

# **ESPIRITUALIDAD Y LOGOTERAPIA**

## **Presenta**

Rychard Zuluaga Vinasco

Monografía para optar al título de Especialista en Psicopatología y Estructuras clínicas

Psicólogo Fundación Universitaria María Cano

## **Asesora**

Jennifer Ortiz Vanegas

Magister en Ciencias Sociales

Universidad de Antioquia

Facultad de Ciencias Sociales y Humanas

Departamento de Psicología

Medellín

2020

## **Agradecimientos**

A mis padres, hermano, esposa e hija, quienes siempre, acompañando mis travesías, me demuestran el valor de la actitud para saber esperar y confiar en que siempre algo bueno resultará de lo vivido.

A los profesores conocidos durante esta especialización, pues con sus enseñanzas me permitieron continuar abriendo camino en el intento de comprender, un poco más, la condición humana desde una perspectiva profesional, pero aún más personal, propia. Resalto el trabajo de mi asesora, Jennifer Ortiz Vanegas, quien, con su disposición para guiar, contemplar e interrogar mi trabajo de investigación, deja la inquietud en mí de que siempre la transformación de sí mismo será principio para alcanzar grandes logros.

## Contenido

<b>Resumen</b>	4
<b>Introducción</b>	5
<b>Planteamiento del Problema</b>	7
<b>Justificación</b>	19
<b>Objetivos</b>	21
<b>General</b>	21
<b>Específicos</b>	21
<b>Marco conceptual</b>	22
<b>Metodología</b>	24
1. Enfoque y diseño metodológico	24
2. Estrategia metodológica	24
3. Unidad de análisis	25
4. Población y muestra (cuando son documentos)	25
4.1. Criterios de selección cuando se trata de estudios bibliográficos tipo Estado del Arte.	25
5. Técnicas de recolección de datos	26
6. Técnicas de análisis de datos	26
7. Descripción de las fases metodológicas	27
<b>Capítulo 1</b>	29
<b>Espiritualidad</b>	29
<b>Capítulo 2</b>	46
<b>Logoterapia</b>	46
<b>Capítulo 3</b>	61
<b>Espiritualidad Y Logoterapia</b>	61
<b>Conclusiones</b>	76
<b>Recomendaciones</b>	81
<b>Referencias</b>	82

## Resumen

El presente trabajo busca comprender el fenómeno de la espiritualidad desde la Logoterapia, haciendo análisis de la búsqueda de sentido por la que se inclina la Logoterapia, como un ejercicio espiritual, pues en esta práctica psicoterapéutica, para hallar el sentido (Logos-espíritu) de la vida, se vive un proceso de cambio, de transformación subjetiva. Proceso que define a la espiritualidad desde perspectivas filosóficas, como toda búsqueda, acto o práctica que permita la transformación de sí mismo. Esto en relación con la noción de *ascesis* enmarcada antiguamente en la filosofía.

**Palabras clave:** Espiritualidad – Logoterapia – Alma – Espíritu – Ascesis.

## Abstract

The present work seeks to understand the phenomenon of spirituality from Logotherapy, analyzing the search for meaning towards which Logotherapy is inclined, as a spiritual exercise, since in this psychotherapeutic practice, to find the meaning (Logos-spirit) of life, there is a process of change, of subjective transformation. Process that defines spirituality from philosophical perspectives, as any search, act or practice that allows the transformation of itself. This in relation to the notion of asceticism formerly framed in philosophy.

**Keywords:** Spirituality - Logotherapy - Soul - Spirit - Asceticism.

## Introducción

Pensar en los objetivos de la psicología, especialmente en áreas como la psicología clínica y la psicoterapia, entre los que se busca el bienestar de las personas, ya sea por el alivio o tratamiento del sufrimiento y el malestar que desencadenan algunos trastornos mentales, pone en cuestión cuál es el objeto de estudio de estas y el cómo lograrlo. Descubriéndose que se marcan diferencias, al saber, que cada escuela psicológica fundamenta su trabajo en su modo de concebir al hombre.

Así, la *Logoterapia*, escuela vienesa de psicoterapia, plantea su búsqueda de bienestar humano bajo la idea de que el hombre se compone de una dimensión espiritual, trascendiendo todo discurso que busque el abordaje del hombre por aspectos psicofísicos. Haciendo importante el concebir una realidad subjetiva, que debe ser atendida si se desea lograr el bienestar que en gran medida es, en sí mismo, subjetivo, esta necesidad direcciona en la búsqueda de un sentido de vida que garantiza el alivio a algunas alteraciones mentales como la depresión, la ansiedad, o lo que Frankl llamó neurosis noógenas.

Por otra parte, el término *espiritualidad*, entre algunas definiciones, como la del diccionario conciso de Psicología de la APA (2010), se entiende como “interés por o sensibilidad hacia las cosas del Espíritu o el Alma”, relacionándose con el objeto de estudio plasmado en las raíces de la psicología, especialmente con la dimensión sobre la cual propone la Logoterapia trabajar. Y que aún puede permanecer ligado a esta por la intención de entender y buscar el bienestar humano, pues en un lenguaje común y poco escudriñado en campos científicos, se entiende como una herramienta por la cual el hombre alcanza el tan anhelado bienestar existencial.

Así, este trabajo se propone indagar la relación entre el ejercicio psicoterapéutico, desde la Logoterapia, con la espiritualidad, en el intento de estas de lograr la complacencia, la salud mental, la felicidad, el alivio, siendo el camino la atención de una realidad que acontece en la dimensión subjetiva humana, y que confluye en el cuidado de sí y la búsqueda de sentido de la vida.

Por tanto, la presente investigación permite una reflexión frente al propósito de la existencia humana, tema que ha sido cuestión de estudio desde distintas perspectivas: filosófica, psicológica, vivencial, espiritual, mística, etc. La filosofía, como puerta de acceso a un modo de saber, parece que posiciona al hombre como un individuo que ha de responder a los interrogantes del por qué y para qué está en este mundo. Así, a lo largo del tiempo, solo queda demostrado que el hombre, en su intento de hacer significativa su vida, se ha sumergido en las profundas aguas del autoconocimiento con el objetivo incluso de construir algo de sí, lo que implica, fundamentalmente, la transformación de sí.

