsione la comprensión” (Yalom, 1984).

Creemos importante destacar la obra de Ludwig Binswanger (1881-1966), un autor que influye directamente en Frankl, tanto que Frankl llama “logoterapia” a su teoría para diferenciarse del “Daseinanalyse” de Binswanger. Este autor fue el único discípulo de Freud que mantuvo una intensa amistad con él y que discrepó teóricamente sin distanciarse afectivamente.²

1.2. Historia de la psicología humanística:

Según Giordani, la fecha convencional de la aparición de la psicología como ciencia autónoma, es el año 1879, año en que Wundt fundó en Leipzig el primer laboratorio de psicología experimental. Aparecen a partir de este momento, en forma casi simultánea las dos grandes escuelas consideradas revolucionarias en el ámbito de la psicología: el conductismo y el psicoanálisis. Estas dos corrientes han logrado el nacimiento y posterior desarrollo de la psicología como ciencia distinta y separada de

² En el libro “Mis recuerdos de Sigmund Freud” de L. Binswanger, el autor relata su relación teórica y

otras (particularmente de la filosofía y la fisiología) a través de su teoría y conceptos básicos y fundamentales para la psicología. Es importante además resaltar el aporte del psicoanálisis a la psicología humanística a través de las teorías de los discípulos de Freud y de los neo-freudianos. No realizaremos ningún análisis crítico de estas dos grandes escuelas Pero para comprender la evolución histórica de la psicología y sus distintas teorías, seguiremos el camino que han tomado los teóricos del momento, es decir partiremos del supuesto de que hasta entonces -según el autor citado antes- se habían elaborado visiones del hombre pesimistas y deterministas, como “máquina orgánica” en el caso del conductismo y como “ ‘víctima-espectador’ de fuerzas ciegas que trabajan a través de él” en el caso del psicoanálisis (Giordani,1997,33-35). No nos detendremos en esta idea, siendo numerosos los autores que plantean el nacimiento de la tercera fuerza como reacción y oposición frente a las dos teorías que venían desarrollándose, como respuesta crítica e innovadora.

La psicología humanística aparece en los Estados Unidos, aproximadamente en la década de los cincuenta y sesenta, como la llamada “tercera fuerza”. Es llamada por algunos con otros nombres, como ser: psicología holístico-dinámica, psicología organísmica o psicología del Ser, afirma el autor en la misma obra (pág.36).

Helmut Quitmann (1989), ubica el período fundacional de la psicología humanística entre el año 1929, punto culminante de la crisis económica mundial y el año 1962, en que se fundó la American Association of Humanistic Psychology. La “gran depresión” en los Estados Unidos alcanzó su punto culminante en 1929 con el “viernes negro”. En 1933 habían aproximadamente 15 millones de desocupados (uno de cada cuatro estadounidenses no tenía trabajo). La gigantesca reforma económica introducida por Roosevelt cuando accede a la presidencia, el “New Deal”, iba ligada a una renovación cultural. Se establece una serie de medidas de orientación puramente económica y humanística, que tenía su orientación en la personalidad de Roosevelt. Las cuatro libertades que colocó en el centro de la política acompañaban a la imagen del hombre que consideraba la naturaleza humana como fundamentalmente buena y razonable. De este modo se reorientó la sociedad hacia valores positivos; en lugar de la depresión nacional reapareció un optimismo pragmático y humanístico.

La inmigración de muchos europeos durante el dominio nazi fue un apoyo para la renovación cultural y humanística que comenzaba en los Estados Unidos. Para muchos, se hizo evidente que el rápido e imparable desarrollo tecnológico ponía en peligro la importancia del individuo o de la raza humana en su totalidad. Hubo un gran interés por la filosofía existencialista que los científicos inmigrantes traían consigo. Los escritos de Soren Kierkegaard, Edmund Husserl, Martin Heidegger, Martin Buber, Karl Jaspers y Jean-Paul Sartre, que se oponían a la filosofía reinante, fueron recibidos del mismo modo que los pensamientos de la filosofía oriental (Zen, Tao). Desde el año 1960, surgió un rebrote orientalista en los Estados Unidos al que se adhirieron distintas religiones como el Budismo y el Lamaísmo Tibetano.

También en los campos de la psicología y la psiquiatría se cuentan numerosos europeos inmigrados: 1) en primer lugar la Escuela de Berlín de psicología de la Gestalt, cuyos máximos representantes, Max Wertheimer, Wolfgang Köhler, Kurt Koffka y Kurt Lewin, emigraron juntos a los EE.UU. y trabajaron en diversas universidades del este del país. 2) En el psicoanálisis el círculo de aquellos que consideraban que el marco teórico rígido del psicoanálisis clásico necesitaba ampliarse, emigran casi en bloque al oeste de lo EE.UU. Salvo Carl Gustav Jung, emigraron entre otros, Alfred Adler, Wilhelm Reich, Erich Fromm, Otto Rank, Fritz Perls, Ruth Cohn, Karen Horney, Frieda Fromm-Reichmann y Helene Deutsch. 3) En el área de la psiquiatría, las ideas que representaron un reto para los americanos fueron: el existencialismo europeo de Jean-Paul Sartre, el “análisis de la existencia” de Ludwig Binswanger y Medard Boss, vinculado a Martin Heidegger, así como la orientación organísmica de Kurt Goldstein, estrechamente ligada a la escuela de Berlín.

Como dijimos antes, en la década de los 50, la psicología académica norteamericana, estaba dominada por dos escuelas ideológicas principales. La primera y más dominante era un positivismo científico de tipo conductista; la segunda era el psicoanálisis freudiano. Gradualmente, los teóricos de la personalidad (entre otros Gordon Allport, Henry Murray, Abraham Maslow, Carl Rogers y Rollo May) se fueron abriendo camino a través de las limitaciones impuestas por las escuelas conductistas y psicoanalistas. Estaban convencidos de que ambos enfoques ideológicos de la persona dejaban de lado algunas de las cualidades más importantes del ser humano, es decir que estas capacidades y potencialidades humanas no tenían un lugar sistematizado en

ninguna de aquellas dos teorías: por ejemplo, su capacidad de elección, los valores, el amor, la creatividad, el autodesarrollo, el potencial de desarrollo humano, el organismo, la gratificación de las necesidades básicas, la autorrealización, la conciencia de uno mismo, el afecto, el humor, la trascendencia del yo, la autonomía, la responsabilidad, el significado, la experiencia trascendental y otros conceptos afines.

En 1950 establecieron formalmente una nueva escuela ideológica, encabezada por Maslow, a la que denominaron “psicología humanística”. La organización aparece por primera vez a la luz pública en 1961 al publicarse el primer “Journal of Humanistic Psychology”, y un año más tarde se fundó, bajo la presidencia de Maslow, la American Association of Humanistic Psychology.

En 1963, James Bugental formula cinco principios básicos de la psicología humanística:

- “1. *El hombre, en cuanto tal, sobrepasa la suma de sus partes* (esto es, que el hombre no puede explicarse simplemente a partir del estudio científico de sus funciones parciales).
2. *El hombre es un ser dentro de un contexto humano* (es decir, que el hombre no puede entenderse estudiando simplemente sus funciones parciales y dejando de lado su experiencia interpersonal).
3. *El hombre tiene una conciencia* (y no puede explicarse psicológicamente por una teoría que no reconozca el curso continuo de la autoconciencia humana, formada por sus distintas capas).
4. *El hombre tiene una capacidad de elección* (no es un espectador de su propia existencia, sino que crea sus propias experiencias).
5. *El hombre tiene una intencionalidad* (tiende hacia el futuro; tiene un propósito, unos valores y un significado)” (Yalom, 1984, 32).

Entre otros acontecimientos ocurridos en estos años, la elección de Abraham Maslow en 1968 como presidente de la American Psychological Association (APA) -la máxima organización de los psicólogos estadounidenses- expresa el reconocimiento por parte del mundo especializado. Finalmente, la creación de una sección de psicología humanística en el seno de la APA en el año 1971, significó el reconocimiento de esta tendencia psicológica también a nivel corporativo, formal y oficial (Quitmann, 1989).

Esta tercera fuerza surge de las intuiciones y de la práctica clínica de diversos psicólogos, de los cuales muchos trabajaban separadamente y a menudo desconociéndose. Es por esto que nos encontramos con numerosas y heterogéneas

orientaciones, que a pesar de sus diferencias, entran en el amplio campo que la psicología humanística abarca.

Con el paso de los años, surgieron cada vez mayor cantidad de escuelas nuevas que se albergaron en la gran tienda de la psicología humanística, lo cual hizo difícil el entendimiento y el diálogo en un lenguaje común. Según Quitmann, esta proliferación de tendencias especialmente de tipo poco intelectual originó muy pronto el divorcio entre la psicología humanística y la comunidad académica. Con el tiempo, los psicólogos humanistas que habían alcanzado ya posiciones académicas sólidas, fueron abandonando poco a poco las filas del movimiento.

Según lo que hemos visto, se puede afirmar que la psicoterapia existencial mantiene relaciones un tanto confusas con la psicología humanística. Sin embargo, comparten muchos de los supuestos básicos y numerosos psicólogos humanistas tienen una orientación existencial. Entre ellos se encuentran Maslow, Perls, Bugental, Bülher y Rollo May (Yalom, 1984, 33-34).

No pretendemos con esta breve síntesis histórica explicar y abarcar en su totalidad el desarrollo de la psicología humanística. Este "...no puede explicarse sólo de acuerdo al principio de las deducciones causales" (Quitmann,1989,284). No podemos, para comprender su origen, aceptar de forma lineal una tradición científica, filosófica o cultural determinada, sino que debemos considerar muy variadas corrientes que se vinculan entre sí. Este autor toma en cuenta las siguientes:

- 1.filosofía europea (filosofía existencialista, fenomenología y marxismo),
- 2.filosofía oriental (budismo, taoísmo, zen),
- 3.las escrituras del Antiguo Testamento,
- 4.psicología europea (psicoanálisis),
- 5.psicología estadounidense (conductismo).

1.3. Relación entre la psicología humanística y la tradición existencial europea:

Para cumplir con el objetivo que nos hemos propuesto, analizaremos algunos de los puntos de contacto y diferencias que podemos encontrar entre la "tercera fuerza" y la filosofía existencial, dado que nuestro interés reside en aclarar el tipo de relación existente entre el concepto de autorrealización y el de autotrascendencia.

1.3.1. *Puntos de encuentro:*

El análisis existencial tiene muchas afinidades profundas e importantes con el pensamiento de los psicólogos humanistas norteamericanos. Quitmann nos dice que la filosofía existencial y la fenomenología europeas constituyen el fundamento más importante para los conceptos de la psicología humanística. Oro coincide al decir que los humanistas comparten con los existencialistas europeos varios supuestos básicos y tienen una orientación existencial. Giordani, al referirse a esta tercera fuerza, la llama psicología humanístico-existencial, dejando entrever los principios inspiradores de origen existencialistas: “En América, la psicología existencialista ‘se ha unido con la nueva psicología de la tercera fuerza’; así la mayor parte de los expertos en este campo hablan de la *psicología humanístico-existencial...*” (1997, 38).

Como se vio anteriormente, la inmigración de los pensadores europeos a EE.UU. fue uno de los factores cruciales para la renovación cultural y por lo tanto para el surgimiento de la tercera fuerza. Si consideramos los principios humanistas citados antes, entendiendo que son las ideas que los fundadores del movimiento destacaron como esenciales, encontramos allí los conceptos básicos de la filosofía existencialista.

Por otro lado, Quitmann reúne una serie de presupuestos del existencialismo que aparecen con variada intensidad en los escritos de los distintos autores humanistas. Entre éstos, están el miedo y la libertad como aspectos del ser humano que se condicionan mutuamente; la posibilidad de la elección, decisión y responsabilidad; la temporalidad, especialmente la condición de presente y el futuro que aparece en los humanistas en el aquí y ahora o en vinculación con la intencionalidad y en la importancia de la conciencia dirigida hacia el futuro; el ser en el mundo, concebido por los humanistas como encuentro y diálogo entre el sí mismo y el mundo [el yo-tu de M. Buber, que inspiró en la psicología humanista “una verdadera y propia psicología del encuentro” (Giordani, 1997, 41)], el situar al ser humano como persona y la experiencia humana individual en el centro de la investigación, donde el investigador mismo entra en la investigación científica. Oro plantea que la psicología existencial y la psicología humanista comparten el valorar lo que el ser humano posee de superior: la razón, la libertad, la autonomía, la creatividad, lo indeterminado.

Otro aspecto que tienen en común tiene que ver con el planteo de S. Kierkegaard: “la verdad existe para el individuo sólo en cuanto éste la traduce en acción” (Giordani,1997,38). Este principio supone entender el comportamiento y la experiencia humana como fenómenos primarios en el estudio del hombre. Es el intento de entender al hombre como un ser existencial, como aquel a quien le ocurren las experiencias .

1.3.2. Diferencias:

Oro considera que más que “un auténtico vínculo filial”, entre la psicología humanista y la existencial, existe no más que un parentesco (1997,181). A pesar de un importante trasfondo común entre la psicología humanística estadounidense y la tradición existencial europea, varios autores marcan una línea divisoria, evidenciando una diferencia fundamental de acento. Rollo May subraya particularmente la falta de un sentido de lo trágico en la existencia humana por parte de los americanos, “su *represión del sentido ontológico*, su huida de la conciencia de su propio ser” (1978, 181).

Irvin Yalom de la misma manera dice respecto a la tradición existencial europea que “siempre ha dado gran importancia a las limitaciones humanas y a las dimensiones trágicas de la existencia. Tal vez se deba a que los europeos han conocido más de cerca las vicisitudes geográficas y étnicas derivadas de la guerra, de la muerte y de la incertidumbre existencial” (1984). Agrega que los Estados Unidos y la psicología humanística surgida en este país “se han caracterizado, en cambio, por un *Zeitgeist* de expansividad, optimismo, horizontes ilimitados y pragmatismo. Por consiguiente, las formas importadas del pensamiento existencial se han ido alterando sistemáticamente”.

Al igual que May y Yalom, Oro considera que la psicología humanística estadounidense difiere de la tradición existencial europea fundamentalmente por omitir conceptos claves como por ejemplo el de situación límite y la dimensión del sufrimiento.

Aparecen por otro lado, diferencias a nivel de definiciones de algunos conceptos esenciales. Oro destaca una radical distinción entre la expansión del ser, concepto central en la psicología humanista, y el ser-en-el-mundo y la trascendencia de la filosofía existencial. De la misma manera, marca la diferencia entre el concepto de espiritualidad según los humanistas y el que plantea la tradición existencial.

1.3.3. Conclusión:

Vemos entonces que algunos autores, como Quitmann, consideran que la filosofía existencial constituye el fondo más importante para los conceptos de la psicología humanista. Giordani, sin explicar esta idea, afirma que en los Estados Unidos, la psicología existencial se ha unido a la nueva fuerza. Ambos consideran que los aspectos esenciales del existencialismo se expresan en el humanismo, quizás con variable intensidad o con distintas denominaciones, pero en forma auténtica y fiel a sus orígenes. Otros autores como May y Yalom marcan la diferencia. Oro considera que los psicólogos humanistas han ido “americanizando” el pensamiento existencial, adaptándolo a una visión empirista e individualista. Agrega que no han integrado el pasado cultural europeo en su totalidad sino en forma muy parcializada, desligándolo de sus raíces filosóficas.

1.2. DOS EXPERIENCIAS DE VIDA DISTINTAS

Para comprender mejor los dos conceptos que nos ocupan, nos acercaremos a ellos desde los dos autores que hemos elegido estudiar y más específicamente, desde sus experiencias de vida. Consideramos que para interiorizarnos en la teoría, debemos primero conocer el punto de partida desde el cual ésta fue concebida, el lugar en que el autor comienza y desarrolla su investigación. Nos detendremos por lo tanto, en el proceso personal y la experiencia de vida de cada una de estas personalidades.

2.1. Viktor E. Frankl:

Viktor E. Frankl nace en Viena, Austria, en 1905 y muere en 1997. Su padre, judío, era muy estimado por su tarea política cultural en favor de la juventud. Frankl describe su infancia desarrollándose en un cálido clima de afecto y de seguridad, ilustrando esto a través de variadas anécdotas. Desde niño manifestó el deseo de ser médico. Era muy pequeño cuando probó la angustia frente a la muerte: “Debe haber sido cuando tenía cuatro años cuando una noche, antes de dormirme, pegué un salto de susto ante la impresión que un día me tendría que morir también yo” (Frankl, 1997a, 15). El autor agrega que lo que le ha preocupado durante su vida no fue tanto el miedo delante de la muerte, sino más bien si la fugacidad de la vida no le anula su significado, llegando a responderse afirmando que la muerte hace a la vida llena de significado de muchas maneras.

Con la primera guerra mundial y la caída del Imperio la familia Frankl sufrió una gran crisis económica. Al culminar la guerra, a la edad de 13 años, Frankl comienza el liceo, haciendo frente a una enseñanza de tipo reductivo: “Nuestro profesor de Ciencias Naturales estaba explicando que la vida, en última instancia, no era otra cosa que un proceso de combustión, un proceso de oxidación. Me paré y pregunté: Prof. Fritz, si esto es así, ¿Qué sentido tiene la vida?” (Pareja,1989,21). Concurrió durante años a las clases dictadas por alumnos de Freud, como Eduard Hitschmann y Paul Schilder. Al poco tiempo comenzó a escribirse con Sigmund Freud. Mantuvo esta correspondencia durante varios años y es en 1924 que Freud publica en la “Revista Internacional de Psicoanálisis,” un ensayo de Frankl sobre el origen de la mímica de la negación y de la afirmación.

La publicación del artículo fue una invitación para emprender con seriedad el estudio de la psicología. Pero en su interior, permanecía una cierta insatisfacción sobre algunos puntos de la doctrina de Freud. El inmenso deseo de comprender el sentido de la vida llevó al joven Frankl a incluirse en el reducido círculo que se había creado en Viena en torno a Alfred Adler. La psicología individual adleriana ofrecía para él, elementos de mayor comprensión del hombre en su totalidad. En los años 1925 y 1926 realiza numerosas conferencias, y comienza así el interés por la importancia del sentido de la vida. Y es en 1927 que es excluido de la Asociación de Psicología Individual junto con Schwarz y Allers por estar más orientados hacia una psicología existencial y humanista. La lectura meditada de Max Scheler lo orienta cada vez más en ese sentido.

Es en 1926 que aparece el primer postulado de la Logoterapia: Toda persona siempre tiene la posibilidad de dar un sentido a su vida y el psicoterapeuta tiene la tarea de sostener esta búsqueda y ayudar a actuarla.

En 1927 Frankl organiza en Viena Servicios de Orientación para la Juventud, en donde jóvenes que se encontraban con problemas psíquicos (fundamentalmente depresiones e intentos de suicidio) pudieran ser orientados en forma gratuita. Esta iniciativa permitió disminuir la alta tasa de suicidios. Se recibe de médico, en 1936 se especializa en psiquiatría y neurología y abre su propio consultorio.

En 1938 Hitler invade Austria y comienzan las persecuciones raciales. En 1942, Frankl se casa con una joven hebrea, Tilly. De toda la familia Frankl, sólo la hermana de Viktor se pudo poner a salvo en Australia. Su hermano fue capturado en Italia por las SS. Frankl dudaba sobre huir o no. La idea de poder finalmente difundir las conclusiones de

sus investigaciones y la posibilidad de garantizar una serena existencia a su familia -su mujer esperaba un hijo- lo llevaban a partir, pero sentía la angustia de dejar a sus padres frente a un destino cruel. La captura sucede en noviembre de 1942. El período de internación duró 2 años y medio. Sus escritos documentan toda la riqueza cultural y ética con la cual afrontó la dura experiencia.³

Fue este período en el que maduró en plenitud las convicciones psicológicas y filosóficas que había ido conquistando. En 1945 concluye lo que él denomina como su "experimentum crucis", es decir su internación en los campos. Viktor Frankl apenas había cumplido los 40 años. Su esposa, su hermano y sus padres no sobrevivieron.

Al retomar su trabajo como médico, comienza una muy extensa y prolifera vida académica y literaria. Entre sus obras más importantes figuran: "Psicoanálisis y existencialismo" publicado en 1946, "La presencia ignorada de Dios" en 1948, "El hombre doliente" en 1950, "Teoría y terapia de las neurosis" en 1956.

En los años 60 se difunde la Logoterapia en los EE.UU., Argentina, Japón y naturalmente en Europa. En 1954 Frankl, visitó la Argentina, por primera vez, dictando 14 conferencias. Luego vuelve a dicho país 30 años después, cuando la comunidad de médicos y psiquiatras solicitan su presencia motivados por la crisis existencial que experimentaban los excombatientes.

2.2. Abraham Maslow:

Maslow nace en 1908 en Brooklyn, en los EEUU, como hijo de emigrantes rusos judíos, siendo el mayor de siete hermanos y muere en 1970. Se dice que era muy inteligente y muy tímido, estaba frecuentemente enfermo y recordaba su infancia como fría y solitaria. Fue un buen colegial, si bien estaba muy aislado a causa de su origen judío.

Con su ingreso a la secundaria de Brooklyn cambió su situación positivamente. Estudió primero derecho, impulsado por su padre, pero luego lo abandonó para volcarse a la psicología. Allí se casó con su prima Bertha. Las ideas de pensadores socialistas como U. Sinclair, E. Debs y N. Thomas le impresionaron e influyeron en su deseo de querer cambiar el mundo: "Mis deseos eran definitivamente utópicos y mesiánicos y de reforma

³ *Este período se encuentra relatado en su obra más difundida "El hombre en busca de sentido".*

del mundo y la gente.” Fue entonces en el conductismo que Maslow vio el camino de llevarlo a cabo y resolver problemas. Trabajó con Harry Harlow en su laboratorio de animales y fue asistente de E.L.Thorndike. Se doctoró en 1934 en base a la severa metodología de la psicología experimental, con una tesis acerca del comportamiento sexual de los monos. Era como él mismo se describe, un investigador entusiasmado y se había “unido en cuerpo y alma al conductismo”.

Pero ya en la época en que trabajaba con Thorndike, Maslow no concluyó una investigación que había emprendido debido a los contactos con Max Wertheimer, Kurt Koffka, Erich Fromm, Karen Horney, Kurt Goldstein y Alfred Adler, que le condujeron poco a poco al progresivo abandono del conductismo por su comprensión de la ciencia en el sentido de las ciencias naturales.

Dio clases en el Brooklyn College de Nueva York de 1937 a 1951 y es llamado en 1951 para ser profesor de facultad en la Brandeis University en la cual permaneció hasta poco tiempo antes de su muerte. En el lapso de unos pocos años se produjo un giro hacia la cimentación filosófica y científica de una nueva psicología.

Es en el Brooklyn College que conoce a Max Wertheimer, uno de los creadores de la Gestalt y a una antropóloga cultural Ruth Benedict. Él deseaba entender mejor a estas dos personas a quien llamó “los más maravillosos seres humanos”. Ellos fueron sus mentores, a los cuales él admiraba tanto personal como profesionalmente. Maslow inició sus estudios a partir de ellos, de su observación, tomando notas respecto a ellos y a su comportamiento, buscando entenderlos. ¿Por qué eran “tan distintos del resto de los mortales?”. Como científico buscó una explicación generalizada de las virtudes que había descubierto en esos dos maestros. Esta sería la base de su larga investigación sobre la salud mental y el potencial humano. Comenzó a reunir a otros sujetos semejantes para estudiarlos y continuó identificando y estudiando a estas personas durante el resto de su vida.

Al principio de su vida profesional se encontró con que el lenguaje de la psicología - su estructura conceptual- del que disponía no le servía para el curso de sus investigaciones, de modo que decidió cambiarlo o mejorarlo. “Planteaba cuestiones legítimas y tuve que inventar otro modo de abordar los problemas psicológicos para poder tratarlos” (Maslow, 1987, 21).

Maslow encabezó la nueva escuela ideológica: la “psicología humanística”, que se estableció formalmente en 1950. Y unos años después de publicarse el primer “Journal of Humanistic Psychology”, se funda en 1962, bajo la presidencia de Maslow, la American Association of Humanistic Psychology.

En 1968 es elegido presidente de la American Psychological Association (APA) -la máxima organización de los psicólogos estadounidenses- expresándose así, el reconocimiento de esta nueva corriente psicológica por parte del mundo especializado.

Según Henry Geiger, esta clase de investigaciones nos ofrece una visión nueva y alentadora de la humanidad, nos muestra lo *que puede ser el ser humano*. Reiteradas veces Maslow se opone con insistencia a la psicología que trata exclusivamente de la parte negativa de la personalidad humana. Acerca de Maslow, Quitmann dice que “Contra una tendencia como ésta en la psicología –una visión pesimista y limitada- Maslow, continúa la tradición goldsteiniana con la investigación de lo “bueno” en el hombre con la meta en la autorrealización” (1989, 218). Y continúa citando a Maslow quien afirma:

“No se podrá entender nunca la vida humana, si no se tienen en cuenta sus más altas ambiciones. El crecimiento, la autorrealización, la lucha por la salud, la identidad y autonomía, la demanda de perfección...deben aceptarse ahora sin duda como una tendencia del ser humano extendida y quizás universal”.

Sus libros más difundidos son “Motivación y personalidad” publicado en 1954, “El hombre autorrealizado” en 1962 y “La personalidad creadora”, salido a la luz después de su muerte, en 1983. Maslow realizó además numerosas publicaciones y conferencias.

2.3. Algunas reflexiones:

Luego de realizar un análisis general desde los antecedentes teóricos que enmarcan a los autores que nos interesan y habiendo profundizado en la historia de vida de Maslow y Frankl, nos proponemos ahora llegar a algunas reflexiones que serán la base para poder abordar el segundo capítulo.

2.3.1. Contexto histórico:

Consideramos de fundamental importancia conocer y comprender la situación histórica en que se vive para comprender las tendencias psicológicas que queremos analizar y aún más, la historia personal del autor en cuestión.

Debemos entonces tomar en cuenta varios aspectos. En cuanto a Abraham Maslow queremos destacar en relación al contexto histórico vivido, por un lado, la orientación social hacia valores positivos y un optimismo pragmático basados en la reforma de Roosevelt, acompañando una concepción de la naturaleza humana como esencialmente buena y razonable. Ha quedado clara la directa relación que vemos entre estos conceptos y la propuesta de Maslow. Él mismo nos señala el punto central de su investigación: lo “bueno” en el hombre con la meta en la autorrealización. Por otro lado, la teoría que Viktor Frankl desarrolla, al estar fundamentada sobre la tradición existencialista, toma en cuenta las limitaciones humanas y la dimensión trágica de la existencia. Vale aclarar -y lo veremos más adelante- que Frankl es un gran optimista, aunque no basa este optimismo en la negación de las limitaciones sino en la posibilidad de encontrar sentido, incluso en la tragedia. Creemos que estos antecedentes, no necesariamente determinan el futuro desarrollo de una teoría, pero sí van a influir en ella, por lo cual debemos tenerlos presentes.

2.3.2. La investigación:

Si bien destacamos esta diferencia fundamental en cuanto al contexto histórico, existen puntos en común entre el humanismo y el existencialismo, más específicamente, entre Maslow y Frankl en lo referido al investigar científico, en relación a la manera de “pararse” frente al mundo. Ambos consideran al ser humano como punto de partida de la investigación y no como “objetos” puestos por el hombre en el centro de la misma. El científico es siempre parte de la investigación, está constantemente en relación y actúa sobre el objeto que investiga. El investigador vive él mismo en medio de seres humanos, como ser humano. El ser científico es un “ser-en-el-mundo”, es decir que él mismo es siempre componente de lo que investiga.

El principio expresado por S. Kierkegaard “la verdad existe para el individuo sólo en cuanto este la traduce en acción”, es compartido tanto por los americanos como por los existencialistas. Para Maslow, la filosofía existencialista y la fenomenología son “un intento de volver a la vida misma, es decir a la experiencia concreta sobre la que deben basarse todas las abstracciones si quieren seguir viviendo” (Quitmann, 1989, 237). Es por esto que considera que “el artista creativo, el filósofo, el humanista literario o también el

trabajador de la calle pueden asimismo descubrir la verdad y hay que animarlos a ello con igual intensidad que al científico” (pág.237-238).

2.3.3. Origen de la investigación:

Describiremos ahora el origen de la investigación de cada autor, intentando aclarar las distinciones entre ambos. Maslow comienza buscando entender a sus dos maestros, a quien él considera “tan distintos al resto de los mortales”, dos personas “autorrealizadas”. Podemos decir por lo tanto que inicia su estudio desde la observación del fenómeno de la “autorrealización” que él plantea como meta última de la vida, es decir desde una situación prácticamente ideal.

Por su lado, Frankl menciona el concepto central de su teoría –el sentido de la vida- desde muy temprano, pero es en los campos de concentración donde lleva a la práctica su teoría: “Las auténticas facultades humanas ancestrales de la autotrascendencia y autodistanciamiento...fueron verificados y convalidados en forma existencial en el campo de concentración. Este empirismo en su más amplio sentido de la palabra confirmó...“la voluntad de sentido”...la autotrascendencia” (Frankl,1997a,86).

Se observa entonces, que los dos autores comienzan su investigación desde perspectivas muy diferentes. El primero estudió un grupo de personas saludables y en plenitud de funciones, especialmente seleccionadas y el segundo parte por un lado de su práctica psicoterapéutica y por otro del período de confinamiento en los campos.

A pesar de estas formas tan distintas de investigar empíricamente, encontramos en Maslow una premisa que es evidentemente compartida por Frankl. Dice Henry Geiger en la introducción de “*La personalidad creadora*” de Maslow: “Creo necesario decir que la esencia de lo que Maslow descubrió en psicología lo encontró a partir de sí mismo. Es evidente, por sus escritos, que se estudió a sí mismo, fue capaz, como decimos, de ser “objetivo” acerca de su persona” (1987,11). Y continúa citando a Maslow : “Debemos recordar que el conocimiento de la propia naturaleza profunda también es, simultáneamente, conocimiento de la naturaleza humana en general”.

De la misma manera, Frankl parte de su persona, pero más aún, responde a través de su vivencia a la pregunta que, como psiquiatra, intenta responder y que Allport explícita: “¿Cómo puede uno despertar en un paciente el sentimiento de que tiene la responsabilidad de vivir, por muy adversas que se presenten las circunstancias?”

(Frankl,1989,9). Gordon W. Allport nos dice en el prefacio de “El hombre en busca de sentido”, la obra citada antes:

“En esta obra, el Dr. Frankl explica la experiencia que le llevó al descubrimiento de la logoterapia...él mismo sintió en su propio ser lo que significaba una existencia desnuda...¿Cómo pudo él –que todo lo había perdido, que había visto destruir todo lo que valía la pena, que padeció hambre, frío, brutalidades sin fin, que tantas veces estuvo a punto del exterminio-, cómo pudo aceptar que la vida fuera digna de vivirla?”.

1.3. RESUMEN

Algunos autores consideran que los aspectos esenciales del existencialismo se expresan en el humanismo, quizás con variable intensidad o con distintas denominaciones, pero en forma auténtica y fiel a sus orígenes. Otros marcan la diferencia considerando que los psicólogos humanistas han ido “americanizando” el pensamiento existencial, adaptándolo a una visión empirista e individualista.

En cuanto a los autores, tanto Maslow como Frankl consideran al ser humano como punto de partida de la investigación y no como a un objeto. A su vez, ambos coinciden en partir de sí mismos para su investigación, intentando ser objetivos.

Pero por otro lado, existen diferencias esenciales: el punto central de la investigación de Maslow es lo “bueno” en el hombre a diferencia de Frankl, quien toma en cuenta las limitaciones humanas y la dimensión trágica de la existencia. Desde un punto de vista fenomenológico, se podría decir que Maslow “parte de lo bueno” (las personas realizadas) y apunta por lo tanto a “lo bueno” (lo potencial). Frankl en cambio “parte del sufrimiento”⁴, que considera esencialmente humano, pero intuye que ese sufrimiento no ha sido en vano y puede transformarse en un logro personal, en algo “bueno”.

En suma, creemos que Maslow va de “más” (las personas autorrealizadas) a “más”, dejando de lado el sufrimiento que es, desde el punto de vista de la logoterapia, esencial al ser humano. Frankl va de “menos” (sufrimiento) a “más” (logro personal, sentido).

⁴ *En Logoterapia, el sentido del sufrimiento se refiere siempre a cuando el hombre se enfrenta a “sufrimientos inevitables”. Por lo tanto estamos hablando, más allá de la salud y de la enfermedad, de la actitud hacia el sufrimiento.*

SEGUNDA PARTE: DOS MODELOS TEÓRICO

II.1. AUTORREALIZACIÓN

Nos acercaremos a la autorrealización fundamentalmente desde la concepción de Maslow y nos adentraremos en su teoría para definir el concepto que nos interesa. Introduciremos algunos de los tantos autores que mencionan en sus fundamentos teóricos la idea de autorrealización para lograr una mejor comprensión del concepto.

1.1. Algunos conceptos de la psicología del Ser:

Maslow introduce su obra “El hombre autorrealizado” afirmando:

“Está surgiendo sobre el horizonte una concepción nueva acerca de la enfermedad y la salud humanas, una psicología tan estremecedora, a mi parecer, y tan llena al mismo tiempo de magníficas posibilidades, que cedo a la tentación de presentarla públicamente aún antes de que haya sido comprobada y confirmada, y antes de que pueda ser calificada como conocimiento científico fidedigno” (1983, 29).

Maslow no oculta su optimismo respecto al surgimiento de una nueva concepción psicológica que denominó “Psicología del Ser”. Esta denominación se debe a una orientación y un interés central por los fines más que los medios, por experiencias finales, valores finales, conocimientos finales, por las personas como finalidad. Surge reaccionando al pesimismo de la psicología contemporánea que “ha estudiado la carencia antes que la posesión, el esfuerzo más que la plenitud, la frustración antes que el placer, la búsqueda de la felicidad antes que la felicidad conseguida...” (Maslow, 1983, 112).

Es una psicología amplia y comprensiva en cuanto incluye lo enfermo y lo sano. Maslow señala en la misma obra que es una “psicología positiva”, tomando en cuenta que su enfoque deriva del estudio de individuos psicológicamente sanos.

La psicología del Ser intenta expresar las diferencias observadas por Maslow en sus investigaciones, entre la vida cognoscitiva y emocional de quienes han evolucionado plenamente y la de las demás personas, entre el Ser y el llegar a Ser; es decir entre las personas motivadas por necesidades de desarrollo y aquellas motivadas por necesidades básicas.

1.2. Jerarquía de las necesidades:

Maslow plantea que todos poseemos una naturaleza interior esencial, de tipo instintivo, intrínseca, dada, es decir con un grado de determinación hereditaria apreciable. En esta naturaleza están incluidas las necesidades básicas de tipo instintivo, las capacidades, los talentos, etc. Estas son potencialidades y deben ser consideradas desde el punto de vista de su evolución. Esa base biológica posee en sí misma una fuerza dinámica, que presiona constantemente por expresarse. Las capacidades exigen ser utilizadas y tan solo ceden en su exigencia cuando son usadas de manera suficiente. Este proceso orgánico básico del ser humano se llevará a cabo sin ninguna ayuda de las estructuras sociales. La sociedad es para el autor, un obstáculo para la autorrealización, porque obliga al individuo a aceptar papeles sociales inadecuados y convencionalismos paralizantes (Yalom,1984,523).

Maslow propone una teoría general de la motivación y más particularmente, una teoría de la satisfacción de las necesidades, que es para él, el principio simple más importante subyacente en todo desarrollo humano saludable. El autor nos dice: “El principio holístico que da unidad a toda la multiplicidad de motivaciones humanas, es la tendencia a la aparición de una necesidad nueva y más elevada, cuando la inferior se ha completado por medio de una satisfacción adecuada” (Maslow, 1983, 92).

Maslow organizó las necesidades del ser humano en una jerarquía de hegemonía relativa. Hizo una distinción fundamental entre necesidades básicas o necesidades deficitarias y metanecesidades o necesidades de crecimiento. Las necesidades más básicas, es decir las que se encuentran en la base de la pirámide, son las de supervivencia física: las de alimentación, bebida, alojamiento, vestido, sexualidad, sueño y oxígeno. Le siguen las necesidades de seguridad, las necesidades de amor y pertenencia y las necesidades de autoestima.

Para llegar a esta definición de necesidades deficitarias, la pregunta que Maslow se hizo originalmente fue “¿Qué es lo que convierte a la gente en neurótica?”. Su respuesta decía en resumen, que la neurosis parecía en su esencia y en sus principios una enfermedad deficitaria; enfermedad que surge de la privación de ciertas satisfacciones que él llamó necesidades en el mismo sentido en que lo son el agua y el calcio, es decir que su carencia es causa de enfermedad. Estas necesidades son esencialmente déficits

del organismo, hoyos vacíos, que por decirlo así, hay que llenar en defensa de la salud, y lo que es más aún, deben ser llenados por seres humanos distintos al sujeto. Al alcanzarlas, la motivación de satisfacerlas disminuye.

Maslow afirma que las características de una deficiencia duradera son las siguientes. Se trata de una necesidad básica o de tipo instintivo, si:

- “1.su carencia alimenta la enfermedad;
- 2.su presencia impide la enfermedad;
- 3.su restitución cura la enfermedad;
- 4.bajo determinadas...situaciones de libre elección, es preferida, por la persona afectada de su carencia, a otras satisfacciones;
- 5.se encuentra inactiva...funcionalmente ausente en la persona sana” (1989,52).

Luego de las necesidades deficitarias, siguen (en la pirámide, hacia arriba) las necesidades de crecimiento o del ser, que no forman entre sí una jerarquía sino que están situadas con iguales derechos en un mismo escalón:

- “1) totalidad (unidad, integración, tendencia a la unicidad, interconexión, simplicidad, organización, estructura, superación de la dicotomía, orden)
- 2) perfección (necesidad, justicia, determinación, inevitabilidad, conveniencia, equidad, plenitud, inmejorabilidad)
- 3) consumación (terminación, finalidad, justicia, “estar terminado”, realización, *finis y telos*, destino, hado)
- 4) justicia (rectitud, orden, legitimidad, autenticidad)
- 5) vida (proceso, no estar muerto, espontaneidad, autorregulación, funcionamiento pleno)
- 6) riqueza (diferenciación, complejidad, intrincación)
- 7) simplicidad (honestidad, desnudez, esencialidad, estructura abstracta, esencial, esquemática)
- 8) belleza (rectitud, forma, vida, simplicidad, riqueza, totalidad, perfección, terminación, unicidad, honestidad)
- 9) bondad (rectitud, apetecibilidad, inmejorabilidad, justicia, benevolencia, honestidad)
- 10) unicidad (idiosincrasia, individualidad, ausencia de comparabilidad, novedad)
- 11) carencia de esfuerzo (facilidad, ausencia de fatiga, empeño o dificultad; atractivo, funcionamiento perfecto)
- 12) alegría (diversión, placer, gozo, viveza, humor, exuberancia, carencia de esfuerzo)
- 13) verdad, honestidad, realidad (desnudez, simplicidad, riqueza, rectitud, belleza, puro, limpio y carente de adulteración, consumación, esencialidad).
- 14) auto-suficiencia (autonomía; independencia; “carencia de necesidad de ser otro que uno mismo a fin de ser uno mismo”, autodeterminación; trascendencia del medio, separación; vivir de acuerdo con las propias reglas)” (1989, 123).

Cuando éstas se alcanzan, la motivación por buscar una mayor satisfacción de estas necesidades, aumenta (cuanto más éxito tengo en mis esfuerzos por comprender algo es probable que me esfuerce más por obtener más comprensión). A diferencia de las primeras, éstas nunca pueden satisfacerse por completo. La motivación por alcanzarlas se renueva de modo interminable. Las motivaciones deficitarias requieren realmente una reducción de la tensión y restablecimiento del equilibrio. Las motivaciones del desarrollo o del ser, mantienen la tensión en beneficio de objetivos lejanos y a menudo inalcanzables.

Maslow plantea que únicamente si las necesidades por deficiencia están satisfechas, se puede alcanzar la parte superior de la pirámide, es decir satisfacer las necesidades del ser.

Sobre todas ellas se encuentra finalmente la necesidad de “autorrealización” (self-actualization), que del mismo modo que las primeras, puede ser alcanzada únicamente cuando los escalones de necesidades anteriores de la jerarquía están satisfechos. Maslow, para evitar falsas interpretaciones del término, en el prólogo a la primera edición de “El hombre autorrealizado” (1983) define la autorrealización como plenitud humana.

Quitmann nos dice que “la autorrealización es para Maslow algo así como la fuente de la vida” y continúa citando al autor:

“...parece como si fuese un valor aislado último para la humanidad, un objetivo lejano hacia el que tienden todos los hombres. Diversos autores lo designan como autoactualización, autorrealización, integración, salud psicológica, individuación, autonomía, creatividad, productividad, pero todos están de acuerdo en que esto conduce hacia la realización de las potencialidades de la persona, es decir, a volverse completamente humano, todo lo que una persona puede llegar a ser” (1989,222).

Estos diversos autores plantean la aceptación y expresión del núcleo interno o yo, es decir la realización de estas capacidades latentes, un rendimiento constante y pleno, disponibilidad de la esencia humana y personal, la menor presencia posible de enfermedad.

Yalom afirma que:

“los teóricos de la autorrealización proponen una moral evolucionista, que el ser humano está constituido de tal manera, que lucha por conseguir un ser cada vez más pleno; lo que significa luchar por aquello que la mayor parte de la gente llama valores positivos, a saber, la serenidad, la bondad, el valor, la honestidad, el amor y el altruismo” (1984, 523).

Charlotte Bühler define la autorrealización como “la realización de las mejores potencialidades de un individuo que a través de su desarrollo, expresa su propio interior y no sólo a sí mismo, sino que potencia a otros y participa en la creación cultural” (Quitmann, 1989, 208).

Yalom nos dice que: “el término ‘autorrealización’ constituye una reformulación moderna de un concepto muy antiguo expresado por Aristóteles, en el siglo IV antes de Cristo, al hablar de la causalidad teleológica, una doctrina de finalidad interna que postula que la meta o el fin adecuado de cada objeto o de cada ser es fructificar y realizar su ser interno” (1984, 522).