Surgiendo entonces la pregunta ¿Cómo se vive la espiritualidad desde la Logoterapia?, y encontrándose respuesta por medio de esta investigación documental, cualitativa y con enfoque hermenéutico, que se hizo con fuentes primarias y secundarias de documentos de corte filosófico y psicológico. Constituyéndose como capítulos de esta elaboración investigativa, las categorías de Espiritualidad, Logoterapia y la relación entre ambas.

## Planteamiento del Problema

La pregunta que incita a esta investigación surge de la relación que puede tener la espiritualidad con la psicología en la búsqueda de bienestar del hombre, especialmente en campos de aplicación como la psicoterapia. Sin embargo, es un planteamiento que entra en conflicto, toda vez que hay confusión en la definición de ambos términos, sumado a una aparente dificultad en el intento de relacionarlos, pues desde la modernidad ha habido una exclusión marcada de la espiritualidad, porque puede ir en detrimento del estatus de cientificidad de la psicología.

Por ejemplo, dice Ruch (1974) que la palabra psicología significa *ciencia de la mente o el alma*, pero se limita a una definición que no es objetiva, dejando sin explicar qué es la mente o el alma, por tanto, la psicología se ha definido como *la ciencia de la conducta de los organismos*, entendiéndose la conducta como toda actividad o proceso observable en la acción, constituida ésta por pensamientos y reacciones emotivas. En investigaciones como la de Arana, Meilán, y Pérez (2006), se entiende que históricamente en el intento de definir la psicología “fundamentalmente se ha pasado del estudio del alma a estudiar la mente (conciencia), la conducta, los procesos mentales y, en los últimos tiempos, se reclama el estudio de la actividad humana” (p.132).

Entretanto, la psicoterapia, según Gómez (2010), aunque en antaño se concebía como tratamiento del alma o lo psíquico, por su relación con la religión, la filosofía y la magia, es una práctica que, enmarcada en la psicología clínica, busca tratar la enfermedad mental, fundamentándose en la explicación etiológica que, sobre la enfermedad, tenga cada escuela psicológica, como la cognitiva, el humanismo, entre otras, apreciándose la existencia de

diferentes teorías que hacen menester la búsqueda de un factor en común que permita entender el vínculo entre la noción de espiritualidad con la psicología. A causa de lo anterior, se remite a la relación de la psicología con la Filosofía, la cual, siendo la “forma de pensamiento que se plantea la cuestión de cuáles son las mediaciones que permiten al sujeto tener acceso a la verdad” (Foucault, 1994, p.38), busca entender al hombre en su condición humana, abordándolo en torno a la noción de alma (*Psyché*).

Así, para plantear la relación de la psicología con la espiritualidad será útil referir a dos vertientes que se pueden identificar en la psicología, una epistémica y otra ascética, vertientes que responden a dos propósitos distintos en el abordaje del alma. Entendiéndose la ascesis como ese *saber* del alma, virtud por la que el hombre se transforma, se purifica y se hace poseedor de un conocimiento sobre sí, que lo lleva a actuar con mesura, benevolencia... conocimiento del que hablaba Sócrates, como aquel al que no se podía incursionar por la enseñanza de otro; mientras que la perspectiva epistémica construye un saber formalizado sobre el alma, producto de la reflexión en la búsqueda de cómo llegar a ser virtuoso (Lopera, 2006).

Lo anterior, indica Lopera (2006), en la época de los filósofos antiguos se enmarca en la inquietud por cómo alcanzar la vida buena o la felicidad (*eudaimonía*), lo que solo era posible a través del camino de la virtud, en el que la filosofía Aristotélica, Epicúrea, dejan claridad en su postulado de que, saber sobre el alma, sobre sí mismo, no sería factible sólo por la “lectura” de un conjunto de ideas organizadas (episteme) en torno a la definición de la virtud, sino que además se debía experimentar ese conocimiento en cada acto de la cotidianidad, y esto conlleva a la permanente transformación del alma en el intento de vivir bajo la mejor condición posible ante la adversidad existencial, este proceso para conocer, por su complejidad, debió concebirse



para algunos como una capacidad o gracia otorgada por una divinidad. Tal es así que durante la Edad Media personajes como San Agustín, Santo Tomas, pensaban que conocer a Dios solo era posible por el saber que se tuviese sobre la propia alma.

A causa de ello, parece formarse una *psicología ascética* que, según Lopera (2006), más que el estudio del alma, sujeta todo saber del alma a los cambios en los que se ve inmerso el hombre, al dominarse o conocerse a sí mismo en el camino de un actuar ético, que le permita enfrentar la realidad de este mundo, idea basada en la definición de *ascesis* desde una postura estoica, que se fundamenta en el logro de la transformación de sí mismo por el acceso a la verdad, una verdad en todo caso subjetiva. Pero luego con la incursión del método científico en la época moderna, originado en los trabajos de Descartes, Galileo y otros, parece que el objeto de la psicología cambia, debido a la inmaterialidad del alma, su inaccesibilidad para hacer observación y por ende deducir leyes sobre ésta (Lopera, Manrique, Zuluaga y Ortiz, 2010), surgiendo una *psicología epistémica*, soportada en su intención de sistematizar saberes no experienciales sino racionales, que a su vez facultarán para la construcción de un conocimiento objetivo sobre el alma (Lopera, 2006).

Es así como parece darse el deseo de hacer de la psicología una ciencia, pues por ser inobservable el alma, se debía estudiar o investigar algún aspecto de ésta que fuese accesible por medio de algún método científico, como los propuestos por Galileo, Newton, Copérnico... Pero en la contemporaneidad (siglo XVIII), mediante personajes como Dilthey, se reconoce en el estudio de la vida psíquica, la existencia de fenómenos que pueden prescindir de la investigación experimental (Lopera et al, 2010). Estos dilemas epistemológicos de la psicología generan inquietud en el intento de entender si el abordar en la psicología fenómenos como el

alma, puede beneficiar al hombre en su entendimiento sobre sí y, por tanto, producirle bienestar a través de la virtud.

En síntesis, hasta aquí, el abordaje epistémico consiste en conocer, estudiar, investigar y entender el alma, obteniendo así unas teorías generales, sistemáticas, unívocas, verificables; en este propósito se enmarcan todas aquellas escuelas psicológicas que denominamos epistémicas, justamente por su interés de construir una episteme (conocimiento sistemático) en torno al alma. Estas escuelas han privilegiado la pretensión de que la psicología se constituya como una ciencia, tomando como modelo la física y la química. Mientras tanto, en la vertiente ascética se privilegia el tratamiento del alma, más que la construcción de un saber sistemático sobre la misma. Así, el abordaje ascético, es decir, la transformación del alma, implica llevar a cabo ciertas prácticas, tales como la meditación, la introspección, el ayuno, la restricción de los placeres, ejercicios corporales, la danza, etc., para que tenga lugar dicha transformación.

En consecuencia, si bien es cierto que escuelas como la psicología conductista y la cognitiva, así como las principales agremiaciones de psicólogos en el mundo, en la carrera por alcanzar un estatus de ciencia, se han alejado del propósito ascético para cumplir con los estándares y el método experimental avalado por la ciencia moderna, también hay otras escuelas psicológicas que han privilegiado el propósito ascético, tales como el psicoanálisis, la psicología humanista y la psicología transpersonal. Independientemente del prestigio o del aval con el que cuenten unas y otras escuelas, es importante remarcar que ambos propósitos han subsistido en la psicología contemporánea y hacen parte de la psicología desde sus raíces.

También se puede encontrar una relación entre la idea que concibe la conducta, el comportamiento del individuo, como objeto de la psicología, con una base biológica ante

fundamentos neurobioquímicos que son abarcados en el campo de la salud (Lopera et al, 2010).

Frente a ello dice Barull (2000):

El objetivo fundamental de la psicología es contribuir a la salud humana, investigando en qué medida el comportamiento humano puede ser causa, directa o indirecta, del padecimiento de todo tipo de enfermedades y problemáticas que afectan a la salud del ser humano. Perseguir cualquier otro objetivo significa invadir las competencias de otras ciencias del comportamiento humano, abandonando las responsabilidades propias de la psicología.

En este contexto, según Nogueria (2015), por el hecho de que la psicología se interese en la enfermedad mental, basándose en los fundamentos de la medicina, se descuidó la exploración de aquellas peculiaridades subjetivas que benefician la vida de una persona, como la satisfacción, la esperanza, la felicidad. Esta articulación con un modelo médico puede verse reflejada en la intervención del diagnóstico psicopatológico a través de tratamientos farmacológicos, esto en la afirmación de la Federación Europea de Asociaciones de Psicólogos (EFPA, 2003) “nada impide reconocer la utilidad de ciertos psicofármacos con eficacia probada en determinados trastornos”. La inclinación por un tratamiento terapéutico sobre un cuerpo orgánico se distancia del concepto alma.

Por tanto, dentro de la psicología, la intervención psicoterapéutica como forma de tratamiento se ve inmersa en aspectos cuestionables, toda vez que se puede dudar de la noción de lo que se conoce como enfermedad mental, por ejemplo, según Augsburger (2004), “De ningún modo se trata de desconocer la importancia o la urgencia que puede revestir la patología, pero en el campo de la salud mental se presentan múltiples expresiones que indicando sufrimiento o malestar no pueden encuadrarse en la categoría de enfermedad” (p.78). Así,

parece que catalogar el sufrimiento como enfermedad puede derivar en tratamientos imprecisos y deshumanizantes.

Se añade que la psicología clínica, vinculada al campo de la salud al adherirse al diagnóstico y tratamiento de la enfermedad mental, con o sin base biológica (Rodríguez, 1998), y sin olvidarse de ser solo un campo disciplinar de la psicología, parece mostrar un conflicto, toda vez que pretende abordar su objeto de estudio en el hombre, pues o se inclina por aspectos relacionados con éste de manera fisiológica o reconsidera el lugar de lo subjetivo como naturaleza de tal objeto (Durán, Restrepo, Salazar, Sierra y Schnitter, 2007). Lo anterior con el presunto propósito de promover o proporcionar el bienestar psicológico en términos de salud.

Hecha esta observación, en el intento de abordar la conducta humana bajo parámetros científicos, se menciona la psicología cognitiva, con su propuesta de enmarcar el objeto de estudio en el concepto *mente*, reduciendo el comportamiento a una expresión de ésta, pues concibe los procesos mentales con base orgánica en la sustancia cerebral, para que sean cuantificables, medibles y observables, procesos que permiten al hombre captar, almacenar y utilizar tal información, lo que se traduce como un pensamiento que puede dirigir la acción, todo esto se compara con el funcionamiento de una computadora (Lopera et al, 2010). No obstante, dice Lopera et al. (2010) que la escasa información que define el concepto *mente* en la psicología cognitiva se debe probablemente a que no ha sido posible desligar este concepto de sus resonancias metafísicas o espirituales.

Ciertamente, por otro lado, la psicología se apoya en la teoría de escuelas como el psicoanálisis o el humanismo, en la cual la orientación humanista concibe al hombre como ser aprehendido por necesidades que deben ser satisfechas, incluyendo aquellas de tipo espiritual,

siendo por ejemplo la psicología humanista, aquella que “se ocupe de la subjetividad y la experiencia interna, de la persona como un todo” (Riveros, 2014, p.138).

Por tanto, ante la probable insatisfacción de las necesidades espirituales de que habla el humanismo, parece surgir el sufrimiento que perturba el sentimiento de sí mismo para con su mundo circundante, y que presuntamente le acarrea un sinnúmero de alteraciones cognoscitivas, conductuales y relacionales que se cree le llevan a enfermar, pues aunque Augsburger (2004), en su estudio considera que el dolor no equivale siempre a patología, alude también a sus fuentes consultadas (Berlinguer, 1994; Susser, 1970; Basaglia, 1972) la idea de que “si se atiende a la especificidad de los problemas de salud mental, la utilización del concepto de sufrimiento psíquico permite destacar y reconocer la dimensión subjetiva que constituye el proceso mismo de enfermar” (p.78).

Situación ante la que es necesario traer a colación la cuestión del *cuidado de sí mismo*, entendido en Foucault (1994) a través de prácticas que posibilitan el acceso a un conocimiento sobre sí, una verdad, así, la premisa de Delfos *conócete a ti mismo*, se homogeniza con el concepto *épiméleia/cura sui*, el cual determina el acto de que el hombre o sujeto se ocupe de sí mismo, acto manifiesto en una actitud, en un modo específico de enfrentarse al mundo, bajo un comportamiento particular y una forma de relacionarse con los demás. Dejando entrever la importancia de adoptar prácticas que apunten al abordaje del alma en aras de atender, de satisfacer necesidades de tipo espiritual o el sufrimiento que se puede dar como enfermedad.