Fromm opina que: ” ‘La autorrealización del sí mismo no sólo se produce a través de un acto del pensamiento sino también mediante la realización de toda la personalidad’, a través de que ‘el hombre exprese activamente todas sus posibilidades emocionales e intelectuales...’ “(Quitmann, 1989, 263).

1.3. Teoría del desarrollo:

Más allá de definir a un nivel abstracto el concepto de autorrealización, Maslow, a través de su teoría del desarrollo, se acerca a los procesos reales y concretos. Se propone responder a algunas preguntas esenciales que nos atañen en forma directa, en el presente y no en un futuro lejano, como son por ejemplo: ¿Cómo hacemos para desarrollarnos en forma sana?, ¿Cómo descubrimos nuestro auténtico yo?, ¿Cómo ir creciendo en camino hacia la autorrealización?

Para comprender este proceso de evolución, el autor formula una teoría del “desarrollo a través del placer”, que implica, por lo tanto, que lo placentero, es –desde el punto de vista del desarrollo- “mejor” para nosotros. Afirma que el desarrollo tiene lugar cuando el próximo paso hacia delante es subjetivamente más agradable, más intrínsecamente satisfactorio que la gratificación previa. “Lo hacemos por el mismo motivo que nos hace preferir un postre a otro” dice Maslow, así como “besar a una persona produce más placer que besar a otra, ser amigos de *a* es subjetivamente más satisfactorio que ser amigos de *b*” (1983,80).

Cada paso debe la posibilidad de su existencia al sentimiento de seguridad. Maslow plantea la existencia de un sistema de dos fuerzas en el interior de la persona. Una de ellas se aferra a la seguridad y a las posiciones defensivas por miedo (retroceso,

fijación en el pasado, miedo a la independencia, a la libertad a la separación) y la segunda fuerza empuja al individuo hacia delante, hacia la totalidad y unicidad del Yo, hacia el funcionamiento pleno de todas sus capacidades, es decir hacia el desarrollo. La reafirmación de la seguridad permite la aparición de necesidades e impulsos superiores.

La necesidad de seguridad es más poderosa que la necesidad del desarrollo. Si la primera falla, la persona no puede ser empujada hacia delante, porque las necesidades de seguridades insatisfechas permanecerían en espera incesante de satisfacción.

¿Cómo puede saber una persona si está lo suficientemente segura como para optar por un nuevo paso hacia delante?: la persona deberá hacer su elección por sí misma. “Los pasos hacia delante y las elecciones son realizados de forma completamente espontánea, desde dentro hacia fuera” (Maslow,1983,81). Para explicar esto, el autor se refiere a un mecanismo específico que hace avanzar en la dirección correcta. Los valores positivos están esencialmente inscritos en el organismo humano, y si uno confía en su propia sabiduría orgánica, los descubrirá por vía intuitiva. La persona lleva en su interior una propensión al desarrollo y unidad de la personalidad (la segunda fuerza antes mencionada), y a un tipo de patrón inherente que consiste en un tipo único de características y en un impulso automático a expresarse. Ésta es, dice Maslow, la manera en que respondemos a las preguntas esenciales ”¿quién soy yo?¿qué soy yo?”(1983, 80).

Pero surgen las preguntas inevitables: ¿qué es lo que detiene el desarrollo? ¿dónde radica el conflicto? Y ¿qué alternativas hay para el desarrollo? “...esto equivale a una revisión del ‘dejar hacer’ taoístico...un ‘dejar hacer activo’ “, continúa el autor (pág. 92). Se trata de amar y respetar, reconocer el desarrollo y el mecanismo que hace avanzar en la dirección correcta, pero también reconocer y respetar el temor al desarrollo, su ritmo lento, las dificultades, los obstáculos y la patología.

En relación a esta teoría del desarrollo, Maslow propone nueve supuestos básicos que resumen su concepción acerca de la enfermedad y la salud:

1. Todo ser humano posee una naturaleza interna de base esencialmente biológica que es hasta cierto punto “natural”, intrínseca, innata y, en cierto sentido, inmutable o, por lo menos, inmutante.
2. La naturaleza interna de cada persona es en parte privativa suya y en parte común a la especie.
3. Es posible estudiar científicamente esta naturaleza interna y descubrir cómo es.

4. Esta naturaleza interna, no parece ser intrínseca o necesariamente perversa. Las necesidades básicas, las emociones humanas básicas y las potencialidades humanas elementales son, aparentemente, neutrales, o positivamente “buenas”. El ansia de destrucción y la crueldad parecen hasta ahora no ser la naturaleza intrínseca, sino más bien reacciones violentas contra la frustración de nuestras necesidades intrínsecas, emociones y potencialidades. La ira no es mala en sí misma, como tampoco lo es el miedo, la pereza o la ignorancia.
5. Puesto que esta naturaleza interna es buena o neutra y no mala, si le permitimos que actúe como principio rector de nuestra vida, nos desarrollaremos saludables, provechosa y felizmente.
6. Si se niega o se intenta abolir este núcleo esencial de la persona, ésta enfermará.
7. Esta naturaleza interna no es dominante e inequívoca como el instinto lo es en los animales. Es débil, sutil y fácilmente derrotada por los hábitos, presiones sociales y las actitudes erróneas a su respecto.
8. Aún cuando es débil, raramente desaparece en las personas normales e incluso puede ser que tampoco desaparezca en las enfermas. Aún cuando se la niega, perdura calladamente presionando de continuo por salir a la luz.
9. Hay que conjugar de algún modo estas conclusiones con la inevitabilidad de la disciplina, privación, frustración, dolor y tragedia. Estas experiencias resultan convenientes en la medida en que revelan y actualizan nuestra naturaleza interior. Resulta cada vez más claro que estas experiencias guardan relación con un sentimiento de fortaleza del ego y en consecuencia, con un sentimiento de autorrespeto y autoconfianza saludables.

II.2. AUTOTRASCENDENCIA

La autotrascendencia es un tema que es inherente al dilema existencial del hombre. Frankl habla de autotrascendencia, otros autores lo denominan de diferente manera. Nuestro primer objetivo en este apartado, es comprender el concepto desde el fundamento teórico de la logoterapia. En segundo lugar, ubicaremos la autotrascendencia

como cualidad fundamental del ser humano dentro de la psicodinámica existencial del hombre.

2.1. Conceptos fundamentales de Logoterapia:

Viktor E. Frankl empleó el término “logoterapia” para definir su teoría basándose en la palabra griega logos en su acepción de “sentido”, “significado” o “propósito”. La Logoterapia se centra en el significado de la existencia humana, así como en la búsqueda de dicho sentido por parte del hombre.

La Logoterapia toma algunas de sus líneas de pensamiento de la filosofía existencial. Entre los autores que inspiraron la obra de Viktor Frankl tenemos principalmente a Heidegger, Kierkegaard, Max Scheler, Binswanger y Jaspers.

El hombre es un ser caracterizado por su singularidad, su irrepetibilidad, su relacionalidad y su finitud. Es una unidad tridimensional: una unidad antropológica de cuerpo, psique y espíritu, que siendo ontológicamente diferentes forman una unidad profunda que supera los dualismos clásicos (Pareja, 1989, 313). Es importante aclarar esto en cuanto que, un planteo de las dimensiones como estratos que se superponen implicaría la posibilidad de separarse. Frankl resalta la unidad a pesar de la multiplicidad de dimensiones y recurre al concepto geométrico de dimensiones para significar, por analogía, las diferencias cualitativas entre ellas que en ningún momento invalida o destruye la unidad de la estructura (Ver Anexo nº1). Esta unidad no puede captarse desde la dimensión biológica o psicológica sino que debe buscarse a partir de la dimensión noética o espiritual, es decir la dimensión del sentido. El hombre tiene un cuerpo pero él no es su cuerpo, tiene una psique con una dinámica determinada, ciertos estados anímicos, sentimientos que se pueden clasificar, ordenar, etc.; pero esta dinámica bio-psíquica no define al hombre en su totalidad. Su cuerpo y su psiquis cambian, se transforman. En cambio a través del ser espiritual vemos al hombre como es, más allá de lo que tiene y de lo transitorio, este ser espiritual sería el “hilo conductor” que sostiene al cuerpo y a la psique y que a través de estas dimensiones se expresa.

Son tres los pilares fundamentales de la logoterapia: la libertad de la voluntad, la voluntad de sentido y el sentido de la vida.

El hombre es libre porque puede tomar distancia (autodistanciamiento) de lo que lo determina, decidir su propio actuar. No es *libre de* condicionamientos biológicos,

psicológicos o sociológicos, porque es un ser finito; toda su estructura lo revela: condicionamientos físicos, sociales, límites de inteligencia, impotencia frente a fenómenos naturales, etc. Sino que es justamente *libre para* tomar una actitud ante estos. Esto se conoce en logoterapia como la *libertad de la voluntad*. Esta libertad está acompañada por la angustia frente a la obligación de elegir entre las varias posibilidades que se le ofrecen. Debe también asumir la incertidumbre y el riesgo que tiene todo acto de elección. Cada situación es singular e irrepetible y de esto depende la esencial problemática de la existencia humana: su temporalidad. La existencia humana se encuentra inmersa en el tiempo y esto le confiere el carácter de precariedad e inestabilidad, con lo que cualquier decisión si bien irrevocable no es definitiva.

Por lo tanto, la existencia humana tiene este aspecto contingente, limitado, que se caracteriza por el 'ser en situación' y 'ser en camino' pero también por otro lado, abierta a la trascendencia.

La libertad se complementa con la responsabilidad y la realización de los valores. Tal responsabilidad se funda, según el autor, en la unicidad y singularidad de la existencia humana y en su carácter trascendente. El hombre es movido por la *voluntad de sentido* y por su capacidad de autotranscendencia las cuales constituyen el segundo pilar de la logoterapia. Siente su existencia como una tarea para asumir. Esto significa que el hombre es un ser en constante tensión entre el ser y el deber ser. Es una tensión dialéctica desde su ser hacia el mundo "rico de tareas para realizar y de personas para encontrar". En este ir hacia el mundo, el hombre se autotransciende y realiza su sentido. Porque la pregunta fundamental a la cual el ser humano trata fatigosamente de responderse es: ¿Cuál es el *sentido de mi vida*?

Este interrogativo –el tercer pilar– es, según Viktor Frankl, el compañero inseparable del hombre y se impone con fuerza a quien desea vivir en plenitud su condición de ser hombre. Pero el significado no viene conferido, sino que solamente se lo descubre, se devela. El significado es *personal* porque se refiere a cada individuo como personalidad única y *situacional*, porque cada situación es única e irrepetible. Pero encontramos también significados universales que tienen la función de aliviar la búsqueda de significado en el hombre. Estos significados universales se llaman valores.

Los valores no están en caótica yuxtaposición, sino que más bien se encuentran en cierta forma estructurados. Viktor Frankl habla de esferas o de áreas de valores. El

plantea que es indispensable una jerarquía de valores y cuando se es consciente de tal jerarquía el conflicto entre la contradicción de valores desaparece.

Plantea tres categorías principales de valores: *valores de creación*, *valores de experiencia* y *valores de actitud*. Los primeros tienen que ver con lo que el hombre da al mundo a través de su trabajo, su tarea, su creatividad. Los segundos subrayan lo que el hombre recibe del mundo. Ninguno de hecho puede permanecer inerte frente al amor, a la belleza de la creación o de las obras de arte o los grandes descubrimientos, o conquistas del hombre, a los actos heroicos de alguien, o a la experiencia religiosa. Y la tercera categoría de valores, los de actitud, son los que asume el hombre frente a situaciones inevitables o de sufrimiento: cómo las acoge, cuál es su coraje en la adversidad, si es capaz de conservar su dignidad. A partir de estos valores de actitud es que el ser humano es también llamado a afrontar su radical finitud expresada en lo que Frankl denominó la tríada trágica de sufrimiento, culpa y muerte.

La conciencia sería el aspecto intuitivo de la búsqueda de significado, es la “voz de la trascendencia”. Intuye el significado de aquella única y concreta situación, no solo en vista de las posibilidades únicas e irrepetibles de la persona, sino que intuye también la originalidad de la tarea misma.

2.2. Autotrascendencia:

2.2.1. Diversas definiciones:

Ser humano significa hallarse referido a algo o a alguien distinto de uno mismo, esto es lo que Frankl ha designado como autotrascendencia de la existencia. Es decir que la esencia de la existencia está en su autotrascendencia y esta esencia nos llama a salir de nosotros mismos. Tan sólo en la medida en que vivimos esta autotrascendencia, somos auténticamente nosotros mismos y plenamente humanos. “El primordial hecho antropológico humano es estar siempre dirigido o apuntando hacia algo o alguien distinto de uno mismo: hacia un sentido que cumplir u otro ser humano que encontrar, una causa a la cual servir o una persona a la cual amar...” (Frankl, 1994c, 36).

El término “existir” expresa en sí mismo esta orientación del hombre, siendo su origen etimológico “salir de”, “hacia fuera”.

Tomaremos en consideración otros autores que abordan el concepto de autotrascendencia. Yalom, al referirse al dilema del significado de la vida, menciona entre

otros aspectos el de la autotranscendencia de uno mismo o la consagración a una causa. Cuando habla de autotranscendencia, se refiere a elevar al individuo por encima de su propio nivel, aunque no sea una actividad explícitamente altruista. Cita al filósofo e historiador Will Durant quien habla de la autotranscendencia como de una actividad “que no concluirá con su muerte” o de “convertirse en parte de algo superior a él mismo” (Yalom, 1984, 519).

De la misma manera, Jaspers plantea que el origen de nuestra esencia se conforma entre otros elementos “en la conciencia de la inmortalidad, que no es supervivencia en otra figura, sino un estar oculto en la eternidad sin tiempo, que se le manifiesta como camino de acción incesante en el tiempo” (1996, 839).

Por otro lado, Mounier nos aclara en una primera instancia que cuando hablamos de una realidad que trasciende a otra, no nos referimos a una noción espacial. “No es una realidad separada que planea por encima...(de la otra), sino una realidad superior en calidad de ser”. Y continua definiendo a la trascendencia como la negación de sí como mundo cerrado y suficiente. “La persona no es el ser, es movimiento del ser hacia el ser, y sólo es consistente en el ser al que apunta” (1978, 40-41).

Cencini y Manenti consideran que la tendencia del hombre hacia la autotranscendencia, comienza con una necesidad de superar el mundo de lo inmanente y de lo sensible. Se refieren además a “una necesidad de plenitud ontológica, como exigencia natural de ‘ser más’ ” (1985, 107).

R. May afirma que “...esta capacidad de trascender la situación inmediata constituye la base de la libertad humana” (1977,104). La exigencia de la trascendencia, según Frankl, viene experimentada por la persona como una insatisfacción, una inquietud o como una llamada insistente a llegar a ser lo que todavía no se es. Señala que la libertad se nos presenta aquí como un dato ontológico, o sea esencial de la existencia humana y se expresa en la elección que el hombre hace de sí mismo, en el acto fundamental en el cual decide asumir su propia existencia y definirla. Frankl plantea una tensión dialéctica entre el ser y el deber ser. Fizzotti nos dice que “...el ser humano se descubre inmerso en la radical finitud de la tensión estructural hacia la trascendencia del límite que lo determina” (Bazzi y Fizzotti, 1989, 47).

Mounier afirma que “La dificultad consiste en pensar bien esta noción de trascendencia. Nuestro espíritu se resiste a representarse una realidad que esté

enteramente sumergida en otra por su existencia concreta y sea, sin embargo, superior por nivel de existencia” (1973,13). Y agrega metafóricamente: “No se puede estar a la vez en la planta baja y en el sexto piso”.

Intentaremos profundizar un poco más en la noción de trascendencia para develar esta aparente contradicción que plantea Mounier.

2.2.2. *El hombre como ser-en-el-mundo:*

Etimológicamente, trascendencia significa que va más allá o más arriba. Para Binswanger, el término puede entenderse en dos direcciones: por un lado, hacia dónde se sube y por otro lado, qué se trasciende en la subida. El primero, relacionado directamente con el concepto de intencionalidad, es el “mundo”; el segundo, lo que se trasciende, es el sí mismo existente. “En otras palabras –dice el autor -, como trascendencia se constituye no sólo “el mundo”...sino también el yo mismo” (Binswanger, 1973, 168).

Con Binswanger, comprendemos que el hombre es un ser-en-el-mundo. “Cuando hablamos del mundo en sentido analítico de la existencia, mundo significa siempre aquello por sobre lo cual se ha elevado la existencia y *proyectado...*”(1973, 169).

Al manejar la definición citada párrafos antes, Frankl está tomando en cuenta al hombre como ser-en-el-mundo. No considera al ser humano por un lado y al mundo por otro, sino un todo unitario como lo explica Heidegger. Ubica al individuo en existencia dialogal con el mundo, en una tensión estructural entre dos polos: el yo y el mundo. Binswanger nos plantea que en vez de la división del ser humano “en sujeto (hombre, persona) y objeto (mundo, ambiente) aparece aquí la *unidad de existencia y mundo* comprobada en la trascendencia” (1973,169). Esto trae a colación la idea de intencionalidad, también tomada de la tradición existencial europea. Es decir el “estar dirigido hacia”.

E. Fizzotti dice:

“Ser-en-el-mundo quiere decir estar fundamentalmente orientado hacia un fin, hacia un significado que individuar, hacia unos valores que realizar...quiere decir estar abierto, ser receptores, ser capaces de integrar en la propia personalidad lo que se ofrece en el mundo circundante y en los otros...Y sólo en tal “intencionalidad” se debe buscar la más genuina y real característica del ser-hombre” (1981, 117).

Este es un concepto básico en la definición que Frankl hace de la estructura fundamental del ser humano en cuanto existente. “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” (Bazzi y Fizzotti, 1989, 47).

La tensión originaria, como dijimos, implica siempre decidir lo que he de hacer de mí mismo, y esto a su vez significa asumir la responsabilidad de eso que he hecho de mí mismo.

Quitmann nos dice al respecto: “A diferencia del psicoanálisis, que hace en gran medida responsable del comportamiento del ser humano al subconsciente, el aspecto de la intencionalidad acentúa la significación de la conciencia...y traslada con ello a la persona misma la responsabilidad por el comportamiento del hombre, sobre todo en lo que se refiere a sus decisiones” (1989, 289).

La libertad del hombre se manifiesta en esta toma de decisiones. Jaspers, aclara, refiriéndose a la lucha del hombre consigo mismo: “Su *voluntad* le hace hacer, desde su mundo circundante y desde sí mismo, lo que quiere” (1996, 841). Esta “posibilidad total” que tiene el ser humano, según Jaspers, lo hace indeterminado: “Porque no está predeterminado por ningún modo absolutamente definitivo de la vida, tiene probabilidades y peligros, se equivoca, tiene pocos instintos...”(1996,140).

El subir más arriba del mundo y el trascenderse a sí mismo nos habla de que el mundo del hombre es abierto contrariamente al mundo del animal. Con esto queremos decir que el animal está sujeto al mundo y a sus propios instintos, “está ligado a su ‘plan de construcción’, no puede salir de él”, dice Binswanger, “mientras que la existencia humana no sólo contiene innumerables posibilidades de *poder ser*, sino que en este múltiple poder, se tiene precisamente a su *ser*” (1973,173). El hombre tiene instintos pero no es poseído por ellos; el hombre puede y debe, por momentos, afirmar sus instintos, pero si puede afirmarlos es porque antes posee la libertad para negarlos. “El animal tiene su mundo ambiente por gracia de la Naturaleza, pero no lo tiene por la gracia de la libertad trascendental” (Binswanger,1973). El ser humano no es movido por los instintos, sino que es atraído por los valores, los cuales realiza libre y responsablemente.

Este mundo abierto nos revela la esencia del ser del hombre, por lo tanto su trascendencia: “...comprendemos la apertura del ser humano, que al mismo tiempo es su imperfectibilidad. No se nos muestra la esencia del hombre en el esbozo objetivo de su

ser, sino en esta su posibilidad inabarcable...” (Jaspers, 1996, 839). Entendemos aquí al mismo tiempo la finitud y la infinitud del ser humano. Su finitud es su fragilidad, es la angustia al elegir, la que surge del poder decirle que si a sus instintos o de negarlos, es la desesperación frente a la muerte. Pero por otro lado Jaspers nos plantea:

“... que el hombre perciba esa finitud en todas partes y que ninguna finitud le basta, es indicación de una posibilidad oculta en su esencia. Tiene que tener otra raíz de su ser y no solamente la raíz de su finitud... sin algún saber previo de lo no cognoscible, no habría en él ninguna búsqueda. *Él busca el ser mismo, lo infinito, lo otro.*” (1996, 842).

Viktor Frankl afirma: "El hombre es responsable de su propia finitud, está apretado por muchos lazos pero son justamente estos los puntos de apoyo sobre los cuales se yergue su misma libertad" y por lo tanto, su trascendencia hacia lo infinito. A este respecto afirma con una metáfora: "El hombre, en su caminar trasciende el terreno sobre el cual avanza".

Podemos decir entonces que la existencia se presenta como encuentro entre la finita determinación de la situación y la original e infinita apertura a la trascendencia.