Planteada esta cuestión, escuelas psicológicas como el humanismo, que en el marco de las psicologías ascéticas, para la que “más allá de la pregunta por el funcionamiento de lo psíquico y su modificación, lo que importa son las experiencias existenciales que pueden llegar

a transformar la vida de un sujeto en términos de la trascendencia” (Lopera, 2006, p.83), y que actuando en referencia al concepto de alma, llevan a pensar en la denominada espiritualidad, la cual, según Foucault (1994), hace referencia a esa búsqueda, prácticas y experiencias a través de las cuales el hombre genera cambios sobre sí mismo para acceder a la verdad, traducida en un saber sobre sí, este proceso de la contemplación y transformación de sí mismo se conoce como una *experiencia espiritual*, declara Foucault (1994) “la verdad es lo que ilumina al sujeto, lo que le proporciona la tranquilidad de espíritu” (p.38), lo que se formula como *medicina para el alma*. De forma similar señala Salgado (2014) que la espiritualidad puede ser un factor de alivio a muchos de los conflictos emocionales que se pueden experimentar.

Ante algunos de estos conflictos, en el marco de la psicología humanista y existencial se han propuesto algunos métodos psicoterapéuticos, entre los que se encuentra la Logoterapia, la cual se propone abordar aquellos fenómenos existenciales que le son específicos al hombre y que conciernen al reconocimiento de una realidad espiritual, esto es, una dimensión en la que el hombre se hace preguntas sobre sí mismo y el mundo que le rodea, con un propósito trascendente, el de encontrar sentido a la existencia (Frankl, 1990). Este contenido teórico en el que se basa la Logoterapia, en tanto propuesta psicoterapéutica, parece relacionarse con el término espiritualidad, en su intención de alcanzar el bienestar o la salud mental, interés que comparte además con la psicología clínica.

Ahora bien, se hace necesario que se tracen líneas de interés para la comprensión de lo que significa espiritualidad, y aún más si se relaciona esta con procesos terapéuticos, en su intención de promover el bienestar, la salud mental, pues por ejemplo González (2017) bajo su propuesta del Modelo Multidimensional de Conexión Espiritual (MMCE), el cual consiste en

abordar de forma teórica y práctica la conexión Intrapersonal, interpersonal y transpersonal del individuo, define la espiritualidad como aquella capacidad humana que incide sobre todos los aspectos de su vida, entre los que destacan variables de tipo moral o divino, además de ser un factor que da sentido a la vida misma. Lo que, además, permite cuestionarse si es posible dejar de lado esta dimensión espiritual y de igual manera alcanzar el bienestar, ya que parece que la espiritualidad, aunque proceso subjetivo, abarca una totalidad en la vida humana.

Así, definir el término de espiritualidad, según Krmpotic (2016), debe asociarse a las necesidades humanas de encontrarle un propósito, una especie de significado a la vida, el mantener una esperanza por la cual vivir y tener fe tanto en sí mismo, los semejantes y/o una deidad. Estas necesidades parecen relacionarse con un trabajo encadenado al alma humana, la cual se enfrenta a aparentes misterios, que recae en una existencia sin sentido por sí sola, pues según Cañón (2017), la espiritualidad es esa búsqueda de sentido enmarcada en un intento de responder interrogantes sobre nosotros mismos. Inclusive, Palacio (2015) afirma que “la espiritualidad es la puerta que moral y éticamente está abierta a las vías de la transformación, entendida esta como aquella apuesta que posibilita la significación de cada espíritu y la expansión de sus ideales” (p.461).

Por otro lado, Noguera (2015) en su investigación *la espiritualidad y su relación con el bienestar subjetivo y psicológico*, describe las perspectivas que tienen algunos autores (Piedmont,1999; Zinnbauer & Pargament, 2005; Seligman, 2003; Rivera-Ledesma y Montero, 2005) respecto a la dicotomía que existe en la comprensión de la espiritualidad como experiencia divina, dada su relación con la religión, o como algo más allá que ésta, toda vez que se enmarque en una experiencia de tipo personal que trasciende toda dimensión.

Nótese, además, que en estas acepciones se mezcla también una noción filosófica, que se enfrenta con la psicológica clínica en la necesidad, no de tratar una enfermedad o un órgano, sino aquella realidad que trasciende la materia misma, esa realidad que constituye el ser, pues dice Farías (2017) “el preguntar filosófico, es el ejercicio espiritual por excelencia, inquietud de sí antes que cualquier autoconocimiento” (p.263). Incitando a pensar si el ejercicio espiritual busca aportar al hombre un conocimiento que funcione como verdad y lo lleve a comprender y definir su existir. Por lo que se hace pertinente retomar en los fenómenos de salud mental en la actualidad, propuestas como la de Frankl (1990), de reconocer y abordar la problemática filosófica humana desde un campo clínico.

A saber, Frankl (referenciado en García, García y González, 2018) permite reconocer la concomitancia entre algunas psicopatologías y la falta de sentido, que traduce como un complejo de vacuidad, una sensación de vacío que se representa en forma de sufrimiento, donde se observa que cada persona intenta afanosamente en cada actividad de su cotidianidad la búsqueda de completud que lo pueda aliviar. En dicho contexto, el postulado de Frankl (1990) sobre el enfrentamiento a una *frustración existencial* cobra sentido, pues ésta se refleja en una tensión producto de la ausencia de un significado de la vida.

De hecho, debe señalarse que parece relacionarse el dolor y/o el sufrimiento con una noción espiritual, dados los sentimientos del hombre que representan tal sufrimiento, sea dolor, angustia, vacío, tristeza, desesperanza, entre otras, pues dice Burnet et al. (1990), es de este tipo de sentimientos de molestia de los cuales se le debe aliviar al alma. Este sufrimiento que adopta la forma de sentimiento puede representarse en una esfera espiritual, si de la subjetividad se habla, como dolor psíquico, en relación con esa *frustración existencial* en la que parecemos



carentes de un sentido vital. En consecuencia, se podría reconocer que una persona puede dar cuenta de su salud mental, de su bienestar o de su grado de felicidad de acuerdo con la respuesta que le otorgue a ese interrogante de cuál es el sentido de vivir (García, et al, 2018).

En este orden de ideas, se reconoce que muchos de los problemas psicológicos de la actualidad parecen germinar y sostenerse en algunos asuntos tan intrínsecos como la ansiedad por la felicidad y la negación del poder sentir malestar (Lúcar, 2010). Fenómenos que se proyectan como ese sufrimiento, sensación de dolor, adherente a ese mismo intento de alcanzar en la vida el permanente bienestar. De este modo, refiriéndonos a Baroja (citado en García, et al 2018) cuando dice “uno tiene la angustia, la desesperación de no saber qué hacer con la vida, de no tener un plan, de encontrarse perdido, sin brújula, sin luz adonde dirigirse. ¿Qué se hace con la vida? ¿Qué dirección se le da?” (p.148), parece surgir la necesidad de escudriñar en el consultante ese saber sobre sí que se atribuye a la noción de espiritualidad, toda vez que se ha de conferir un significado a la propia existencia, que posibilita al hombre, por la búsqueda de mejora constante de su vida, concebirse en su naturaleza trascendente (Palacio, 2015).

Entonces, hasta cierto punto, parece que el hombre sigue su vida con la necesidad de afrontar el sufrimiento, el cual, aunque se relacione en ocasiones con la enfermedad mental, el campo psicopatológico o con aspectos biológicos, parece que puede ser tratado desde otra dimensión, así lo dejan ver Rivera y Montero (2007) al manifestar que todo tipo de intervención clínica en el área de la salud mental podría valerse del acompañamiento espiritual. Y si se trata de la búsqueda de sentido que en ocasiones demanda de la orientación terapéutica, la Logoterapia se muestra como un camino, al concebir como aspiración específicamente humana la intención que el individuo tiene para con su propia vida (Frankl, 1991). De esta manera se

hace además necesario crear un punto de contacto entre la espiritualidad con el ejercicio terapéutico del psicólogo en la actualidad, toda vez que éste buscará tratar el sufrimiento y/o la enfermedad que aún se materializa en el presente, pues “si algo permanece invariable en la vida de las personas es la preocupación por el sufrimiento (y la felicidad) y la pregunta por el sentido de la vida” (García, et al, 2018, p.148).

Por consiguiente, se plantea la pregunta ¿Cómo se vive el fenómeno de la espiritualidad desde la Logoterapia?

## Justificación

La espiritualidad como concepto se ha visto inmerso en una variedad de significaciones que conllevan a la imprecisión de su definición. En este trabajo se pretende comprender la espiritualidad en el marco del modelo Logoterapéutico, dada su postura teórico-práctica frente a la dimensión espiritual humana.

Es más, se puede señalar que, en medio de las diferentes definiciones de espiritualidad, las cuales se vinculan con la religión, la religiosidad, una deidad o la búsqueda de sentido o trascendencia (Krmptic, 2016), se aprecia la necesidad de esclarecer la relación que el concepto de espiritualidad pueda tener con la intención de cura o alivio al sufrimiento que busca la Logoterapia, al abordar al hombre en su problemática espiritual (Frankl, 1984).

Problemática que parece representarse en “la aspiración humana por una existencia significativa y la frustración de este anhelo” (Frankl, 1991, p.104). La cual se asocia a la época actual, donde, como ejemplo, la depresión es una enfermedad que padece gran número de personas por fenómenos como la tensión que genera lo laboral, las largas horas de intento productivo, la perturbación que produce la inseguridad social, el temor a perder lo logrado, el deseo de seguir alcanzando, los medios tecnológicos que nos absorben... (Lagomarsino, Moraga, Cabezas y Estay, 2018). Y que permite cuestionar el propósito del individuo ante la probable “tentativa de ensordecir el vacío existencial” (Frank, 1990, p.90).

Por tanto, parece que, de acuerdo con García, et al. (2018) “la tarea central del terapeuta es ayudar a las personas a crear significados que permitan soportar el sufrimiento sin sucumbir ante él”. (p.159). Así, esta investigación posibilitará reconocer qué aporte puede tener la

espiritualidad, implícitamente relacionada con un modelo psicoterapéutico como la Logoterapia, para la psicología clínica, la psicoterapia y la existencia humana.

## **Objetivos**

### **General**

Comprender el fenómeno de la espiritualidad desde la Logoterapia.

### **Específicos**

Analizar algunas definiciones de espiritualidad en documentos de corte filosófico y psicológico.

Definir el concepto de Logoterapia.

Establecer la relación entre espiritualidad y Logoterapia.

Identificar los aportes del abordaje de la espiritualidad desde la Logoterapia para el bienestar del individuo.

## Marco conceptual

**Espiritualidad:** Ante la existencia de diversas definiciones del término, en este proyecto ésta será entendida como toda búsqueda, acto o práctica que permita la transformación de sí mismo, del ser, bajo la intención o pretensión de cuidar de sí mismo (Foucault, 1994). Esto en relación con la noción de *ascesis* enmarcada antiguamente en la filosofía como ese *saber* del alma, virtud por la que el hombre se transforma, se purifica y se hace poseedor de un conocimiento sobre sí, noción que, a su vez, da a reconocer la existencia, en la actualidad, de aquellas escuelas psicológicas que permiten nombrar *psicologías ascéticas* a aquellas que basan su trabajo, no en la construcción de un conocimiento sobre el alma, sino en el tratamiento que provee la transformación de ésta (Lopera, et al, 2010).

Se expone, además, la espiritualidad como la variable expresión de un mismo fenómeno que parte de la relación del individuo consigo mismo, los demás y lo trascendental de su existir, entre lo que se incluye un Dios, de forma teísta o deísta, y proporcional a su espacio sociocultural (González, 2017). Sin embargo, es importante tener presente que, aunque lo espiritual sea ligado a nociones religiosas no puede entenderse como ello, ya que lo religioso es tan solo una de las manifestaciones posibles de la espiritualidad (Rivera, Montero y Zabala, 2014).