5.2.3. *Tres caminos para autotranscender.*

Un punto importante de la teoría de Viktor E. Frankl es la convicción de que el sentido de la vida lo descubre cada ser humano y aprende a responder a la vida antes que a preguntarle. Esta respuesta a la vida es la propia existencia, nuestro propio salir de uno mismo volcándonos hacia el mundo; y es en este “vuelco hacia el mundo” en donde nos encontramos con el hombre trabajando, amando o sufriendo. Este autotranscenderse se realiza a través de tres caminos orientados por los valores.

a. Valores de creación:

La realización concreta de los valores creadores es el trabajo. El trabajo por si solo no brinda la realización al hombre, ni la felicidad, la realización la logra poniendo toda su capacidad hacia la obra en relación con la comunidad. Frankl dice que en nuestro trabajo, existe un "algo personal y específico" que da un carácter único e insustituible a nuestra existencia y con ello un sentido a la vida.

Lo importante no es la profesión que se ejerce, afirma Frankl, sino el modo como se la ejerce, ya que ésta da un marco de posibilidades, de ocasiones, para poder realizar una obra personal, que le de sentido a la vida. Comprendiendo esto, nos damos cuenta de que cualquier profesión encarada desde este punto de vista, puede llevar al hombre a realizarse; desde la profesión más sencilla hasta la más encumbrada.

No debe confundirse la plenitud de trabajo profesional, con la plenitud de sentido de la vida creadora. Esto lo podemos apreciar, en aquel que padece la "neurosis dominical"⁵.

La capacidad de trabajo no es todo, ni razón suficiente y necesaria para infundir sentido a la vida del hombre. Puede el hombre tener capacidad de trabajo y, sin embargo llevar una vida carente de sentido; del mismo modo, el hombre puede dar un sentido a su vida aún incapacitado para trabajar. Es entonces cuando se le revela otro mundo de valores.

b. Valores vivenciales:

Hay otros caminos para aquellos que no encontraron el sentido a través del trabajo y es en los valores "vivenciales", que se logran en la acogida prestada al universo, por ejemplo en la entrega a la belleza de la naturaleza o del arte. Es posible cumplir el sentido real de un cierto momento de la existencia humana por medio de una simple vivencia, aunque se trate de un instante. Por la grandeza de un instante se mide a veces la grandeza de una vida, afirma Frankl. En la vida del hombre son los puntos culminantes los que deciden en cuanto a su sentido y un solo instante por fugaz que sea puede proyectar un sentido sobre la vida entera.

⁵ *La neurosis dominical es el efecto de la experiencia del ocio cuando no se le descubre un sentido. El domingo se presenta como una experiencia deprimente y frustrante.*

Pero otro camino y quizás el más importante, es el del encuentro con otros seres humanos, el del amor. Consideramos la relación con el otro como una de las formas más relevantes de la trascendencia. Está claro que no nos referimos exclusivamente a la relación de pareja hombre-mujer, sino al amor en general. En cuanto el ser humano está llamado a ir más allá de sí mismo, las relaciones humanas son las muestras más claras de la vivencia de la autotrascendencia (Pareja, 1989, 109).

Para la logoterapia, "ser en el mundo" significa ser el uno con el otro o ser el uno para el otro. El mundo adquiere su principal significación en el existencialismo en el otro, en el tú. Resulta entonces evidente que el hombre se pone y se constituye como existencia descentrada, abierta, referida intencionalmente a otro fuera de sí y es entonces *existencia disponible para los otros*. Medard Boss afirma que "En virtud de este ser-juntamente-en-el-mundo, el mundo es siempre el que yo comparto con los demás, el mundo del "Dasein" es mundo-juntamente-con" (Ruitenbeek, 1972, 117).

Buber cree en "...el hecho de reconocer y justificar la relación como categoría del ser". La existencia humana está siempre relacionada con el otro ser. "Yo" llego a ser a través de mi relación con el "Tú". Con respecto a esto, Viktor Frankl dice: "*El yo es yo sólo en el tú*" (Fizzotti, 1989, 44). Mounier lo trasmite con otras palabras: "El *tú*, y en él el *nosotros*, preceden al *yo*, o al menos lo acompañan" (1978, 20). Este autor plantea su visión desde el personalismo, considerando la experiencia de la segunda persona como la experiencia primitiva del ser humano. La persona no existe, no se conoce, no se encuentra sino es en los otros y agrega "...en última instancia ser es amar". Continúa afirmando en la misma obra que el que se encierra en el yo en primera instancia, no sólo no podrá hallar de esa manera el camino hacia los otros, sino que se pierde profundamente a sí mismo: "...*alter* se vuelve *alienus*, yo me vuelvo, a mi vez, extraño a mi mismo, alienado".

La actitud interior de quien se encuentra con otro está bien descrita por Guardini como un liberarse del espacio de la escena personal con una apertura indefensa (Fizzotti, 1989, 45). Esta descripción se asemeja a la que Mounier realiza de la actitud de disponibilidad: es un estar abierto al mundo y al otro, prestarse a su influencia sin desconfianza (Mounier,1973,142). Frankl considera al encuentro como "una relación con un semejante en la que se reconoce a éste como ser humano. De esto se desprende que al semejante no se le utiliza como simple medio para un fin..." (1994 a, 59). Pero Frankl

agrega a la definición que Buber y Ebner realizaron del encuentro –un diálogo entre un “yo” y un “tú”-, una dimensión que cree esencial: la del logos. Este es un todo estructurado, un mundo de “sentido” que forma el contenido del diálogo: “Diría que un diálogo sin el logos, que carezca de la dirección hacia el referente intencional, es en realidad un monólogo, mera autoexpresión. Lo que falta es aquella cualidad de la realidad humana que denomina “autotrascendencia” (1994 c, 73).

c. Valores de actitud:

Existe una tercera categoría de valores cuya realización consiste en la "actitud" que el hombre adopte ante una situación límite. Se abre entonces ante él un reino nuevo y propio de valores que deben contarse entre los más altos. Una existencia puede ser pobre en valores creadores y vivenciales pero puede ofrecer una última posibilidad y más grande de realización de valores. Esta es la *libertad interior* de tomar una actitud frente a un destino que se le presenta como inevitable. Cuando estos "valores de actitud" se incorporan al campo de sus posibles categorías de valores, se comprende que la existencia humana no puede carecer nunca de sentido: la vida del hombre conserva su sentido hasta su muerte. Mientras el hombre conserva la conciencia, sigue siendo responsable frente a los valores de la vida aunque éstos sean sólo una actitud. Mientras el hombre es un ser consciente, es también responsable. Siempre le será posible realizar esta clase de valores.

Los valores de actitud se realizan en el contexto de lo que en logoterapia se conoce como la *tríada trágica*: el sufrimiento, la culpa y la muerte. Tomar una actitud frente al sufrimiento o al dolor refiere a una postura ante lo que se nos presenta como fatal: “*No es lo que me pasa, sino lo que hago con lo que me pasa, lo que importa*”.

Según la actitud de cada uno frente a estas situaciones se abrirá un mundo de posibilidades de valores. Frankl lo aclara con estas palabras:

“La vida del hombre no se colma solamente creando y gozando, sino también sufriendo...basta con que recapitemos acerca de nuestros juicios cotidianos, genuinos, sobre el valor y la dignidad de la existencia humana, para que inmediatamente se abra ante nosotros aquella profundidad de vivencia en que las cosas conservan su sentido más allá del éxito o del fracaso, independientemente de todo lo que sea resultado o efecto...el debatirse del hombre con lo que el destino pone ante él, es la misión más alta y la verdadera finalidad del sufrimiento” (1997 b,160).

TERCERA PARTE: DISCUSIÓN.

III.1. AUTORREALIZACIÓN Y AUTOTRASCENDENCIA

Luego de hacer una síntesis de los dos enfoques teóricos y fundamentalmente, definir los conceptos que nos interesan, nos proponemos ahora comparar estos modelos antropológicos. Consideramos que Maslow y Frankl plantean dos visiones del ser humano distintas. Intentaremos entonces definir estas diferencias.

Nuestro fin es comprender y determinar el alcance de los términos autorrealización y autotrascendencia desde el punto de vista psicológico, es decir entrever el rol que tienen dentro de la dimensión psicológica del hombre. Para lograr esta comprensión es necesario indagar en las raíces antropológicas de los mismos.

1.1. Distintas visiones del ser:

Comprendemos que el fin último de la investigación y de la práctica psicoterapéutica es ayudar al hombre a ser más plenamente humano. El problema -a nuestro parecer- y la diferencia a nivel teórico, residen justamente en qué entendemos por “plenamente humano”, ¿cuál es la esencia de la existencia humana?, ¿a qué aspira el hombre?

Este es un dilema que la filosofía, particularmente la filosofía existencialista se ha dedicado a estudiar, según lo plantea P.Tillich, desde el siglo XVII con Pascal, hasta nuestro siglo, etapa en que ha llegado “a ser el estilo de nuestra época en todos los campos de la vida” (Ruitenbeek, 1972, 35). El problema parece estar en la relación entre la esencia y la existencia. ¿La esencia precede a la existencia? O ¿la existencia precede a la esencia? Sartre concibe esta segunda relación y afirma que la esencia del hombre es su existencia: “el hombre no es otra cosa que lo que él se hace” (Sartre,1986,7). Tillich en el texto citado antes, explica esta afirmación de Sartre diciendo que “el hombre es un ser a quien no se le puede aplicar esencia alguna, porque semejante esencia introduciría un elemento permanente y contradictorio a la capacidad de transformarse a sí mismo indefinidamente”.

Jaspers lo plantea de la siguiente manera:

“...Es como si desde los tiempos primitivos, mientras todos los animales cayeron por rendimiento muy especializados, en callejones sin salida...el hombre se hubiese conservado la posibilidad total. Por eso se puede decir de

él que en el fondo es todo... *Porque el hombre es abarcativo de todo en su posibilidad, no se puede determinar su esencia. No se puede colocar sobre un denominador común, pues no obedece a ninguna especialización. No es ubicable bajo una especie, pues más bien no tiene junto a sí ninguna otra especie*" (1996, 840).

Pero Tillich, buscando un punto de encuentro entre la concepción esencialista y la existencialista, nos plantea que Sartre, involuntariamente, a través de su afirmación, está realizando una descripción de la naturaleza esencial del hombre. "La naturaleza particular del hombre es su capacidad de crearse a sí mismo" (Ruitenbeek, 1972, 36).

Frankl parecería coincidir con Tillich cuando afirma que "esta discrepancia, esta distancia entre la existencia y la esencia, es lo propio del ser humano" (Frankl, 1994a, 245). El 'crearse a sí mismo' de Tillich puede asemejarse al 'deber ser' de Frankl. Este plantea que el hombre nunca puede decir "yo soy el que soy" sino "llego a ser el que soy" y que por lo tanto, el sentido del ser humano está en reducir esta discrepancia, "realizando o interpretando" su esencia.

1.2. Dos antropologías diferentes:

Si analizamos el planteo teórico de Maslow y el de Frankl, nos encontramos con premisas antropológicas diferentes para cada uno de estos autores y por lo tanto, respuestas distintas a estas preguntas.

1.2.1. Fin vs. sentido:

Analizaremos la autorrealización y la autotrascendencia desde su definición como fin de la vida según Maslow o sentido de la vida según Frankl. Tanto Frankl como Maslow dan una respuesta a la pregunta ¿para qué vivimos? Según Yalom, Maslow implícitamente nos dice que vivimos para cumplir nuestra capacidad potencial (1984, 523). Para éste, el fin último del ser humano es autorrealizarse. Frankl afirma que vivimos para algo o alguien; o dicho de otra manera, el hombre es un ser hacia el sentido y lo encuentra cuando se autotrasciende.

1ª diferencia: autorrealización como el fin del proceso vs. autotrascendencia como el proceso mismo

Queremos aclarar en primer lugar, la diferencia que vemos entre fin y proceso. Maslow al hablar de autorrealización se refiere a un fin, a la meta final de un proceso evolutivo. Para Frankl, uno vive la autotranscendencia a diario, en distintas circunstancias y en cualquier etapa de la vida. Se refiere más a un ir caminando que a lograr una plenitud.

Maslow, según Yalom, se refiere específicamente a la capacidad de autotranscendencia en las personas “completamente realizadas” y a metas que trascienden su propio yo (1984,525).

Estamos entonces hablando de las personas “completamente realizadas”, y no de la mayoría de las personas. Esto hace referencia a una meta o un ideal casi utópico; a un fin más que a un proceso. No podemos hablar de un “ir siendo” ni de un aprendizaje o una transformación cuando hablamos de una persona completamente realizada. Esto es confirmado por F. Goble, quien describe a la autorrealización “...como una meta lejana, más que como un proceso activo que opera durante toda la vida...” (1991,37).

Igualmente, Quitmann reafirma esto al decir que: “...Bühler y Maslow consideran la autorrealización como un punto en la vida del ser humano...” , y no como un proceso (1989,292).

La autorrealización es la meta que logra la persona después de un camino de crecimiento y desarrollo. Hay un proceso de maduración, pero con miras a alcanzar un estado de salud y plenitud total. Es por esto que Maslow crea una psicología que se interesa más por los fines que por los medios. La autorrealización -lo veremos más adelante- es un camino marcado, prefijado.

La autotranscendencia como la plantea Frankl, representaría un camino abierto y cambiante. El autor nos dice que no importa “el sentido de la vida en términos generales, sino el significado concreto de la vida de cada individuo en un momento dado” (1989,107). Continúa afirmando que el significado de la vida puede invertirse y que entonces lo que importa no es buscarlo ni preguntarle a la vida por él. El hombre es el que debe responder haciéndose responsable de su propia vida. El sentido reside en el camino de la vida, es decir en la vida misma, más allá de cualquier meta.

La pregunta que creemos está en el origen del problema es la que planteamos antes: ¿Cuál es la esencia del hombre? O más específicamente ¿A qué aspira? Frankl cree que el hombre no busca fundamentalmente la felicidad en sí, sino un motivo por el cual ser feliz (1994a, 11). Es en esa búsqueda que se manifiesta la autotranscendencia.

Cuando encuentra esa razón, la felicidad se presenta por sí sola, en consecuencia. Pero si se propone directamente ser feliz, “pierde de vista el fundamento en que se basaba y el sentimiento de dicha se desmorona” (Frankl,1991,25). Este autor continúa afirmando que “la búsqueda de placer como fin no se opone solamente a la autotranscendencia sino que obstruye el camino a la propia consecución del placer”.

2ª diferencia: autorrealización de un porcentaje pequeño de la población vs. autotranscendencia de todos los seres humanos

Si consideramos, como dice Maslow, que una persona, por ser completamente realizada se trasciende a sí misma, estaríamos diciendo que solamente el uno por cien de la población se autotransciende. De alguna manera, Maslow plantea la autotranscendencia como una característica más de las personas autorrealizadas, es decir de las personas que han ido satisfaciendo todas sus necesidades básicas hasta llegar a un alto nivel de madurez, salud y desarrollo. La autotranscendencia según Frankl, es esencial a todos los hombres, incluso a aquellos condicionados psíquica y físicamente. El autor considera en este sentido, una dimensión espiritual en el ser humano, que se manifiesta a través de la capacidad de autotranscenderse y evidencia la esencial libertad del hombre a pesar de sus circunstancias.

No suponemos con esto que Maslow considere que la mayor parte de la población no se autotransciende, pero si que cuanto más motivada por el desarrollo esté la persona, cuanto más fortalecido su ego, con más facilidad trascenderá ese mismo ego:

“Esta capacidad de centrarse en el mundo en vez de limitarse a la conciencia del yo, a un egocentrismo y una motivación basada en la gratificación, resulta más difícil cuantas más necesidades tiene la persona” (Maslow, 1983, 70).

Frankl se opone a este concepto cuando afirma que:

“La distinción establecida por Maslow entre necesidades superiores e inferiores no toma en consideración que cuando las necesidades inferiores no son satisfechas, puede hacerse más urgente una necesidad superior, tal como la voluntad de sentido. Nos basta para ello considerar situaciones tales como las que se dan en campos de concentración o, sencillamente en lechos de moribundos. ¿Quién negaría que en tales circunstancias el ansia de sentido, incluso de sentido último, irrumpe de un modo irresistible?” (1994c,34).

Está claro que cuando hablamos de sentido nos referimos a autotranscender, salir de nosotros mismos. Frankl va aún más lejos cuando plantea en la misma obra que

“...tanto la satisfacción como la frustración de las necesidades inferiores pueden impulsar al hombre a buscar el sentido de su vida, podemos deducir que la necesidad de sentido es independiente de otras necesidades. Así pues, ni puede ser reducida a ellas, ni deducida de ellas”.

Frankl considera entonces, a diferencia de Maslow, que todos y en cualquier etapa de la vida podemos autotranscendernos. La autotranscendencia es independiente de la satisfacción de las necesidades y es una cualidad existencial que va más allá de las características descritas en los individuos plenamente desarrollados.

3ª diferencia: meta intrapsíquica vs. trascendencia de lo psíquico

Aunque la autotranscendencia no implica un fin en sí misma, Frankl plantea una tendencia a orientarnos hacia un sentido. Ambos autores hablan por lo tanto de un objetivo hacia el que apuntar. Podríamos entonces preguntarnos ¿Cuál es la diferencia esencial entre esta meta de la vida que es la autorrealización y el sentido de la vida que se encuentra al autotranscenderse?

Frankl nos dice que “...la aspiración a un fin apunta a una meta intrapsíquica, mientras que el sentido trasciende al hombre” (1994 b, 266).

El desarrollo de nuestras potencialidades que supone la tendencia hacia la autorrealización, tiene una función desde el punto de vista psíquico (Maslow se refiere a las necesidades –tanto las básicas como las necesidades de crecimiento- como innatas, biológicas, o instintivas, por lo tanto pertenecientes a una dimensión limitada del ser humano). Tiene como objetivo alcanzar un estado de “salud mental” (Goble,1991,108), apuntando a la evolución de la persona. Es decir que se maneja en la dimensión física y la psicológica. La autotranscendencia, en cambio, se entiende a otro nivel, llamado por Frankl dimensión espiritual, diferenciándola de la psicológica y la biológica.

Esta tridimensionalidad del hombre descrita en los fundamentos teóricos, es básica para comprender la visión frankliana y para ubicar la motivación del ser humano en una de estas dimensiones.

Maslow plantea que la motivación, es decir nuestro fin, es la propia superación. Por eso decimos que es intrapsíquico. Pero entonces nos preguntamos, ¿el motivo para superarme, puede ser mi propia superación? Frankl afirma que no y que la motivación básica del ser humano para vivir está fuera de él. “ ‘Ex-sistir’ quiere decir salir de sí mismo y ponerse frente a sí mismo, de manera que el hombre sale del nivel de lo corporal

psíquico y llega a sí mismo pasando por el ámbito de lo espiritual. La existencia acontece en el espíritu” (Frankl, 1994c, 65). La dimensión espiritual es -según Frankl- la dimensión de los fenómenos específicamente humanos. Gracias a esta dimensión, el hombre se opone a los condicionamientos psicofísicos. Es decir que puede tomar posición desde el ser-espiritual (existencia) y en vez de identificarse con su ser psicofísico, distanciarse y actuar libremente. Esto es lo que el autor denomina “la fuerza indómita del espíritu” o “la capacidad de oposición del espíritu”, que no supone una confrontación con esa realidad psicofísica, sino más bien una reconciliación afirma el autor en la misma obra. No es una necesidad -y esta es la mayor diferencia con Maslow- sino una posibilidad, no nos impulsa sino que nos atañe.

Para Frankl, ser hombre significa referirse a algo o alguien que no es uno mismo. La autotranscendencia no es el fin que el hombre se propone. La persona no pretende trascenderse ni tampoco reflexiona respecto a salir de sí misma o no. Simplemente sucede, por lo que Frankl llamó la voluntad de sentido: el hombre se siente atraído hacia la realización de los valores y por lo tanto a salir de sí.

En cambio el hombre en camino a la autorrealización, se encuentra frecuentemente analizándose a sí mismo, auto-observándose y buscando autoexpresarse para alcanzar esa autorrealización, para “mejorarse” a sí mismo.

4ª diferencia : tendencia a la auto-observación y autoexpresión vs. tendencia a los valores y al sentido

Frankl considera que el centrarse en la autorrealización, puede generar una excesiva preocupación por la autoexpresión y desviarse del significado genuino. Para ilustrar este punto, suele utilizar la metáfora de un “boomerang” que regresa al que lo ha lanzado únicamente si no acertó su objetivo. De la misma manera, considera que las personas se preocupan por sí mismas sólo si han perdido de vista la posibilidad de vislumbrar un sentido en sus vidas. Otra metáfora utilizada por Frankl para transmitir esta idea, es la del ojo que se ve a sí mismo sólo cuando es incapaz de ver hacia fuera, es decir cuando está “enfermo” (un ojo con catarata ve una nube, un ojo con glaucoma ve su glaucoma como un halo de arco iris). Un ojo sano dice Frankl, no ve nada de sí mismo, es autotranscendente. (1994a).

Yalom cita a Frankl al referirse a la idealización contemporánea de la “autoexpresión”, considerando que ha llegado a convertirse en un fin en sí misma, imposibilitando las relaciones significativas. Lo básico de una relación amorosa, dice Yalom, no es la libre expresión de uno mismo, sino la proyección fuera de uno mismo para interesarse y ocuparse del ser del otro.