**Psicoterapia:** Dentro de un contexto de intervención terapéutica, cabe señalar que podrá definirse, según Villegas (1991), como “el proceso de interrelación entre una persona calificada como psicoterapeuta y una o más personas que tienen la expectativa de lograr un mejor entendimiento y/o alivio de un malestar emocional” (p.165). No obstante, se infiere, como sostiene Gómez (2010), que aunque la psicoterapia ha sido concebida como un *tratamiento del*

*alma*, puede diferenciarse en sus métodos de intervención, de acuerdo a la formación del psicoterapeuta frente al concepto psicopatológico en campos como la psicología clínica.

**Logoterapia:** entendida como aquel modelo psicoterapéutico que según el mismo Frankl (1991) “se centra en el significado de la existencia humana, así como en la búsqueda de dicho sentido por parte del hombre” (p.100). Sentido o significado que parece puede resultar de la exploración, combinación y relación de algunas de las variables anteriormente mencionadas para lograr, bien sea la transformación de sí mismo, el encuentro con la verdad, el bienestar emocional o la salud mental.

## Metodología

### 1. Enfoque y diseño metodológico

Esta investigación tuvo un diseño cualitativo, el cual, según Galeano (2009), constituye una forma de poner la mirada en la realidad íntima y subjetiva de actores en función de su contexto, para construir un conocimiento influenciado por los *valores, percepciones y significados* que ellos mismos dan como sujetos sociales.

Desarrollada con un enfoque hermenéutico, el cual, de acuerdo con Vélez y Galeano (2002), pretende, por medio de la interpretación, de principio a fin de la investigación, dar respuesta a aquellos interrogantes que han formulado el problema planteado, siendo “el mejor procedimiento para encontrar la relación intrínseca entre lenguaje y comprensión y el fino tejido que les da sustento desde la relación dinámica entre historia, contexto y situación” (Vélez y Galeano, 2002, p.6).

### 2. Estrategia metodológica

Se llevó a cabo una investigación documental, la cual plantea Galeano (2004) como “momento obligado del proceso investigativo, independientemente de la perspectiva que se asuma” (p.113), pues configura la recopilación de antecedentes informativos sobre un tema, que para este caso, se obtuvieron en fuentes primarias y secundarias frente a los conceptos espiritualidad y Logoterapia, fundamentando el contraste de visiones o enfoques desde los diversos registros bibliográficos que, como indica Galeano (2004), pueden ser *entrevistados* por las preguntas que orientan el proyecto. Estas preguntas fueron ¿Qué significa la espiritualidad para algunos filósofos?, ¿Qué relación hay entre los conceptos alma, espíritu y



espiritualidad en la filosofía?, ¿Cómo concibe la Logoterapia lo espiritual?, ¿Cuál es el propósito de la Logoterapia?, ¿Cómo se relacionan la espiritualidad y la Logoterapia?

### 3. Unidad de análisis

Se tomaron como unidad de análisis documentos que, aunque como dice Erlandson (citado en Galeano, 2004) “incluyen prácticamente cualquier cosa existente previa a/y durante la investigación” (p.115), para este proyecto se eligieron aquellos escritos como libros físicos/digitales, trabajos de investigación, artículos, obtenidos de bases de datos como Dialnet, Scielo, Redalyc, y algunos Sistema de Biblioteca de Universidades, que abordan los conceptos de espiritualidad desde una perspectiva filosófica y psicológica, y la Logoterapia. Éstos fueron analizados e interpretados, buscando descubrir los significados de los temas abordados, pero conservando su singularidad (Martínez, 2011).

Por tanto, se tuvo presente aquella condición de los significados, de ser referentes lingüísticos utilizados por el hombre para aludir a definiciones, ideologías o estereotipos. Las cuales sin ser observables como los hechos o conductas también se describen e interpretan (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

### 4. Población y muestra (cuando son documentos)

4.1. Criterios de selección cuando se trata de estudios bibliográficos tipo Estado del Arte.

Textos tanto de fuentes primarias como secundarias, pertenecientes a áreas del conocimiento como la Filosofía, la Psicología, la Logoterapia.

Dentro del marco Filosófico y Psicológico se eligieron escritos con relación a los términos alma, espíritu, espiritualidad y Logoterapia.

La documentación encontrada no se vio limitada por fechas de escritura o publicación.

Textos traducidos al idioma español.

#### 5. Técnicas de recolección de datos

Se creó una matriz bibliográfica en Excel, de libros, artículos académicos y de revista, tesis, relacionados con el tema de espiritualidad y Logoterapia. Material encontrado en páginas web, motores de búsqueda en la red/bases de datos y repositorios académicos. Resaltando, de acuerdo con Galeano (2004), que para el muestreo, en la actualidad, el material electrónico facilita la localización y la consulta del material documental.

#### 6. Técnicas de análisis de datos

Se hizo una revisión y lectura cuidadosa y permanente de los documentos encontrados y condensados en la ficha de contenido en Excel, relacionándose fragmentos de escritura frente al tema tratado, que facilitarían la comprensión, dada la reducción de información. Acudiéndose, por tanto, al análisis de contenido, que Krippendorff (citado en Galeano, 2004), define como "técnica de investigación destinada a formular, a partir de ciertos datos, inferencias reproducibles y válidas que pueden aplicarse a un contexto" (p.125). En otras palabras, se construyó un *meta-texto* que, según Galeano (2004), es producto de la transformación a que da lugar la interpretación de un texto.

Así, se llevó a cabo la categorización de los conceptos alma, espíritu, espiritualidad y Logoterapia, lo cual facilitó la estructuración de datos que constituyeron una base en la construcción del conocimiento, por la clasificación de significados, que posteriormente fueron comparados y analizados con el fin de comprender datos, teorías, posturas e hipótesis por medio de los contrastes, diferencias y similitudes encontradas (Galeano, 2004, 2009).

## 7. Descripción de las fases metodológicas

Las siguientes fases no necesariamente conformaron una estructura secuencial, pues de acuerdo con Galeano (2004), en una investigación documental “el diseño proyectado deberá, por tanto, tener la característica de flexibilidad, para poder dar paso a diseños emergentes más acordes con las condiciones de la investigación” (p.117). Estas fases fueron tomadas del *Proceso metodológico en el análisis de contenido*, propuesto por Navarro y Díaz (citados en Galeano, 2004):

**Planeación y diseño:** Se realizó un rastreo e inventario de los diversos documentos, luego se creó una ficha de contenido con información sobre el tema de espiritualidad y Logoterapia, que permitiera establecer lo dicho sobre estos conceptos (Galeano, 2004). Esta documentación fue encontrada en escritos físicos y digitales.

**Revisión:** Se hizo la lectura del material bibliográfico, identificando criterios de relación con temas estudiados, cumpliendo el objetivo de responder aquellos interrogantes que han dirigido la investigación (Galeano, 2004).

Codificación y Categorización: Se creó una codificación que permitiera determinar la presencia y relación de unidades de registro, es decir, palabras o conceptos que sintetizaran un contenido, categorizando básicamente los conceptos de espiritualidad y Logoterapia.

Interpretación y Construcción: Se dispuso de toda aquella información que representara la relación existente entre los conceptos inferidos al tema de investigación, espiritualidad y Logoterapia, para lo que se construyó un resumen propiamente teórico, basado en la convalidación e interpretación de los datos, creando conexiones que dieran respuesta a la pregunta de investigación.

## Capítulo 1

### Espiritualidad

Entre las distintas acepciones que se puede encontrar de espiritualidad, pretendo mostrar algunas vertientes por las cuales este concepto se abre un camino a la contemplación de un sentido de vida y, en ocasiones, un misticismo que posibilita la existencia de un Dios como fuente de tal sentido, sin embargo, en ese caminar hacia una comprensión del término, nos iremos dando cuenta que, de acuerdo a la perspectiva de algunos campos del conocimiento, como la filosofía, la espiritualidad podrá tomar un rumbo que solo se da por la responsabilización del hombre para consigo mismo en su propia existencia.

Para ello comienzo por citar a Cañón (2017), quien en su artículo nos propone la espiritualidad como aquello que es parte de la condición humana, caracterizada por la intención de escrutar un sentido del que dotar la vida y, por ello, puede darse como algo que no necesariamente esté relacionado con la religión, ya que en muchas ocasiones este concepto es entendido como una forma de la religión. Por tanto, la espiritualidad, según él, es un *fenómeno natural* del que el hombre se ha de valer para encontrarse con un sentido y una verdad, necesarios ante la confrontación con eso enigmático de la vida misma, y que le otorga una luz que “posibilita percibir una nueva dimensión, la de lo desconocido, dirán unos, la del misterio, diremos nosotros, al que se reconoce como fuente de armonía, de paz, de belleza, de bien, de amor” (Cañón, 2017, p.617).

Este misterio, llamado como fuente, algunos lo relacionan con Dios, en la noción de que tal misterio es la realidad de Dios en sí misma, por lo que Cañón (2017) aclara que su

concepción de misterio es diferente a la de lo ignorado e incomprensible, lo que le permite entender la espiritualidad como aquella *dinámica de la fe*, ejercitada en lo más íntimo del individuo y exteriorizada en un actuar basado en el amor y el servicio, esto a su vez dará un sentido a la vida misma. Sin embargo, esto abre un camino que conlleva a la concepción de la espiritualidad derivada de una visión teísta, y que compromete a hablar de religiosidad, pues se reconoce la concomitancia de la interioridad con los movimientos religiosos, cuestión que se desarrolla en una segunda parte del mismo artículo citado en líneas anteriores.

Por otra parte, González (2017) aboga por la espiritualidad como una dimensión de la existencia humana por la que se puede alcanzar cierto grado de bienestar, para ello crea un modelo que fundamenta la espiritualidad como una herramienta para la salud mental y que fuera de un contexto religioso se puede abordar en la psicoterapia o la consejería profesional, práctica que, según él, se hace modelo de intervención terapéutica. De tal manera, la espiritualidad “es entendida como la facultad multidimensional de búsqueda de sentido, trascendencia y conexión en las relaciones con uno mismo, con las demás personas, con la naturaleza o lo sagrado; puede o no incluir enfoques teístas y religiosos” (González, 2017, p.59).

Esta definición permite reconocer que la espiritualidad se hace una cualidad humana que impulsa al encuentro con aquello que está más allá de nuestra naturaleza palpable, esto es, un sentido de vida que direcciona el modo de ser y estar con nosotros mismos y todo lo que nos rodea, y he aquí donde radica la importancia de apreciar que, dicha cualidad no necesariamente debe involucrar la creencia en un Dios como ser supremo y creador, o que estas creencias pertenezcan a una doctrina específica del modo de contemplar la existencia de un ser divino.

Otro aspecto es el que propone Palacio (2015), quien infiere una noción de espiritualidad metaforizada en un camino por el que el hombre transita en pro de cambios sobre su modo de ser en y para con el mundo, afirma que “la espiritualidad es la puerta que moral y éticamente está abierta a las vías de la transformación, entendida esta como aquella apuesta que posibilita la significación de cada espíritu y la expansión de sus ideales” (p.461). Basándose en esto hace un rastreo del significado que la palabra espiritualidad puede tener, para ello alude al cristianismo, para mostrar una acepción enmarcada en la elección de un modelo de vida basado en las lecciones de Jesús. Este impulso por vivir de tal forma es una fuerza producto del *espíritu*, el cual para autores como Estrada (citado en Palacio, 2015) es el espíritu de cristo, el cual puede emparejarse al espíritu de Dios en referencia a la religiosidad y la religión.

Pero fuera del contexto religioso, dice Palacio (2015), la espiritualidad es un camino que conlleva a la iluminación, al conocimiento de una verdad que propicia la superación, capacidad de ir más allá, aunque dirigida en ocasiones por una fuerza que es deidad. Por esto, Palacio (2015) pretende anclar la espiritualidad como “un singular que se ha vuelto plural” (p.465). Esta pluralidad se refleja en la relación con una fuerza divina, el espíritu santo, sopro vital, etc.

Así, se puede entender en este autor que, aunque espiritualidad es una palabra que deriva en muchos significados, no por eso se hace en sí misma una noción distinta, y esto lo comprueba al reconocer que no existen *espiritualidades*, sino un modo de superar los límites de la experiencia por el conocimiento y esto se denomina espiritualidad. A su vez, este modo de trascender depende de aquellos elementos, normas o reglas culturales.