Yalom afirma que Maslow “utiliza un lenguaje diferente para expresar el mismo concepto” que Frankl. Agrega:

“En su opinión (la de Maslow), la persona completamente realizada (que es un porcentaje pequeño de la población) no se preocupa por la “expresión de uno mismo”. Esta persona tiene un sentido firme del yo y “se preocupa por cuidar” a los demás, en lugar de utilizarlos como un medio para expresar su yo o para llenar algún vacío personal...los individuos autorrealizados se consagran a metas que trascienden su propio yo” (1984,525).

Pero como se dijo antes, la realización total no alcanza a la mayoría de la población. No podemos entonces generalizar esta idea.

La idealización que mencionábamos, tiene que ver con la necesidad de “ser uno mismo”, la cual implica la autoexpresión de uno mismo. Maslow describe el proceso hacia la autorrealización como un crecimiento que no debe ser perturbado por todo lo que sea exterior al hombre. Considera que la persona se realiza en la medida en que se desarrolla y se expresa libremente.

Creemos que se presentan dos problemas: por un lado la autoexpresión cuando se convierte en un fin en sí misma al equipararse a la idea de desarrollo pleno, libre de limitaciones. Sucede entonces lo que dice Frankl: la persona se empeña en expresar todo lo que siente y piensa, en ser “auténticamente” ella misma y se pierde de vista el fin último.

Por otro lado, el concepto de libertad. Maslow considera que el hombre, por ser dependiente del exterior en cuanto sus necesidades básicas son satisfechas por los demás, no es libre, o al menos no tiene lo que él llama una “libertad psicológica” (1983,68). Es más bien preso de las presiones sociales y debe acomodarse a la situación externa. Para el autor las personas autorrealizadas, en cambio, no están sometidas a las exigencias de la sociedad porque no necesitan de ella para sentirse seguras, amadas y satisfechas. Para Frankl, ser libre no significa deshacernos de las presiones y exigencias que nos impone la sociedad. La libertad que invoca no es tanto una *libertad de*

condicionamientos sociales, sino más bien una *libertad para* tomar una actitud, para ser responsable y esta es de todos los hombres. Esta es otra de las diferencias esenciales entre los dos autores, porque ser hombres significa sobre todo la posibilidad de ir más allá de todos los condicionamientos, de sí mismos; es decir, la capacidad de autotranscenderse.

5ª diferencia: ser uno mismo vs. salir de uno mismo

El fin último de la autorrealización es el desarrollo del individuo. Yalom afirma que este concepto remite a un marco de referencia humanístico e individualista (1984, 523) y observa la existencia de evidentes peligros a raíz de esta postura. Como se señaló antes, Maslow desarrolla su teoría como reacción y oposición frente a algunas concepciones del momento. Rollo May describe una crisis vivida principalmente por la generación de los jóvenes de los años sesenta frente a la amenaza de “perderse a sí mismo” generado por el behaviorismo y “el dogma de que el yo no existe, que toda conducta no es sino un conglomerado de condicionamientos” (1988, 123). Señala que es a raíz de esta crisis cultural que surge “el narcisismo contemporáneo” (pág.121). Tomando en cuenta el análisis que May hace del tema, intentaremos explicar la 5ª diferencia que proponemos.

Comenzó entonces a manifestarse en los años sesenta una marcada rebeldía por parte de los jóvenes, en contra del sistema en general. Esto derivó, según el autor, en la creencia de que no necesitaban a nadie más que a ellos mismos, liberándose de todos los límites que coartaran su libertad (estructuras espaciales, temporales, normas morales, etc). No había ningún aspecto del destino que fuera inevitable o que no pudiera ser negado. Se creía que el destino todo entero estaba en las manos del hombre. Pero la década del sesenta, continúa May, concluyó en el desencanto y la desilusión y pronto la gente se volvió hacia el interior: “Si no puede cambiar el mundo en lo exterior del modo como nosotros deseamos, ¿no podremos cambiar el mundo interior?” (pág.122). Entonces el nuevo lema pasó a ser “si yo soy yo, seré libre”. La libertad, según esta ideología, estaría básicamente en prescindir de los demás y de la sociedad toda.

Vemos reflejados aquí una actitud omnipotente, sobre la cual volveremos más adelante, pero fundamentalmente “la alienación y el aislamiento” (pág.125), la desintegración de lo que es esencialmente el ser humano. Este “yo soy yo...fracasa en el

interés de enriquecer nuestra humanidad” y agrega el autor: “El narcisismo es el odio de sí mismo disfrazado de amor a sí mismo” (pág.126).

Este movimiento “hacia adentro” puede contener el peligro de encerrarse dentro de sí, el de la ansiedad de “encontrarse a sí mismo” y perderse del encuentro genuino con el otro y hasta perderse de sí mismo. Mounier dice: “Es el aislamiento lo que conduce al sueño existencial del en-sí...el camino más seguro de mí mismo a mí mismo, en el conocimiento y en la posesión de mí mismo, pasa por el rodeo de la mirada del otro” y va aún más lejos al afirmar en forma muy elocuente: “...Solos, no nos conocemos bien y nos juzgamos mal” (1973, 144). El movimiento, como lo describe claramente este autor, supone un salir de sí, ir hacia el otro, luego volver a uno mismo y encontrarse a uno mismo al reflejarnos en el otro.

El autor señala en la misma obra que este “sueño existencial del en-sí” es la inercia del ser, el caos sin determinación,

“...la existencia en lo que tiene de contingente y de absurdo, el *ser-en-sí*, el que tiene una especie de plenitud. Sólo que es una plenitud de muerte. El ser-en-sí es,... lo que es, sin poder volver sobre sí y también sin poder adelantarse a sí mismo, lleno de sí mismo, opaco a sí mismo, macizo, sin secretos por demasiado lleno, y, respecto al mundo, de más, superfluo...” (pág.58-59).

Respecto a esta relación con el sí mismo, Frankl cita a F.Perls en una conferencia en Venezuela: “Usted piensa que está viendo a través de una ventana, pero en la realidad, usted está parado frente a un espejo. Usted solamente se ve a sí mismo. Lo que parece ser el mundo, simplemente es el espejo de usted mismo, una especie de usted mismo, una proyección de usted mismo” (1996).

Frankl señala que para este autor como para muchos psicólogos humanistas, el mundo es una expresión de nuestra propia subjetividad. Esto que él considera un error, se debe a la omisión del concepto de la intencionalidad. Al omitir la intencionalidad, desaparece entonces la relación con el mundo de objetos, pero sobre todo el mundo de significados que realizar y de personas a quien encontrar y amar.

Salir de uno mismo implica ser-en-el-mundo y por lo tanto ser-con-otros. Analizaremos ahora el rol que cumple la sociedad, el “mundo” y los otros para cada autor.

6ª diferencia: el mundo como obstáculo para la autorrealización vs. el hombre como ser-en-el-mundo

Yalom afirma que:

“...Maslow adopta la posición de que la realización es un proceso natural, el proceso orgánico básico del ser humano, que se llevará a cabo sin ninguna ayuda de las estructuras sociales. En realidad contempla a la sociedad como un obstáculo para la autorrealización, porque suele forzar al individuo a abandonar el desarrollo de su personalidad única, para aceptar papeles sociales inadecuados y convencionalismos paralizantes” (1984,523).

Maslow va más lejos cuando aclara que “en el análisis final, a la larga, el mundo no es sino una herramienta, un instrumento para actualizar, para realizarnos a nosotros mismos. No hay ninguna otra persona por quien hacer algo, no hay tareas a la espera de uno” (Frankl, 1996).

Maslow se refiere al medio ambiente en términos de dependencia e independencia. Aquellos que no han satisfecho sus necesidades básicas dependen del exterior, no se autogobiernan sino que son “...hasta cierto punto, dirigidos por los otros” (1983, 67). Respecto a las personas que se autorrealizan plantea que son independientes del medio y se autogobiernan; y agrega que “Lejos de necesitar a los demás, las personas motivadas por el desarrollo pueden, en la práctica, verse estorbadas por ellos”.

Vemos, al menos en parte, reflejada aquí la teoría de “si yo soy yo, seré libre”. Entendemos que el pensamiento frankliano difiere con este tipo de relación yo-mundo. El autor reconoce la relación con el mundo como esencial a la existencia humana. Considera que el hombre se constituye como existente en el acto fundamental en el cual decide definir y asumir su propia existencia, siendo la libertad un dato constitutivo del ser humano. Y es en la relación con el otro y con el mundo que el hombre se proyecta a sí mismo y realiza sus posibilidades.

Esto contradice entonces el ser como dependiente o independiente y afirma el ser-con-los-otros. Se opone a la idea de individuo “presionado” y “exigido” por el mundo externo y fundamenta la libertad del ser humano a pesar de sus condicionamientos psicológicos, sociales o biológicos: una *libertad para* tomar una actitud ante ellos. El hombre no se libera rompiendo con todos los límites espaciales o temporales como lo intentó en los años sesenta, pero tampoco lo logra prescindiendo del otro y del mundo. No es siendo sí mismo que el hombre será libre, porque para ser sí mismo necesita del otro, ir hacia el otro para reconocerse y encontrarse en él.

Mounier dice: “Si cierro sobre mí mismo la curvatura egocéntrica, si me hago dueño de mí mismo, desarrollo en mí una opacidad que...desarrollo después en los otros” (1973,141).

1.2.2. *Voluntad de placer vs. voluntad de sentido:*

Frankl, de manera a hacer un paralelismo entre la voluntad de sentido que propone y el principio de placer desarrollado por Freud, utiliza el término “voluntad” de placer para referirse a éste. Pero aclara que es únicamente con el fin de que su pensamiento sea comprendido. Estos serían dos principios motivacionales desde cada uno de los marcos teóricos.

1ª diferencia: placer vs. sentido

Mencionamos en el apartado 3.2.1. la respuesta de cada autor a la pregunta ¿Cuál es el sentido de la vida? O ¿A qué aspira el hombre en la vida?

Intentaremos ahora aclarar la visión de los autores respecto a la pregunta ¿Qué es lo que guía al hombre hacia el auténtico sentido de la vida?

Tanto Frankl como Maslow se hacen un cuestionamiento esencial: Maslow plantea: ¿Cómo hacemos para descubrir nuestro auténtico yo? (1983,79). Frankl, por su lado pregunta: ¿Cómo sabemos si nuestro sentido es auténtico?

Las dos preguntas parecerían orientarse hacia la comprensión de qué es lo bueno para el hombre, cuál es el principio orientador de nuestras acciones, quién es el juez de los valores. Esta es una discusión ética en la cual no pretendemos profundizar, pero si queremos distinguir dos formas de orientarnos hacia el fin último de la vida.

Vimos que Maslow propone como meta última el desarrollo de las potencialidades y particularmente la autorrealización. Cuando analizamos la manera de llegar a este fin, se entiende que la persona evoluciona cuando el paso que da es más agradable - subjetivamente- que el anterior. Estos pasos hacia delante son espontáneos, realizados desde dentro hacia fuera. Según el autor se trata de una guía de origen esencialmente biológico. Como vimos en el apartado II 1., Maslow propone una teoría del desarrollo basada en el placer, es decir encaminando al hombre hacia la evolución optando por aquello que le da mayor placer, que es según el autor, “lo bueno” para nosotros.

Esta es una de las principales diferencias detrás de los dos conceptos que estamos relacionando. Para Frankl, el que nos da orientación en la vida es el sentido y no el placer. Al autotrascender, nos encontramos con el sentido y los valores, los cuales implican tomar una decisión y asumir nuestra responsabilidad. Fabry afirma: “Nuestra vida no está regulada en cada encrucijada por una luz roja, que nos invita a pararnos, o por una luz verde que nos permite seguir. Vivimos en una época de luz ámbar, que le deja al individuo el peso de la decisión” (Fizzotti, 1994, 35).

Para Frankl, sólo de esta manera el hombre interpelado por su conciencia vive una vida con sentido. Frankl considera justamente que la conciencia es el “órgano de sentido de la vida”. Afirma que “Podemos compararla con un apuntador que le va “indicando” a uno la dirección en que ha de moverse para detectar una posibilidad de sentido” (1994a,72). La conciencia es entonces la que iluminará el sentido en cada situación a la que el hombre se enfrenta. No estaremos tomando en cuenta lo placentero como “lo bueno”, sino una escala de valores, que según Frankl sigue afirmando, “hunden sus raíces en un estrato profundo de nuestra personalidad y si no queremos ser infieles a nosotros mismos...no podemos menos de dejarnos guiar por ellos” . Fizzotti aclara que “...aunque el hombre tenga en la conciencia el órgano de significado que le indica qué sentido tiene una situación específica, sin embargo es siempre libre para aceptar tal voz o desoírlo, incluso para reprimirla” (1994,35). Por eso Frankl considera que la libertad del ser humano debe ir siempre acompañada por la conciencia de la responsabilidad⁶.

Quizás podamos iluminar un poco esta idea. La pregunta que se hace el hombre frente a la realización de sus potencialidades es ¿Qué soy capaz de hacer? Pero con esto no basta para experimentar la felicidad o sentirse realizado como persona. Frankl, en la obra citada antes, comenta el caso de Sócrates, que confesó ser un criminal en potencia. Existen muchas formas de actualizar nuestras potencialidades, de “actualizar nuestra capacidad creadora (componer sinfonías o inventar bombas atómicas), muchas formas de autorrealización, pero, ¿realización de qué?” (Fabry,1992,129). No tendemos a realizar todas y cualquier posibilidad, no se trata de hacer lo que se puede, sino lo que se debe. La logoterapia se hace otra pregunta: “¿Qué estoy destinado a hacer?”. Es por eso que nuestras potencialidades deben ser valoradas y seleccionadas con un propósito definido.

⁶ El concepto de conciencia para la logoterapia está desarrollado en “la concepción de la conciencia en la

Es aquí donde entran en juego nuestra libertad y responsabilidad. Como dice Frankl, “cada momento de su vida le ofrece al hombre varias posibilidades a elegir y no basta con que las actualice: debe decidirse por alguna de ellas, incorporarla a su realidad y ‘condenar las restantes al no ser’ “ (Fabry,1992,129).

2ª diferencia: hombre determinado vs. hombre libre y responsable

Maslow se refiere a una tendencia innata hacia la autorrealización, basada en una naturaleza primordialmente “buena”. Esto nos habla de un ser humano determinado por esa tendencia de origen biológico, guiado por un mecanismo específico –dice el autor– que hace avanzar en la dirección correcta, de manera a satisfacer sus necesidades.

Frankl, en cambio habla del hombre autodeterminado y por lo tanto libre. Autodeterminado de cara a su libertad y sobre la base de su responsabilidad.

Si los valores positivos estuviesen esencialmente inscritos en el organismo humano como lo afirma Maslow, no existiría una decisión libre y responsable frente a las situaciones que se nos presentan. Optaríamos por lo que nos dicta ese mecanismo que nos va impulsando hacia un camino, que podría predecirse hasta científicamente según el autor. Maslow considera los planteos del existencialismo respecto a la libertad como “una exageración” y más aún como “una tontería”: “el yo como proyecto...creado enteramente por las continuas (y arbitrarias) elecciones de la persona misma, casi como si pudiera convertirse a sí mismo en aquello que decidiera ser”, es un extremismo (1983, 41).

Quizás podamos iluminar esta discusión retomando una vez más la idea de Frankl de libertad. Debemos tener presente que no se niega la realidad psicofísica. Los condicionamientos a los cuales está sometido el ser humano son reales y provienen tanto del medio ambiente como del interior del hombre mismo. Los tenemos continuamente presentes y al decir de Frankl, el hombre es libre “a pesar de sus condicionamientos, pero también gracias a ellos”.

A nivel de la dimensión psicológica, Maslow no pasa por alto la voluntad, la decisión y las elecciones que van haciendo al hombre. Pero a nivel de la teoría maslowiana, esto queda reducido a la dimensión biológica y psicológica, excluyendo la dimensión espiritual. Maslow habla únicamente de una *libertad de* condicionamientos, por

lo tanto una libertad psicológica e incluso biológica. Frankl por otro lado, subraya la importancia de que a la *libertad de* se la complemente con la *libertad para*. Esta libertad es siempre *para responder*, es por eso no condicionada y se da en la dimensión espiritual.

Hemos visto antes como la libertad de la autorrealización es un dejar al hombre librado a su sí-mismo. El riesgo de este enfoque está en que el hombre por el hombre mismo no se autorrealiza. Necesita de la *libertad para*, necesita de un marco referencial que está dado por los valores, por el sentido.

Böhm aclara la visión de Frankl respecto al determinismo:

“...la psicología humanística habla de un instinto natural hacia la *auto-realización*, pero este “auto” no está menos determinado que en la terapia conductista del behaviorismo que...Skinner radicó más allá de la libertad y la dignidad. La diferencia radica en que la determinación, en un caso, proviene de dentro (la “naturaleza”), y en el otro de fuera (el “entorno”, la “sociedad”)” (Böhm, 1996).

Según Carkhuff, la plena realización del hombre es un idealismo. Giordani, en su comparación del pensamiento de Carl Rogers y el de Robert Carkhuff, señala una crítica que éste hace al proceso de realización de la “persona total” de Rogers. Carkhuff considera que la corriente rogeriana se pierde en “un idealismo pseudo-democrático”, en el cual el hombre no es estimulado a dar lo mejor de sí mismo, sino que “es abandonado a sí mismo e invitado a hacer aquello que desea” (Giordani,1997,138). Salvando la distancia entre las teorías, queremos evidenciar una propuesta orientada hacia el deseo o el placer individual, dejando de lado el llamado a la responsabilidad, es decir la respuesta frente a la vida, frente al mundo. Y más allá de los conceptos antes descritos como la autosuficiencia y el autocentrismo, la expresión “abandonado a sí mismo” refleja –a nuestro gusto- un sentimiento de soledad así como la ausencia o vacío del otro y de la sociedad en general.

3ª diferencia: satisfacción de necesidades vs. cumplimiento de sentido

Al autotranscenderse, el hombre se orienta hacia el mundo. Este movimiento sucede por encontrarse en una constante tensión entre el ser y el deber ser. Entonces, autotranscendencia es cumplimiento, es hacerse responsable de su vida. No podemos decir, por lo tanto, que sea más “fácil” o más “difícil” (como afirma Maslow citado en el

apartado 3.2.1.) según el nivel de madurez o salud en el que se encuentre la persona, porque no es relativo a la satisfacción de sus necesidades. Frankl nos aclara esto:

“El hombre ¿tiende a realizarse a sí mismo, o se agota en esa autorrealización?... No se habla, pues, de satisfacción, sino que se emplea el término “cumplimiento”; en efecto, yo sólo puedo satisfacer mis propios instintos, mis propias necesidades...satisfacerme a mí mismo; el sentido y los valores, en cambio, son algo que me “atañe”, que accede a mí desde el mundo, y no una mera expresión de mí mismo...Si el sentido reside en el mundo y no primariamente en nosotros mismos, el hombre no deberá preguntar por el sentido de la existencia, sino a la inversa, deberá interpretarse a sí mismo como un ser interrogado, y su propia existencia como un interrogante; no es el individuo el que debe preguntar, sino que es la vida la que le formula preguntas; el individuo ha de contestar y, en consecuencia, responsabilizarse con su vida” (1994a, 33-34).

Cuando hablamos de sentido, hablamos de valores como fue explicado en el apartado II.2.1. Ese sentido residente en el mundo, se encuentra a través de la realización de valores. Cencini y Manenti concuerdan con esta distinción establecida por Frankl entre necesidades y realización de sentido, es decir valores: “Los valores se presentan al hombre como imperativos, pero no constrictivos; piden ser realizados, pero dejan libre a la persona de ponerlos o no en acto. Ejercen, pues, una función “obligatoria”, pero tal obligación deja libre al hombre... Esta lógica es la que distingue la forma de funcionar de los valores respecto a la de las necesidades” (1994,118).

Esto ilustra la radical importancia que tiene el concepto de libertad cuando hablamos de autotrascendencia. Los autores establecen cuatro puntos que lo aclaran:

- Somos impulsados por las necesidades, pero atraídos por los valores. La diferencia “impulsado por” o “atraído hacia” es la diferencia que hay entre el animal y el hombre”.
- La necesidad obliga a satisfacerla, la aspiración deja en libertad de actuarla o no.
- La necesidad se satisface en relación al pasado y presente (al comer ponemos fin a la abstinencia pasada y sensación de hambre presente). Al realizar valores, nos orientamos hacia el futuro, hacia lo que todavía no es.
- Con la satisfacción de las necesidades, se recupera el equilibrio interno perturbado. Al realizar valores, estamos en constante tensión.

Respecto a los dos últimos ítems, creemos que existe, desde cierto punto de vista, una coincidencia entre los autores. Tanto Maslow como Frankl se orientan hacia el futuro en cuanto a la realización del hombre y en cuanto a sus posibilidades. Por otro lado, uno

de las premisas fundamentales de la psicología humanista es la búsqueda de la superación del hombre y no el equilibrio. Es decir que no podemos hablar para ninguna de las dos teorías de una reducción de la tensión. Estas aclaraciones de Cencini y Manenti son enteramente identificables con las necesidades básicas de Maslow. Es en cuanto a la necesidad de autorrealización que pueden surgir dudas. Quizá la discrepancia esté en el término “necesidad”, por lo explicado antes en cuanto a la idea de satisfacción de las necesidades. Si la autorrealización es una necesidad que debe ser satisfecha, podríamos igualmente atribuirle las cuatro características citadas arriba.

1.2.3 *Ética científica vs. libertad:*

Vemos que la forma de plantear los objetivos nos dice mucho acerca de la antropología filosófica que sustenta cada teoría. Maslow plantea una meta fija para la vida: la autorrealización, descrita clínicamente con determinadas características. Los supuestos básicos de su teoría (nombrados en II.1) revelan al hombre como poseedor de una naturaleza interna primordialmente buena, que actuando como principio rector de nuestra vida, nos orientará hacia un desarrollo pleno y saludable, hacia el hombre autorrealizado. Y agrega:

“...si tales supuestos se demuestran, auguran la creación de una moral científica, un sistema natural de valores, un tribunal de apelación suprema para la dictaminación del bien y del mal, lo justo y lo injusto. Cuanto más aprendamos acerca de las tendencias naturales del hombre más sencillo resultará decirle cómo ser bueno, feliz, provechoso, cómo respetarse a sí mismo, cómo amar, cómo realizar sus más elevadas potencialidades. Esto supone una solución automática de muchos de los problemas de la personalidad en el futuro. La tarea a realizar parece ser la de investigar cómo es uno realmente en su interior, en el fondo, en cuanto miembro de la especie humana y en cuanto individuo en particular. El estudio de las personas que así se autorrealizan, puede enseñarnos muchas cosas acerca de nuestros propios errores...” (1983, 31).

El objetivo final es hacer al hombre feliz, y podemos decir que esto es, de una manera u otra, lo que todos buscamos. La diferencia radica en el cómo. Entendemos que Maslow desarrolla una teoría que “logrará” decirle al ser humano cómo ser feliz, cómo ser bueno, cómo amar. Más aún, prevé la creación de una moral científica que dictamine el bien y el mal. Maslow quisiera construir “Un Mundo Bueno”, poseer los conocimientos para enseñar a los individuos a amarse, y cree que la solución estriba en el avance del

conocimiento (1983,14). Desde la antropología filosófica existencialista y desde la logoterapia, se encuentran frente a este planteo varias discrepancias.

1ª diferencia: ciencia vs. filosofía

El primer problema que se nos presenta está en que al hablar de las tendencias del hombre, estamos en el campo de la filosofía y no de la ciencia. La tarea a realizar –según Maslow- es la de investigar y conocer al ser humano científicamente. Jaspers nos dice que “para los fines de la investigación empírica, el hombre es construido teóricamente en factores, partes, elementos...de lo que se compone (1996,845).

Y aclara en la misma obra: “*Un individuo* es una unidad, que es infinita; si debe ser conocido, se descompone en muchas maneras del ser individual; en el devenir conocido pierde precisamente su unidad a favor de esas muchas unidades que es...Captamos unidades en el conocer, pero nunca la unidad última...” (pág.835).

Maslow, según Quitmann, utiliza una metodología analítico-holística, es decir que parte de una comprensión de todo el organismo. Pero, al conceder gran importancia al análisis de los fenómenos aislados, “pretende simultáneamente haber analizado cada fenómeno aislado ‘como una expresión de todo el organismo’ “(1989, 235).

Jaspers, a diferencia de Maslow afirma que si queremos conocer al ser humano desde su esencia, como unidad, debemos apelar al saber filosófico y no científico. El autor agrega: “Representar lo abarcativo que somos (existir, conciencia en general, espíritu-razón y existencia) es un fundamento de la filosofía del ser humano” (1996, 836).

La realidad del hombre es fluctuante, su esencia indefinida, “...no podemos pretender definir la esencia del ser humano, captarlo en su totalidad, ‘científicamente’ ” (Jaspers, 1996). El origen de nuestra esencia escapa al examen empírico. Parecería que Maslow, con el deseo de comprender al hombre en su totalidad, de captar y definir esa esencia indefinible, lo mira como a un objeto, y al decir de Jaspers, perdiendo “la conciencia de la inagotabilidad y de lo enigmático de cada individuo” (pág.846). Y más aún, le quita su libertad.

2ª diferencia: determinismo vs. libertad

Para terminar de comprender la idea que estamos desarrollando, es importante retomar el tema de la libertad, contrastándolo con la ética científica propuesta por Maslow.

Continua Jaspers en la misma obra: “Si hubiese una terminación empírica del ser humano, una división completa de su ser como ser explorable, no habría ninguna libertad” (pág.837). El hombre es libre porque es *posibilidad abierta*, inacabado, “no consolidado”. Es porque nadie le dicta cuál debe ser su conducta ni nadie lo guía más que su conciencia, que lo tiñen la inseguridad y la angustia. Esta libertad es la que hace al ser humano lo que es. No podemos decirle al hombre que ser de determinada manera es científicamente mejor que ser de otra, no podemos demostrar y comprobar que poseer tales características de personalidad es mejor que poseer otras, ni mucho menos plantearlo como conocimiento de valor general.

“El hombre es capaz de hacer el bien pero no está obligado a ello. Existe en él la aspiración a los valores como posibilidad y capacidad, pero no como necesidad...Aunque construidos en torno a la exigencia moral, permanecemos libres de ser morales o no. Cada uno de nosotros encuentra en sí mismo la aspiración hacia lo bello y lo bueno; pero, incluso entonces, quedamos libres y dueños de nuestro destino” (Cencini y Manenti, 1994, 119).

No podemos decirle a una persona cómo ser buena, cómo amar, cómo realizar sus potencialidades; y al decir de Frankl, no podemos decirle cuál es su sentido. Sólo tenemos la posibilidad de orientar a la persona, mostrarle nuevos horizontes, abrirle el campo de acción, acompañarla en su búsqueda, para que ella misma decida.

1.2.4. *Perfección vs. ser-inacabado:*

1ª diferencia: perfección vs. diversidad

Cuando hablamos de autorrealización como fin, hablamos de plenitud, de desarrollo total, es decir de un ser completo. Maslow intenta describir “un síndrome compuesto ‘perfecto’ “ (1983,110). El autor en la obra citada se refiere a “utilizar...como principio rector y modelo al ser humano desarrollándose íntegramente y autorrealizándose, aquél en quien todo alcanza un estadio de pleno desarrollo...” (pág.31). La expresión de que *todo* alcance el pleno desarrollo, revela ese ser “acabado” o “completo” que mencionábamos. No se trata de algunos aspectos de la persona, sino de que su totalidad llegue a su máxima plenitud.

Nos encontramos nuevamente con una radical diferencia entre los dos enfoques. La filosofía existencial considera al hombre como un ser inacabado e imperfecto. Esto se manifiesta en el hecho de que es un ser esencialmente inestable, y según Frankl, en

constante tensión entre el “ser” y el “deber ser”. En el fondo constitutivo de la existencia humana radica una constante incompletud, condición absoluta de su existir, afirma el autor.

Plenitud implica perfección y por consiguiente falta de diversidad. Esto tiene que ver con lo que Maslow plantea respecto a la generalización del proceso hacia la autorrealización. Si se puede crear “una moral científica”, si existe “una solución automática” a los problemas de los hombres, significa que el ser humano es previsible y que se puede diseñar un patrón de conducta bajo el cual todos quedamos igualados, al menos en cuanto a nuestros valores y expectativas. Se infiere entonces que el hombre no es único e irreplicable sino que tiende hacia un estado de perfección que como tal, es único e igual para todos.

Frankl considera al ser humano como esencialmente único, singular e irreplicable. El camino que cada uno toma en la vida, el sentido que vamos encontrando es único para cada persona y para cada situación. “La mayor grandeza del hombre es la diversidad y no la perfección” (L. Del Valle, 1999).

“...nuestra imperfección, incluso nuestra parcialidad, es lo que constituye la singularidad de nuestra persona, toda nuestra individualidad. Como en un mosaico cada partícula es irremplazable sólo porque y en la medida en que ninguna otra tiene su forma o su color, del mismo modo el individuo dentro de la comunidad es un miembro absolutamente valioso de este conjunto superior precisamente en virtud de su dotación imperfecta y parcial” (Frankl, 1994c, 27).

La finitud del ser humano, la seguridad de su muerte, es lo que justamente da sentido a su vida, lo que hace que la vida y que cada momento sean únicos. La vida es un continuo morir, en cuanto que cada instante de nuestra existencia pasa y se desvanece. Y prosigue en la misma obra: “Pero esta caducidad radical...¿no es una invitación a la responsabilidad?” (pág.76). La muerte es por lo tanto una invitación a la vida, en el fondo de la muerte está la vida. La vida no tendría sentido sin la muerte en cuanto la muerte le da a la vida la categoría de irreversible y la irreversibilidad le da sentido a la vida.

Nos preguntamos entonces, ¿el hombre tiende hacia la plenitud total?, ¿Esta es su finalidad?, ¿Tiende a completarse y a satisfacer todas sus necesidades? ¿O el hombre es un caminante y el caminar es el sentido de su vida?

¿Las necesidades están para ser satisfechas? O ¿Están para mover al hombre hacia delante, “para orientar y ordenar al sujeto hacia un ámbito de objetos” (Frankl b,109)?

Creemos, como dice Mounier citando a Heidegger, que “la finitud del ser humano es absoluta y esencial. No hay acabamiento, no hay totalidad de la vida” (1973,72). Para Jaspers, “la existencia es una conquista...su ritmo propio es la *crisis*. Es un movimiento perpetuo de flujo y reflujo, de fracaso y victoria...” (Mounier,1973,61). Y según Frankl, aquí está el sentido de la vida, en este camino de constante tensión, en esa tendencia hacia el sentido. Cada sentido es único y me llama a cumplirlo, a responderle a la vida, a hacerme responsable de lo que atañe a mi vida.

No se vive con la seguridad de la existencia de un “bien eterno” que está “al final del juego” dice Mounier citando a Kierkegaard. “Si estuviérais seguros...no estaríais con ese bien, precisamente, en una relación eterna, sino que haríais una provechosa especulación” (1973,65). Es quizá esta la especulación que Maslow intenta hacer a través de su teoría, planificando un “mundo bueno”.

2ª diferencia: autosuficiencia vs alteridad

Recordemos algunas de las ideas planteadas antes, para puntualizar esta segunda diferencia. Citando a R. May, nos referíamos en el apartado 3.2.1, a la creencia de que no necesitamos a nadie más que a nosotros mismos y que de alguna manera “el destino está en nuestras manos”. Goble cita a Maslow cuando confirma su visión del hombre autosuficiente (1991,78). Si bien Maslow niega la libertad que plantea el existencialismo de cara a las limitaciones del hombre, manifiesta por otro lado tener la posibilidad aunque sea en un futuro (con el desarrollo de la ciencia, es decir en manos del hombre) de lograr un patrón de conductas que harán feliz al hombre.

Consideramos excesiva la pretensión de transformar los acontecimientos y la realidad entera a nuestro gusto.

Quizás podamos recordar que May, en otra de sus obras, se refiere al “autoengaño victoriano” del poder de la voluntad en los Estados Unidos. Con esto, describe la creencia que incorporó de niño, de que podía decidir su destino con cualquier resolución que tomara en la iglesia. Tal arrogancia, dice May, terminó por hacerlo sentir Dios. “Esta creencia victoriana en la fuerza de la voluntad era realmente la dedicación... al dominio de

la naturaleza con mano de hierro... y el del propio cuerpo con la misma mano de hierro y a la manipulación de uno mismo de una manera similar” (1978, 156).

No creo que podamos comparar este “autoengaño” con la propuesta de Maslow, ni que ésta sea “arrogante”, pero si puede verse una falta de confianza en la persona a través de “decirle cómo ser buena y feliz”, a través de la dictaminación de lo bueno y lo malo y de una moral científicamente establecida. A su vez, se consideran a algunas personas como personificaciones de la “plena humanidad” (1987,11) o incluso como si parecieran pertenecientes “...a una raza distinta de seres humanos” (1983,110).

Por un lado, esta moral científica revela una falta de confianza en la capacidad del ser humano para encontrar el camino más auténtico, y fundamentalmente un escepticismo respecto a la libertad del hombre, así como también un sentimiento de omnipotencia. Además, el concebir una raza distinta supone el determinismo de haber nacido dentro o fuera de esa raza (sobre todo si estos valores son innatos como lo afirma Maslow), dividiendo a los hombres en dos: aquellos que son plenamente humanos y aquellos a quienes hay que indicarles cómo llegar a serlo. Si como modelo a seguir tengo a una persona que parece pertenecer a otra raza, no actúa como modelo para mí sino que me aleja de ese ideal por ubicarme siempre en inferioridad de condiciones.

Por otro lado, el no necesitar a nadie más que a nosotros mismos, nos habla de un sentimiento de autosuficiencia y omnipotencia. Significa, al decir de May, prescindir de los demás y de toda la sociedad. Maslow manifiesta en sus obras una visión de la sociedad como obstáculo del proceso de desarrollo del individuo. La sociedad -y por lo tanto los otros- impone a la persona normas y convencionalismos que coartan su libertad. Como ya se mencionó antes, la libertad para Frankl no es coartada por la sociedad.

Afirmar que el ser humano es libre en toda situación a pesar de los condicionamientos que se le presenten, no significa que el destino está en sus manos y muchos menos que sea un ser omnipotente. Se refiere únicamente a la libertad espiritual de tomar una actitud y por lo tanto decidir aún en una situación límite y de cara al sufrimiento. No se niegan las dificultades que generan los condicionamientos, sino al contrario, como afirma Frankl, respondemos frente a los sufrimientos inevitables, la culpa verdadera y finalmente la muerte. Como afirma Spinoza: “la libertad es el reconocimiento del determinismo” (May,1978,157).

1.2.5. *Proceso evolutivo vs. cualidad existencial:*

Son muchos los autores que hacen referencia a la conducta autotrascendente como algo que evoluciona y se adquiere con los años. Yalom habla de “la trascendencia de uno mismo y el ciclo de la vida” (1984,525).

En la misma obra, menciona tres autores diferentes que han investigado sobre el tema. Las tres investigaciones, la de Erik Erikson, la de George Vaillant y la de Norma Haan y Jack Block llegan a las mismas conclusiones: existe “una evolución gradual de los significados a lo largo del ciclo vital de los individuos”. En la adolescencia y juventud, uno se preocupa fundamentalmente por sí mismo y “lucha por establecer una identidad estable, por desarrollar relaciones íntimas y por conquistar un sentido de dominio en el terreno profesional”. A partir de los cuarenta o cincuenta años, habiendo logrado cierto éxito, uno comienza a preocuparse por los hijos, por las generaciones venideras en general, es decir según Yalom, por encontrar significado en lo trascendente, “el altruismo y la conducta trascendente de uno mismo se habían consolidado con los años” (pág.527).

Es importante, a nuestro parecer, tomar en cuenta este aspecto evolutivo de la autotrascendencia, mencionado también por otros autores como Cencini y Manenti. A este nivel, podría realizarse un acercamiento con la noción de autorrealización como proceso. Desde este punto de vista, tanto la capacidad de autorrealizarse como la de autotrascenderse sufren una evolución a lo largo de la vida, se consolidan y se vuelven objetivos centrales para la persona con el paso de los años (Maslow ha estudiado la autorrealización fundamentalmente en personas mayores, presentando estas una descripción prácticamente completa del “síndrome”). Pero para comprender mejor y ahondar en el concepto de autotrascendencia, queremos oponerlo a esta idea de “a mayor edad, mayor autotrascendencia”.

Entendemos que los autores, al describir una evolución en la conducta trascendente a lo largo del ciclo vital, establecen una relación con la evolución de la persona como un todo (y no una conducta aislada); es decir que “mayor edad” implicaría también mayor madurez, más salud y más experiencia, entre otros elementos.

Son numerosos los ejemplos que ofrece Frankl respecto a situaciones donde la persona, a pesar de su inmadurez, de su corta edad, de su enfermedad, de su estado de salud física o psíquica o de su sufrimiento, se trasciende a sí misma. Como fue explicado

en el marco teórico, la conducta humana es realmente humana en la medida en que significa “actuar en el mundo” y esto a su vez implica ser motivado por el mundo, trascender hacia un mundo pleno de sentidos. Frankl afirma que: “En principio el sentido es accesible a cada uno, independientemente del sexo, edad, cociente intelectual, antecedentes educacionales, estructura del carácter y medio ambiente, independientemente de si uno es religioso o no...independientemente de la confesión a la que uno pertenezca” (1986, 38)⁷.

Proponemos dos ejemplos, uno en niños y otro en enfermos psiquiátricos:

a. Autotrascendencia en niños:

Una investigación realizada por un equipo francés, analiza la relación entre niños de uno a dos años de edad. Estos investigadores afirman que compartían en un principio la opinión generalizada de que los intercambios entre niños de estas edades eran escasos y muy pobres, describiendo sus conductas como egocéntricas y sus contactos carentes de comunicación. Sus primeras observaciones y finalmente sus conclusiones indicaron que la vida social de los niños, incluso en esta temprana edad, puede ser muy rica y variada. Descubrieron seres atentos los unos a los otros, deseosos de hacer cosas en común (teniendo la posibilidad de hacerlas solos), provocando y observando las reacciones de los otros, con relaciones caracterizadas por una gran afectividad y una sorprendente curiosidad por el mundo que los rodea (Stambak,1983).

El respeto por el tiempo del otro, el compartir tareas, el ayudarse mutuamente a realizar una actividad, el darle al otro un objeto que éste necesita, son actitudes que no siempre observamos en los niños y que muchas veces no creemos que puedan tener. Estas actitudes manifiestan, a cierto nivel, un salir de sí mismo, un ir hacia el mundo y hacia los demás, un distanciarse de sí mismo aunque sea por un instante.

b. Autotrascendencia en enfermos psiquiátricos:

Así como el distanciarse de uno mismo se ve en personas que no han alcanzado la madurez esperada para lograrlo, se observa la autotrascendencia en enfermos

⁷ Una investigación llevada a cabo en Alemania en 1971 por Elizabeth Lukas pudo comprobar empíricamente esta afirmación hecha por Frankl (Ver Anexo N° 2).

psiquiátricos, es decir en quienes sufren perturbaciones tanto a nivel orgánico como psíquico.

Respecto a la neurosis, Frankl afirma que "...sigue el neurótico siendo libre, sin duda. El neurótico no es libre en el sentido en que no es responsable de su neurosis, pero sí es libre en cuanto que es responsable de su *actitud* ante la neurosis, y en cuanto que lo es, le compete un grado determinado de libertad..." (1986, 160).

Y agrega "...aun en los casos en que el hombre cae víctima de una psicosis, de la llamada enfermedad mental, cae en la enfermedad *por completo, entregado a ella en cuerpo y alma, pero no con su espíritu...*".

Para la logoterapia, lo espiritual en el hombre no puede enfermar, sino al contrario, es lo que pone al enfermo en condiciones de enfrentar la enfermedad, de un modo a veces precario, ciertamente, pero no por ello menos personal. Su libertad para ser en el mundo es perturbada por el organismo y por la psiquis, pero no significa que la dimensión espiritual también lo sea. Siempre y en todo momento le queda al ser humano un resto de libertad. El autor aclara en la obra citada antes:

"Indudablemente, hay momentos en los que el clínico puede atisbar la personalidad del paciente oculta y desplazada por la psicosis, que ocupa el primer plano; pero la práctica médica no hace sino confirmar una y otra vez lo que yo he llamado mi *Credo psiquiátrico*: la fe inmovible en la personalidad espiritual, incluso del enfermo psicótico" (pág.162-163).⁸

Elizabeth Lukas dice lo mismo con las siguientes palabras:

" Todo lo que el ser humano 'tiene', puede enfermar: cuerpo y alma...A pesar de esto, nunca puede enfermar lo que la persona 'es': la persona espiritual. Por definición algo espiritual se encuentra más allá de salud y enfermedad, y por lo tanto más allá de la vida y de la muerte. Por supuesto, la persona espiritual que un ser 'es' necesita de un medio de expresión, que el ser humano 'tiene' en forma de su organismo psicofísico, similar a como la música necesita el violín para ser escuchada. Cuando el violín tenga un desperfecto ('está enfermo') nadie dirá que la música tiene un desperfecto ('está enferma'); y cuando el violín se haya roto ('muerto'), de manera que nunca más pueda tener sonido, nadie dirá que la música se ha roto ('muerto')" (Lukas,1994,132).

⁸ Una investigación nacional llevada a cabo por los Dres. Curbelo y Pardo Martínez cuestiona la creencia tradicional de que en la esquizofrenia no hay "conciencia de enfermedad". (Revista de Psiquiatría del Uruguay. Año LX N° 334, Nov. 1996)

Para ejemplificar la autotranscendencia en enfermos psiquiátricos, nos remitiremos al primer relato del libro *Concierto para instrumentos desafinados* (Vallejo-Nájera,1995) (Ver Anexo N° 3). El autor nos aclara que son historias verdaderas, vividas personalmente por él, algo disfrazadas a efectos del carácter literario. En este relato titulado *Joyas en el basurero*, ocurrido aproximadamente en los años cincuenta, se cuenta la historia de Higinio, un enfermo esquizofrénico catatónico.

El autor se maravilla ante las actitudes autotranscendentes del paciente a pesar de las limitaciones propias de su enfermedad. Podemos vislumbrar en sus actitudes los valores creativos (trabajar), los valores vivenciales (admirar la naturaleza, amar a una mujer, tener hijos) y los valores de actitud (frente al sufrimiento).

Esta es una diferencia entre los dos conceptos autorrealización y autotranscendencia: el primero tiene que ver con una evolución y una maduración y el segundo es una *cualidad existencial* del ser humano que no refleja ni depende de un nivel de madurez o una etapa del desarrollo del individuo. No tiene que ver con una fase del ciclo vital ni con un determinado estado de la persona. Es la capacidad de salir de uno mismo incluso cuando no tenemos el nivel de madurez esperado para lograr distanciarnos de nosotros mismos, incluso cuando la mayor parte de la persona está condicionada tanto a nivel psicológico como físico.

Con la noción de autotranscendencia, Frankl comprende a todo hombre que, emprendiendo una tarea, amando, trabajando, se olvida de sí mismo y se entrega a otro, al otro. A través de la autotranscendencia, todo hombre puede encontrar sentido a su vida. Frankl nos dice que "...no hay ningún ser humano que no siga teniendo una posibilidad de superarse a sí mismo, ninguna situación de la vida en la que no se pueda descubrir y atizar alguna chispa de sentido" (E. Lukas,1983,11).

1.2.6. Sentido del sufrimiento:

Retomando las conclusiones del primer capítulo, podemos decir que la psicología humanística estadounidense difiere de la tradición existencial europea fundamentalmente por omitir conceptos claves como por ejemplo el de situación límite y la dimensión del sufrimiento. Esta diferencia se refleja claramente en las teorías de Maslow y Frankl.

El sentido del sufrimiento ocupa un lugar importante en la logoterapia. Frankl plantea que "la psicoterapia tradicional ha tendido a restaurar la capacidad del individuo

para el trabajo y para gozar de la vida”, y que él también persigue dichos objetivos. Pero va más lejos al proponer que el hombre recupere su capacidad para sufrir y encontrar un sentido a ese sufrimiento.

Maslow, para desarrollar su teoría, parte del hombre “autorrealizado” o sano y no de la enfermedad como tradicionalmente se ha hecho: “este punto de vista no niega en ningún momento la concepción freudiana tradicional. Se suma a ella y la complementa...es como si Freud adujera la parte de enfermedad de la psicología y nosotros tuviéramos que completarla con la otra mitad, la de la salud” (1983,32). Estamos plenamente de acuerdo con partir de una imagen del hombre “normal” o “sano”. R. May comenta irónicamente: “en nuestro campo tenemos la curiosa actitud de deducir nuestra imagen del hombre normal, sano a partir de la enfermedad y de la neurosis” (1978, 158).

El problema radica en qué entendemos por “sano”. Como ya fue discutido, la logoterapia considera que el ser humano es un ser libre y que esta libertad supone la responsabilidad frente a la vida así como la angustia frente a su finitud, a sus sufrimientos inevitables y frente a la muerte. Se enfrenta a diario con su limitación y con su sufrimiento. El sufrimiento es lo propio del hombre y está presente en cualquier momento; la vida es un tomar y un dejar continuo (queremos destacar que nos referimos al sufrimiento inevitable, de otra forma sería masoquismo). Para la logoterapia, salud no equivale a felicidad -como se entiende en Maslow- sino a sentido. Y el sentido se encuentra incluso en el sufrimiento.

Son pocos los pasajes en que Maslow hace referencia al tema. En un pequeño párrafo de “El hombre autorrealizado” menciona la tendencia a evitar que las personas sufran y a protegerlas, cuando en realidad los sufrimientos son en algunos casos necesarios e inevitables y apuntan a la maduración del individuo. Coincidimos con esta idea y creemos que tiene que ver con esa “capacidad para sufrir” que Frankl menciona.

Pero ¿de qué manera ayudar al hombre a hacer frente a sus dudas, a sus angustias, a sus miedos? ¿Cómo orientar a tantas personas que hoy en día se enfrentan a la depresión y al suicidio?

¿Qué cabida tiene el sufrimiento, la frustración y la muerte en la teoría de Maslow? La autorrealización se logra a través de un proceso escalonado hacia “algo más placentero que lo anterior” afirma Maslow. Si esto sucede así, si llegamos a nuestra

plenitud fundamentalmente a través del placer ¿qué pasa con las vivencias dolorosas?, ¿No nos podemos autorrealizar a través del sufrimiento?

Si no tomamos en cuenta el sufrimiento del ser humano y no buscamos formas de ayudar al hombre a vivir con dignidad y sentido en todas las situaciones de su vida, ¿qué sentido tiene ser psicoterapeuta? Si consideramos que el hombre se enfrenta a diario con situaciones de pérdida, de abandono, de culpa, de angustia, en una palabra de sufrimientos inevitables, nos vemos en la obligación de acompañarlo pero fundamentalmente de orientarlo abriendo su campo de visión de manera a vislumbrar sentido a su sufrimiento y así a su vida en general.

CONCLUSION.

“Cada época tiene su propia neurosis y necesita su propia psicoterapia”.

V. Frankl.

La primera conclusión que surge al culminar la tesis, es un sentimiento de satisfacción por haber realizado un arduo trabajo de investigación y elaboración teórica. Confiamos haber alcanzado el objetivo planteado al comienzo.

Este trabajo relacionó específicamente el concepto de autorrealización de Maslow y el de autotrascendencia de Frankl; por lo tanto no puede extenderse a otros modelos teóricos. Estos dos autores hicieron sus principales aportes a mediados de siglo. Sin embargo, la discusión que planteamos es un tema de particular actualidad.

Al comparar estos dos modelos antropológicos, encontramos que:

1) La autorrealización es el fin o la meta de un proceso evolutivo y supone un alto nivel de madurez, un estado de salud y por lo tanto la felicidad. Se da entonces en un porcentaje pequeño de la población. La autotrascendencia es el proceso mismo y por ser una cualidad existencial, todos y en cualquier etapa de la vida podemos autotrascendernos, incluso en la enfermedad y el sufrimiento.

2) La aspiración a un fin apunta a una meta intrapsíquica, mientras que el sentido trasciende al hombre. La autorrealización implica una tendencia a la auto-observación y a la autoexpresión que se convierten en un fin en sí mismas; significa ser uno mismo con el peligro de perderse del encuentro genuino con el otro y hasta perderse de sí mismo. Supone además prescindir de los demás y de la sociedad toda; ésta representa un obstáculo, dejando entrever la idea de cierta autosuficiencia. El hombre por depender del exterior, no es libre sino preso de las presiones sociales. La autotrascendencia implica salir de uno mismo hacia el encuentro con el mundo, con el otro como algo esencial para ser yo, para encontrarme a mí mismo. Plantea una tendencia hacia los valores y al sentido, invocando más que una libertad de condicionamientos, una libertad para tomar una actitud.

3) La guía hacia la autorrealización es el placer. El ser humano es determinado por una tendencia innata y es guiado por un mecanismo de origen biológico que lo orienta hacia lo “bueno” a medida que va satisfaciendo las necesidades. Para la logoterapia, el

que nos orienta en la vida es el sentido y el “órgano” de sentido es la conciencia. El hombre es autodeterminado de cara a su libertad y sobre la base de su responsabilidad.

4) Habría en la teoría de Maslow una falta de confianza en la persona y en su libertad. Frankl, por el contrario, plantea que el hombre es libre porque es posibilidad abierta, inacabado. No podemos decirle al hombre cuál es su sentido. Sólo podemos orientar a la persona para que ella misma decida. La autorrealización supone un hombre pleno, completo, perfecto. La logoterapia considera al hombre como un ser inacabado e imperfecto, que no tiende a la satisfacción de todas sus necesidades.

Reflexiones sobre la demanda psicológica contemporánea:

Nos hemos propuesto en esta investigación aclarar los alcances de cada concepto a un nivel teórico, de manera de comprender la demanda del paciente y poder brindar una atención psicoterapéutica conforme a nuestra visión del problema de la persona. Queremos ahora discriminar estos alcances orientándonos hacia la praxis, contextualizando esta reflexión en la realidad actual.

El principal problema que visualizamos, es el lugar que ocupa el tema de la autorrealización en la actualidad. Frankl, en una conferencia en Mendoza afirmaba que “nuestros jóvenes tienden a buscar sólo la autorrealización; más aún, quieren una gratificación inmediata, la satisfacción ya mismo. Y eso implica un serio peligro psicológico”. En los Estados Unidos en la Universidad de Georgia, se ha demostrado que la autointerpretación y la autorrealización ocupan estadísticamente el lugar más elevado en la jerarquía de valores de los estudiantes americanos (Frankl, 1994a, 13).

Desde mi práctica en los centros de asistencia, pude percibir que una de las grandes dificultades de los padres hoy en día, es poner límites en la educación de sus hijos. Esto se relaciona directamente con la baja tolerancia a la frustración y la carencia de la capacidad de renunciar a algo. No estamos preparando a los niños para enfrentarse al sufrimiento y por lo tanto tampoco para vivir. Entendemos entonces el por qué de la necesidad de una gratificación inmediata y de la dificultad para hacer frente a la vida. Vivimos en una época en que la búsqueda de la felicidad es una lucha individual, en donde el otro es más un obstáculo a saltar que un compañero de camino. La búsqueda del éxito personal va de la mano del temor a fracasar.

El hombre se encuentra enmarcado en una inquietante lucha por encontrar su identidad, por llegar a la esencia misma de su ser. Lucha por ser él mismo como diría Rollo May y lucha por salir de sí mismo. Estas son dos de las motivaciones que están presentes en la consulta psicológica: la búsqueda de sí mismo, o la búsqueda de algo fuera de sí mismo. Las dos demandas aparecen mezcladas y es para comprender mejor al paciente que nos hemos propuesto discriminarlas.

En la consulta, observamos que el discurso de los pacientes muchas veces gira entorno a “quiero realizarme a mí mismo”, “mi esposo no me deja realizarme”, “quiero ser yo misma”. El dejar de buscarse a sí mismo conllevaría el encuentro con un tú y este posible contacto genera un temor a comprometerse. En estos casos, la búsqueda de la autorrealización puede estar funcionando como un mecanismo evitativo. Otros pacientes, afirman no tener un sentido en su vida, lo que supone una tendencia a buscarlo (a autotrascender). Pero se estancan sin visualizar el camino por donde buscar. El paciente queda atrapado en una hiperreflexión evitando la acción y por consiguiente la responsabilidad frente a la vida.

Hemos estudiado el aporte de Frankl a la psicoterapia. Pero éste obviamente no se reduce a lo teórico, sino que propone varias técnicas que sirven de instrumento al terapeuta. En este trabajo no hemos abordado el desarrollo de esas técnicas pero es conveniente destacar que la “derreflexión” es una técnica que se utiliza para hacer frente a la hiperreflexión, es decir a la excesiva observación de sí mismo.

Se pretende con esta técnica lograr lo que Frankl llamaba “el saludable olvido de sí mismo”. Lukas afirma que la derreflexión es una regulación terapéutica de la atención, pues “no basta no pensar en un contenido determinado, sino que es preciso dirigir la atención hacia otro contenido positivo”. La derreflexión va siempre unida a una ampliación y un enriquecimiento de la orientación de sentido: “salir de sí mismo es abrirse a lo que no es el propio yo” (1983, 101).

El análisis que hemos desarrollado a lo largo de la tesis nos permite afirmar que uno de los problemas fundamentales reside en qué entendemos por “la esencia misma del ser”. Esta esencia ¿es ser-en-el-mundo, ser-con-el-otro? O ¿es ser uno mismo? Creemos que una psicoterapia para el mundo de hoy, si bien debe tener presente la búsqueda del hombre por encontrarse a sí mismo, no debe dejar de lado que sólo se encontrará si abre su existencia hacia los otros y mirándolos se reconoce, si está siempre

-al decir de Mounier- en “estado de disponibilidad hacia el otro”. Sólo ayudando al hombre a encontrar sentido a sus distintas actividades, a su vida en todas sus facetas, podremos ayudarlo a vivir mejor. Es entonces en el encuentro auténtico con el otro que logra salir de sí y alcanzar un sentido; autotrascendiéndose se hará responsable de su vida y de lo que está espera de él.

BIBLIOGRAFIA

- **Almada, R.** 1998. Apuntes de Logoterapia. 4ª ed. Montevideo: Instituto de Logoterapia del Uruguay.
- **Bazzi, T.-Fizzotti, E.** 1989. Guía de la Logoterapia. Barcelona: Herder.
- **Binswanger, L.** 1973. Artículos y conferencias escogidas. Madrid: Gredos.
- **Bóhm, W.** 1996. *Educación, terapia y sentido de la vida*. Logo. Bs. As.:Nº23, 39-44.
- **Cencini, A.-Manenti, A.** 1994. Psicología y Formación. México: Paulinas.
- **Curbelo, O-Pardo Martínez, V.** 1996. *Conciencia de enfermedad en la esquizofrenia*. Revista de Psiquiatría del Uruguay. Mdeo., Año LX, Nº 334, 21-29.
- **Giordani, B.** 1997. La relación de ayuda: de Rogers a Carkhuff. Bilbao: DDB.
- **Goble, F.** 1991. La Tercera Fuerza. México: Trillas.
- **Fabry, J.** 1992. La búsqueda de significado. México: FCE.
- **Fizzotti, E.** 1981. De Freud a Frankl. Madrid: Eunsa.
1994. Para ser libres. Madrid: San Pablo.
- **Frankl, V.E.** 1986. La idea psicológica del hombre. Madrid: Rialp.
1989. El hombre en busca de sentido. 10ª ed. Barcelona: Herder.
1991. La voluntad de sentido 2ª ed. Barcelona: Herder.
1994 (a). El hombre doliente. 3ª ed. Barcelona: Herder.
1994 (b). Logoterapia y análisis existencial 2ª ed. Barcelona: Herder.
1994 (c). Psicoterapia y humanismo. 2ª ed. México: FCE.
1996. *Conferencia para la inauguración de la "Cátedra Fundacional de Antropología filosófica Dr. Viktor E. Frankl"*. Logo.Bs.As.:Nº23, p.3-8.
1997(a). Lo que no está escrito en mis libros. Buenos Aires: San Pablo.
1997(b). Psicoanálisis y Existencialismo. 6ª reimp.México: FCE.
- **García Pintos, C.** 1998. Víktor Emil Frankl. La humanidad posible. Bs. As: Almagesto.
- **Jaspers, Karl.** 1996. Psicopatología General. 2ª ed. México: FCE.
- **Lukas, E.** 1983. Tu vida tiene sentido. Madrid: SM.
1994. Una vida fascinante. Buenos Aires: San Pablo.
- **Maslow, A.** 1983. El hombre autorrealizado. 5ª ed. Barcelona: Kairos.
- **Maslow, A.** 1987. La personalidad creadora. 3ª ed. Bercelona: Kairos.
- **May, R.** 1972. Psicología Existencial. Buenos Aires: Paidós.

1977. Existencia. Madrid: Gredos.
1978. El dilema existencial del hombre moderno. 3ª ed. Buenos Aires: Paidós.
1988. Libertad y destino en psicoterapia. Bilbao: DDB.
1990. El hombre en busca de sí mismo. Buenos Aires: Central.
- **Mounier, E.** 1973. Introducción a los existencialismos. Madrid: Guadarrama.
1978. El Personalismo. 11ª ed. Buenos Aires: Universitaria.
 - **Oro, O.** 1997. Persona y Personalidad. 2ª ed. Bs As: Fundación Argentina de Logoterapia.
 - **Pareja, G.** 1989. Viktor Frankl, Comunicación y resistencia. México: Premia.
 - **Quitmann, H.** 1989. Psicología Humanística. Barcelona: Herder.
 - **Ruitenbeek, H.** 1972. Psicoanálisis y filosofía existencial.
 - **Sartre, J.P.** 1986. El existencialismo es un humanismo. Montevideo: Técnica.
 - **Stambak, M. y otros.** 1983. Les bébés entre eux. Paris: Presses Universitaires de France.
 - **Vallejo-Nájera, J.A.** 1995. Concierto para instrumentos desafinados. Barcelona: Planeta.
 - **Yalom, I.** 1984. Psicoterapia Existencial. Barcelona: Herder.

APENDICE 1

Expongo aquí un caso que atendí en el Centro de Asistencia Psicológica del Cerro, de manera de dar un ejemplo de la demanda psicológica actual. Me limito a exponer esta demanda y a analizarla brevemente así como a esbozar una posible estrategia. El tratamiento escapa a los alcances de este trabajo, considerando por otra que la paciente interrumpió su asistencia a la consulta.

CASO M.:

M. concurrió a la consulta sólo tres veces. Es una mujer de 28 años de edad, casada, madre de un hijo de 10 años. Mide 1,50m de altura aproximadamente, de tez blanca y cabellos castaño oscuro, cortos y ondulados.

Hace un año que se enteró de la existencia del centro y que quiere consultar, pero hasta ahora, no se había animado a hacerlo. Hace cinco años que está anímicamente mal. No trabaja, se ocupa de su casa. Manifiesta ser pesimista, ver el lado negativo de las cosas, “siempre hay un pero, algo que está mal”. Dice que necesita realizarse como mujer, hacer lo que quiere, lo que la haga sentir bien. Ya no quiere sentirse obligada a hacer algo si no le gusta. Por ejemplo, cuando le pregunto acerca de su familia, comenta que su hijo juega al fútbol, gusto que ella no comparte y que ha pensado, al ir a ver al niño jugar, que quisiera quedarse en su casa, no “tener que ir”, sino hacer lo que ella quiere. Manifiesta pensar mucho en lo que hace, lo que no hace, lo que le gustaría, lo que no le gusta de ella, de los demás, hecho que la desgasta mucho, y no le permite actuar, hacer cosas. Ha buscado trabajo pero no quiere cualquier trabajo, por lo tanto no ha encontrado; admite incluso no haber buscado demasiado.

Durante la mayor parte del tiempo de consulta, habla de ella misma, de sus discusiones con un grupo con el que se reunía pero del cual ha tomado distancia. Habla de sus dificultades en distintas áreas, de que le cuesta hacer cosas. Afirma que los demás no la entienden ni se preocupan por ella. Habla mucho de lo que tiene y de lo que no en cuanto a lo material, de lo que tienen los demás (sus vecinos), de lo que la vida le debe. El contenido de las entrevistas refiere esencialmente a sí misma; su marido y su hijo

permanecen en un segundo plano, no es un tema que sea mencionado a menos que le pregunte directamente.

En los párrafos siguientes he extractado pasajes de una entrevista:

“No encuentro un sentido en mi vida... Siempre veo lo negativo, soy muy negativa. Si arreglamos la estufa, yo veo que la heladera se rompió. Siempre veo primero lo negativo, aunque sé lo positivo, mi primera impresión es de lo negativo.

No me siento bien, es como una constante desde hace cinco años, más o menos. Se agudizó hace uno o dos años. Estoy como en una línea, a veces bien a veces mal...

Para cortar el pasto estuve una semana, diciendo voy a cortar el pasto, voy a cortar el pasto... No tengo ganas de hacer las cosas.. Estoy casada hace diez años, tengo un hijo de diez años. Y está todo bien, no tengo nada por qué ver las cosas negativas...mi marido es buenísimo.

Estoy como pensando más en mí. Soy madre, esposa...’tá, pero quiero ser yo, persona, mujer...No sé si es egoísta, pero siento la necesidad de estar bien, de pensar en mí. Soy cristiana, voy a la parroquia, a un grupo de matrimonios que nos conocemos desde la infancia. Me gustaba, pero dejé de ir a la parroquia, no tengo ganas, perdí interés, discutía mucho con los demás.

Estoy buscando trabajo, pero no quiero cualquier trabajo. Otra persona saldría a buscar lo que sea, pero yo no, me dejo estar más... Me quedo en mi casa, miro la tela, miro novelas todo el día; y la verdad es que es más lindo estar calentita en casa, cómoda. No tuve conflictos en mi adolescencia, capaz que por eso lo estoy pasando ahora.”

Análisis:

A partir del momento en que M. empieza a develar su mundo, me voy acercando e intento develarlo. Voy buscando elementos que desde la teoría me permitan traducir y explicar lo que le sucede a la paciente.

He llegado a algunas conclusiones:

- M. *espera todo de afuera*, de los demás, ser reconocida por lo que ella es, por lo que ha hecho, la vida le debe algo, ella no hizo nada malo, “¿por qué los demás tiene

ciertas cosas que ella no?”, “¿por qué otros, que quizás no se lo merezcan tanto, son más felices?”. Esto la lleva a estar completamente centrada en sí misma.

- *No se hace responsable*, no asume su vida, prefiere quedarse cómoda sentada en casa, esperando que la vida pase: enfrentar la vida implica sufrir, responder y no preguntar. Implica hacerse cargo, elegir: hacerse cargo de la elección (libertad). Actuar, decidir, hacerlo (voluntad).
- Observamos a lo largo de las entrevistas la “*tensión entre el ser y deber ser*”, entre lo que ella es y lo que quisiera ser. Se siente constantemente limitada, presa por ese “ser”, con una tendencia hacia su “deber ser”, pero no se hace responsable de su vida para encontrarlo, para encontrar su sentido y queda entonces estancada.

Podemos decir que la paciente al acudir a la consulta, da el primer paso hacia un salir de sí misma, buscando la ayuda de otra persona. Pero esto podría interpretarse de otra manera: hoy en día el paciente que consulta está muy dedicado a hablar de sus problemas, a cuestionarse a sí mismo. En este sentido, podemos decir que es sano, que se hace responsable de su vida; pero E. Lukas afirma que “todas las psicoterapias que han existido hasta ahora han inducido al paciente –queriéndolo o sin querer- a reconocerse psíquicamente enfermo y a ocuparse de tal enfermedad” (Lukas,1983,229). Volviendo a nuestra paciente, M. hiperreflexiona sobre su enfermedad, está concentrada en sus problemas, en lo que ella quiere hacer o ser y su campo de visión se cierra, quedando prácticamente ciega a las posibles vías de solución.

Estrategia:

En el poco tiempo que duraron nuestros encuentros, mi objetivo principal, fue trabajar la autotranscendencia de M. Intenté establecer un *vínculo* que sirviera como punto de partida para que ella pudiera salir de sí misma y se contactara en primer lugar conmigo, lograr el *encuentro* con una persona. Si esto ocurría, habríamos “despertado” la capacidad de autotranscendencia y el círculo cerrado de la hiperreflexión y la hiperintención comenzaría a abrirse.

De todas formas, por el discurso de M. y por la intensidad de su hiperreflexión, supuse que iba a necesitar alguna intervención que la sacudiera para lograr salir de esa rumiación. La propia terapia podía llegar a ser iatrogénica si no tenía esto siempre

presente, estando alerta al momento en que yo misma fomentara la hiperreflexión en vez de interrumpirla.

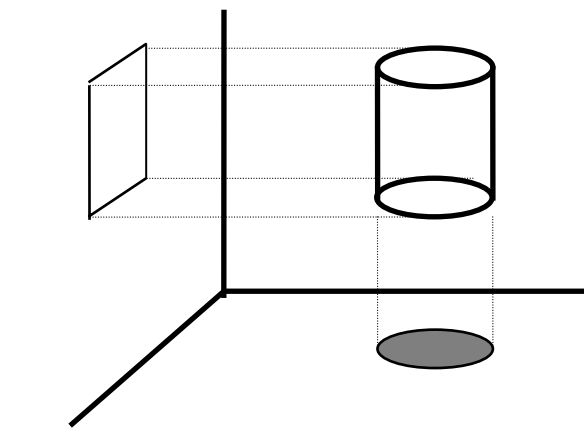
ANEXO Nº1: ONTOLOGÍA DIMENSIONAL⁹

Es tiempo, dice Viktor Frankl, de considerar la existencia humana con todas sus dimensiones, no solo 'en profundidad' (como en el estudio del inconsciente freudiano) sino también 'en altura'. El hombre, para Viktor Frankl, es en primer lugar un yo, una persona, una forma de existir toda especial. Frankl dice: "*Ser persona significa ser absolutamente distinto de todo otro ser*".

El hombre es uno, no obstante la multiplicidad de dimensiones. Es uno, no obstante los diversos fenómenos biológicos y psíquicos que lo caracterizan. Y es uno gracias al tercer elemento o mejor dicho a esta tercera dimensión: la espiritual (las dos primeras son las biológica y la psíquica).

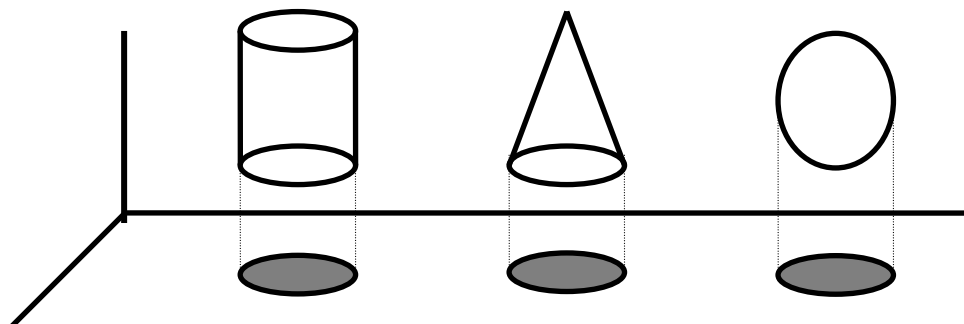
Viktor Frankl a través de una analogía geométrica formula dos leyes de las dimensiones del hombre.

Primera ley: *La contradicción de los fenómenos psicofísicos no le hace mella a la unidad de la realidad.* O desde otro punto de vista: un solo e idéntico fenómeno proyectado fuera de sus dimensiones en otras dimensiones inferiores a la suya da origen a figuras diversas netamente contrastantes entre ellas. Ejemplo: la ansiedad desde el punto de vista biológico será sólo un trastorno de la química del organismo y desde el punto de vista psicológico sólo un trauma inconsciente no elaborado, pero con estas consideraciones habremos perdido la realidad de ese hombre y su ansiedad, realidad que trasciende en buena medida la bioquímica y la dinámica psicológica. Una buena imagen vale más que mil palabras; entonces para explicar lo antedicho vemos este mismo cuerpo geométrico que en el plano que es bidimensional proyecta distintas formas.



⁹ Extractado de "Apuntes de Logoterapia" de Roberto Almada.

Segunda ley: "Diferentes fenómenos proyectados fuera de la propia dimensión dan origen a figuras que aparecen iguales".



Para explicar esta segunda ley, Viktor Frankl sugiere el ejemplo de Dostoevskij y de Bernadette Soubirous. Proyectándolos en el plano psicológico el psiquiatra verá necesariamente en Dostoevskij solo un epiléptico y en Bernadette una histérica con alucinaciones visuales. No hay nada más para ver desde el punto de vista psiquiátrico. Ese ámbito no recoge la apreciación artística de uno y mucho menos la vivencia religiosa de la otra. En el plano psiquiátrico todo fenómeno queda como ambiguo al menos que se deje vislumbrar algo que pueda estar por arriba o por debajo del mismo modo que no es posible reconocer si es un cono, un cilindro o una esfera que proyectan la misma forma circular que se ve.

Por lo tanto, la unidad del hombre es una unidad a pesar de la multiplicidad de cuerpo y psique y no puede encontrarse la unidad en la dimensión biológica o psicológica sino que debe buscarse en la dimensión noética o espiritual. Por otro lado, un sistema cerrado de reflejos psicológicos o de reacciones psicológicas no está en contraste con la humanidad del hombre. El cerrarse de las dimensiones inferiores no contrasta con la apertura de la dimensión superior. Es decir, no estamos negando las leyes biológicas ni las leyes psicológicas. Esta visión trajo una cierta confusión y perplejidad en ámbitos científicos y teológicos sobretudo por el uso del término 'espiritual'. Para Frankl la palabra espiritual indica sobretudo una dimensión antropológica sin que tenga necesariamente

que ver con lo religioso. Noético significa la parte más interna del hombre: Su sí mismo. Aquello que Cartesio llamó el *sum*, Tomás de Aquino *alma* y para los existencialistas el *yo en relación yo-tú*.

Elizabeth Lukas aclara con respecto a la idea de las tres dimensiones, *"no es una teoría de los tres estratos, porque las dimensiones penetran perfectamente unas a otras, así como largo, ancho y alto se imbrican recíprocamente. No se podría afirmar, por ejemplo, que la dimensión espacial 'ancho' comienza donde la dimensión espacial 'largo' acaba. Así es también en la ontología dimensional: en cada parte del ser humano se tocan unas a otras todas las tres dimensiones. Frankl habla de la unidad a pesar de la variedad"*.

ANEXO N°2: LOGOTEST (Elizabeth Lukas)¹⁰

Primera parte:

Lea las siguientes afirmaciones. Si hay entre ellas algo que coincida con su persona hasta tal punto que podría provenir de Ud. mismo, escriba SI. Si encuentra algunas que son exactamente lo contrario de su propia opinión, escriba NO. Puede dejar libre el casillero si le cuesta decidirse.

1. Si soy sincero, prefiero una vida agradable, pacífica, sin grandes dificultades con lo necesario para vivir.
2. Sé bien lo que quisiera llegar a ser y en qué me gustaría triunfar y trato con todas mis fuerzas de concretar estas ideas.
3. Me siento bien en mi hogar, en mi familia, y quisiera hacer todo lo posible por procurarles bienestar a mis hijos.
4. En mi trabajo profesional (u ocupación profesional), que realizo en la actualidad o para el que me estoy preparando, encuentro mi realización.
5. Tengo compromisos y relaciones con una o más personas, el cumplimiento de los cuales me da satisfacción.
6. Hay algo que me interesa notablemente sobre el que quisiera aprender cada vez más y del cual me ocupo cuando tengo tiempo.
7. Gozo con experiencias de determinada clase (placer en el arte, contemplación de la naturaleza) y no quisiera verme privado de ellas.
8. Tengo una convicción religiosa o política (o una misión de servicio) y me pongo a su disposición.
9. Mi vida se halla oscurecida por la necesidad, la preocupación por algo, pero me estoy esforzando por mejorar esta situación.

Segunda Parte:

¹⁰ Este test está presentado y explicado en el último capítulo de *La voluntad de Sentido de Viktor E. Frankl*.

Marque por favor, con que frecuencia está teniendo las siguientes experiencias y trate de ser sincero. (Escriba al final de cada frase **AM**= a menudo; **DVC**= de vez en cuando; **N**= nunca.)

1. Tiene sentimientos de rabia porque pensó que todo lo que realizó hasta ahora fue inútil. ____
2. El deseo de volver a ser niño y comenzar de nuevo. _____
3. Ha observado que trata de hacer su vida más llena de contenido de lo que realmente es para sí mismo. _____
4. El rechazo a meterse en pensamientos profundos y eventualmente incómodos sobre su actitud. _____
5. La esperanza de transformar en un hecho positivo un propósito fallido o una desgracia, poniendo todo su esfuerzo. ____
6. Un impulso de desasosiego que se apodera de Ud. sin nada que lo justifique y que atrae una torturante falta de interés en todo lo que se le brinda. _____
7. El pensamiento de que, ante la muerte, tendría que admitir que no valió la pena vivir.

Tercera Parte:

1. Le presento tres casos:

a) Un hombre (o mujer) tiene mucho éxito en su vida. Aquello que siempre deseaba no lo pudo lograr, en cambio, con el tiempo, se procuró una buena posición y puede esperar un futuro sin sobresaltos.

b) Un hombre (o mujer) se empeñó en una tarea que eligió como meta. A pesar de constantes fracasos todavía se aferra a ella. Por esa misma causa ha debido renunciar a muchas cosas y ha logrado muy poco beneficio en lo que se propuso.

c) Un hombre (o mujer) logró sellar compromisos entre sus inclinaciones y las circunstancias que lo coaccionaban. Cumple con sus obligaciones mansamente, aunque sin gusto, pero mientras tanto, cuando es posible se dedica a sus ambiciones privadas.

2. Le pregunto sobre los tres casos:

Cuál de estos hombres/mujeres es más feliz?

Cuál de estos hombres/mujeres sufre más?

3. Describa su propio caso en pocas frases, poniendo lo que siempre ha buscado, lo que alcanzó y que actitud tiene ante ello.

ANEXO Nº 3: Joyas en el basurero¹¹

Higinio, viejo y noble amigo. Escucha:

El manicomio es el basurero en el que la sociedad arrincona a los que, como tú, parecen inservibles para siempre.

Buscando bien, sabiendo mirar, a veces se encuentran joyas en el basurero. Fuiste una de ellas.

Nunca pudiste sospechar la gran influencia que has tenido en mi vida. Llegaste al sanatorio poco después que yo en un traslado desde otro hospital donde no pudieron curarte y te enviaban a uno de “crónicos”. No les gusta llamarlo de “incurables”.

¡Pobre Higinio ! En las primeras semanas eras una “curiosidad clínica”, que debía mostrar a los estudiantes de Medicina que acudían a hacer prácticas, por si no tenían posibilidad de estudiar otro caso similar.

Esa mirada tuya, transparente y limpia de hombre sin doblez e ilusionado, estaba fija, inexpresiva, vidriada como la de las figuras de los museos de cera. En realidad de personaje secundario del museo, sólo útil para completar la escena, pues representabas a un campesino zafio Entre paleta de Gila o “isidro” de comedia de Arniches. Abarcas hechas con trozos de neumático desechado, el pande pana sujeto con una soga, la camisa sin cuello. Sobre el tuyo corto y ancho, la cabeza hírsu-adura mellada, cejas casi juntas y la boina desteñida cder ata de mosca e quitabas ni para dormir.

¿Cómo podíamos sospechar que es corpachón tosco, deformado por el duro trabajo inclemente desde la niñez, escondía tal tesoro de belleza interior?. Ni siquiera hablabas, Higinio. Recuerda que había que vestirme, darte de comer, cucharada a cucharada, bocado a bocado... y tú masticando lentamente de forma mecánica, como una vaca, con expresión estúpida y los ojos inmóviles. ¡Compréndelo! no es culpa nuestra, nadie lo hubiese adivinado.

La revelación llegó repentinamente tras abandonar el hospital, con tu primera carta, en la que te disculpabas por no haber acudido a la consulta:

¹¹ Vajjejo-Nájera. *Concierto para instrumentos desafinados*.

“ENDE QUE NO FUI, HABRA UD PENSADO SOY DESAGRADECIDO, PERO ES LA VERDAD QUE NO ME LO QUITO DE ENTRE LAS MIENTES.

NO FUI POR LA RECOGIDA DE LA ACEITUNA, QUE AQUÍ EN EL PUEBLO ES AHORA LA FURIA DE ELLA.

LA ACEITUNA, NO SE SI VD. SABRÁ, ES DE DONDE SALE EL ACEITE Y ES UN FRUTO MUY HERMOSO...”

Lo sé, Higinio, lo sé. Es una maravilla. Tiene el ritmo melódico de una sonata barroca. Milagro verbal. Proeza literaria de alguien que nunca fue a la escuela.

Pastor desde los cinco años y bracero del campo en cuanto pudieron sostener la azada y manejar la hoz aquellas manos infantiles que en seguida crecieron y se deformaron. Todos lo reconocimos; bueno, los pocos que entonces trabajábamos en el hospital. Atónitos, en el despacho leíamos en voz alta una y otra vez esta poesía involuntaria. Repasábamos el papel amarillento y esponjoso, en el que había corrido la tinta verde con tu caligrafía casi ilegible. Pero ¿por qué os daba en los pueblos por usar tinta verde?

Vicente Gradillas, extremeño, insistía en que se trata de Castellano arcaico puro. Rubén Cobos, nicaragüense, comentó: “no sé si es Castellano puro, pero es asombroso» José Luis, optimista y un tanto farolero aseguró que él “ya se barruntaba algo”. Sor Adela, en silencio, asentía repetidamente movilizand o aquella gigantesca toca almidonada reliquia medieval que hacía a las hermanas pasar las puertas con la cabeza de perfil.

Sin saber por qué me puse triste y te juro que jamás Higinio, jamás he vuelto a sentirme superior ante alguien a quien el destino ha dado menos oportunidades. Ya lo dije, has influido mucho en mi vida.

Las primeras semanas seguías siendo una figura de cera. Nunca te interesó el nombre de la enfermedad que bloqueaba todas tus iniciativas: Esquizofrenia catatónica. De la variedad que tiene un síndrome llamado “flexibilidad cérea”, porque el cuerpo, los brazos, las piernas, las manos, todo opone una resistencia pasiva, como de cera, a las posturas en que se intenta colocar. Luego queda así inmovilizado, tal como se moldeó, hasta que otra persona altera la posición de la estatua viviente.

Esta forma de la catatonía es una rareza, por eso había que mostrarte a los estudiantes. Reconocerás que siempre tenía buen cuidado de advertirles antes de llegar a ti, que aunque no reaccionabas perceptiblemente a nada te enterabas de todo, y que por tanto debían tener mucho esmero en no herir tu sensibilidad con ningún comentario.

No es grato sentirse colocado en una postura rara, artificial, con cada dedo en una dirección y una pierna en el aire para que comprueben que permaneces así. Luego había que demostrarles que en esa enfermedad con abolición de toda motilidad voluntaria no hay sin embargo una parálisis, pues se conserva la motilidad automática, la que se tiene instintivamente cuando uno pierde el equilibrio y va a caer. Por eso sentado en una silla, traicioneramente tirábamos de ella hacia atrás, y extendías repentinamente los brazos y las piernas, como hacemos todos por reflejo en situación similar. Luego tornabas a quedar inmóvil, congelado.

De acuerdo, es triste, y si quieres humillante; pero ¡compréndelo, Higinio!, tienen que aprender. Sólo así conocerán esta enfermedad, para el día de mañana curar a otros enfermos iguales. Si nosotros no hubiésemos estudiado años atrás otras víctimas de tu enfermedad, no te habríamos podido curar. Y te curamos, Higinio, te curamos. Y ellos curan ahora a otros enfermos que sufren lo mismo que padecías tú.

Los años cincuenta fueron los del gran avance práctico de la Psiquiatría. Cada pocos meses salía un nuevo medicamento dando esperanza a enfermos antes incurables. Una de estas medicinas te salvó de perpetuar el amargo destino al que parecías condenado.

“Fíjense en que adopta pasivamente, Y luego mantiene las flexiones que impongo a sus dedos.” Mis manos parecían una frágil miniatura entre las tuyas gigantescas y nudosas, como sarmientos de vid. Era febrero. La escarcha brillaba al sol invernal y embellecía el patio cuando ocurrió el milagro. Tu mano, en lugar de la resistencia pasiva cediendo pausadamente a la presión, apretó la mía. Miré tus ojos y por primera vez tenían expresión; los labios temblorosos dejaron salir las primeras palabras musitadas: “Tengo... tengo miedo.”

Todo fue muy rápido. En pocos días transformado en otra persona, en una persona, pedías lo que nunca habías querido interrumpir: trabajar.

Es muy fácil decir ahora que debíamos haber intuido el torrente de poesía que brota de tu alma; al ver que en la huerta hacías los surcos amorosamente, enterrando las semillas como quien arropa un niño.

En el verano, al entregar una sandía o una berenjena, la boca abierta en sonrisa mellada y los ojos radiantes: “mire usted ¡qué cosa más bonita!”. Fíjate, no lo entendimos.

* * *

Higinio, llevas un mes completamente bien el tratamiento se puede seguir en casa: avisa a tu familia: “NO TENGO A NADIE”.

Te dimos una carta para el médico del pueblo, explicando cómo convenía seguir el tratamiento, y una palmada en la espalda. No mucho.

Viniste a consulta poco después de la primera carta, y meses más tarde llegó la segunda, en que contabas tus cuitas al regresar al hogar vacío: «EN LLEGANDO AL PUEBLO HUBE MUCHA SOLEDAD...»

Lo ocultaste hasta entonces, pues no gustabas agobiar a los demás con tus penas. Ahora podías decirlo porque las habías superado gracias al encuentro con una mujer como tú “...LA VI Y ME DIJE: POCO HE DE PODER O ME HE DE CASAR CON ESA...”.

Pudiste, Higinio, pudiste. No olvidaré la escena dos años después. Con el pretexto de una revisión aparecieron la mujer y el hijo de pocas semanas. Se te caía la baba al entregar el niño a cada una de las monjas. Aquel día bajó sor Carmen, la superiora. Por las cartas eras una celebridad: “Señor director, ha venido Higinio con la mujer y el niño.» También los médicos acudimos a veros. De aquel niño y aquella palpable felicidad nos sentíamos, cómo lo diría, dispensadores de gracia. “Mire doctor.” Tus manazas cogían al niño con tanto amor ¡como si fuese una semilla !

Pasaron los años. En el hospital fueron cambiando muchas cosas. Al fin la calefacción, que no disfrutaste. Nuevos pabellones, médicos, psicólogos, asistentes sociales, régimen abierto, dinámica de grupo, talleres, campos de deporte. Tantas novedades que no parecía el mismo. En realidad no lo era.

En la última visita te asombró que los vientos conciliares se llevasen por los aires las tocas centenarias de las Hermanas de la Caridad. El nuevo hábito, que parecía un uniforme, las tenía desconcertadas. Pese al funcional tocado seguían ladeando la cabeza al cruzar los obstáculos, al modo de los venados tras el desmogue, “esmogaos” dijiste riendo. En pocos meses se consolaron Higinio, empezaron a encontrar ventajas: es mejor para el autobús.

Tu precaria economía de temporero sufría con el viaje anual, y quedamos en aconsejarte por correspondencia a través del médico del pueblo, “Don León”, un hombre bueno y comprensivo. ¡Cuánto hubiésemos dado por que fuese distinta aquella carta!:

Estimados compañeros:

Dado el interés que siempre mostraron por Higinio Sánchez, lamento comunicarles que falleció ayer en el vuelco de un tractor. La muerte fue instantánea, nada se pudo hacer.

Deja mujer y cuatro hijos en el más completo desamparo...

Datos sobre la Autora:

Marcela Arocena Ponce de León

Currículum abreviado

- Licenciada en Psicología, Universidad Católica.
- Posgrado en Psicología Educacional
- Psicóloga del Colegio “San José”
- Psicóloga Clínica
- Logoterapeuta
- Ha participado en Congresos de Logoterapia en Argentina y Uruguay
- Psicóloga del CAIF (Centro de Atención a la Infancia y a la Familia) “Nuestra Señora de Luxemburgo”
- Miembro fundadora del Centro de Logoterapia y Análisis Existencial
- Casada, dos hijas.

Tel: 481.3237 /Cel: 094.406692

E-mail: marcela@logoterapia.com.uy

Web site: www.logoterapia.com.uy