Ahora bien, siguiendo líneas anteriores que faciliten encauzar un mismo sentido del concepto, en la búsqueda bibliográfica en un contexto psicológico, me permito citar el diccionario conciso de Psicología de la APA (2010), donde la espiritualidad se define como **1.** interés por o sensibilidad hacia las cosas del ESPÍRITU o el ALMA, sobre todo en contraposición a las cosas materiales. **2.** en términos más específicos, interés por Dios y sensibilidad hacia la experiencia religiosa, que puede incluir la práctica de una RELIGIÓN en particular, pero también puede existir sin dicha práctica. **3.** hecho o estado del ser incorpóreo.

Lo que hace necesario el abordaje de otro concepto, saberlo en su significado, y es el de *espíritu*, el cual, según el mismo diccionario, es: **1)** parte no física de una persona: características mentales, morales y emocionales que conforman el núcleo de la identidad de alguien; **2)** fuerza vital que, según se considera, anima los cuerpos de las criaturas vivientes, que en ocasiones se identifica con el alma y se considera que sobrevive a la muerte; **3)** ser inmaterial o supranatural, como sería una deidad; **4)** estado de ánimo, temperamento o disposición que caracteriza temporal o permanentemente a una persona.

Las anteriores, son definiciones que ponen de manifiesto diversas acepciones que trataré de hacer confluir en la presente investigación, para ello resalto la relación con el *alma*. Por lo tanto, entender la espiritualidad, basándome en lo expresado en párrafos anteriores, implica hacer hincapié en algunos vocablos que acompañan al concepto espiritualidad.

Ciertamente, hablar de espiritualidad es un tema que conlleva a pensar en aspectos que pueden ligarse a una noción de intangibilidad, inmaterialidad, esto es, en términos comunes, pensar en la existencia de alguna sustancia que, de cierta forma, pueda tener relación con algo que va más allá de lo visto en la materia. Por ejemplo, la real academia española define



espiritualidad como “naturaleza y condición de espiritual, obra o cosa espiritual”, a su vez da al concepto *espiritual* el significado de aquello “perteneciente o relativo al espíritu”, lo que deriva en la necesidad, para comprender tal definición, de tener claridad frente a qué es el espíritu. Así mismo, define el *espíritu* como “Alma racional”, de lo que se deduce que los conceptos espíritu y alma son elementos fundamentales para entender la espiritualidad, pero entonces ¿qué es alma y que es espíritu?

Tomando el libro de Lopera, Manrique, Zuluaga y Ortiz (2010), éstos son términos que de una u otra forma tienen relación, bien sea para patentarse su similitud o ya sea para describir algún factor diferenciador. Etimológicamente se refiere, en el pensamiento griego, a la similitud que se da entre los términos *psyché* (*alma*), *nous* y *pneuma* (*espíritu*), entendidos como *soplo*, *fuego*, *principio o aliento vital*, *principio inmaterial o intelecto*, entre otros. Sin embargo, Lopera, et al (2010), al referenciar la real academia española, describe que *psyché* (*alma*) se concibe como ese principio de vida hecho realidad orgánica, afectiva-emotiva y materializada en la condición humana. Y por otra parte, que *nous* es un principio pensante y *pneuma* es un aliento racional, que en el estoicismo se refiere a algo inmaterial que informa y ordena el universo.

De aquí que, para autores como Jung (citado en Lopera, et al, 2010), exista un factor que conlleva a la diferenciación, y es la definición de *alma* y *espíritu* en términos de materialidad e inmaterialidad respectivamente, pues se entiende el *espíritu* como una forma distinta a la materia corporal, de modo que, representándose en acepciones filosóficas y teológicas, el *espíritu* se define como una realidad superior que contiene al ser y a la acción, como expresión que accede al conocimiento, trascendiendo en modo alguno lo vital, lo que le

caracteriza como inmaterial, y que se entiende como aquel *principio pensante, universal* denominado la “*razón cósmica*” que ordena el universo. Así, el *espíritu*, emparentado al término griego *Logos*, es un principio articulante, manifestado en todos los niveles de existencia, no material, pero que no *es* sin la materia, dicho de otro modo, el espíritu es inmaterial, pero se expresa en la materia.

Este *Logos*, Heráclito lo define como razón universal que tiende a ordenar lo existente. En esa acción de regir y ordenar, el *Logos* se concibe como una tendencia originaria, que articula elementos entre sí y de esa manera da paso a la creación de nuevos seres. Por lo que Lopera et al (2010) lo llama *el poder creativo*, que mediante la articulación de elementos da inicio a todo lo existente, desde partículas, átomos, moléculas, hasta células y todas las formas de vida existentes. En otras palabras, es aquella tendencia, fuerza, poder motor y creador de todo lo que hay, entendido a su vez como aquella inteligencia universal que de manera articulante organiza el cosmos, por ejemplo, en el cristianismo se entiende como el Dios creador del universo. En suma, es el espíritu manifiesto como principio articulador, es la acción misma de articular, esto es, la tendencia a la interacción entre los distintos elementos existentes.

Luego, entonces, según Lopera et al (2010), el espíritu, entendido como tendencia que articula y que necesita de la materia para expresarse, da a comprender el alma como materia (organismo humano) informada por la cultura (el espíritu), el resultado es un compuesto mismo de la inteligencia creadora y organizadora (espíritu), manifiesta en un organismo humano. Es decir, el *alma* es aquella realidad que emerge como producto de un proceso dado entre lo biológico y la cultura, las leyes organizadoras del orden social, producto estas últimas del nivel más alto de articulación del espíritu, el lenguaje.

Por consiguiente, el alma se convierte entonces en una forma del espíritu hecha condición humana, es una producción del espíritu cuando éste, entendido como la cultura, se ha encarnado en un organismo, el cual, a su vez, está sujeto a un medio cultural, así, argumenta Lopera et al (2010), *alma (psyché)* es el *espíritu encarnado*. De allí que el organismo devenga cuerpo, el cual al morir desaparece también el alma, pues son lo mismo, en ese mismo sentido, dice Ramírez (citado en Lopera et al, 2010), si el alma es espíritu encarnado, el cuerpo es carne culturizada, organizada, articulada al y por el espíritu.

Ahora bien, no pretendo con estas citas dejar atrás el concepto que atañe a este capítulo, la espiritualidad, pero para dar cumplimiento a los objetivos planteados en esta investigación he de definir la relación de espiritualidad con espíritu y éste con el alma, para ello, me valgo de Lopera y otros (2010), quienes plantean aquellas categorías que han de permitir comprender la cuestión alma-cuerpo que se viene tratando en párrafos anteriores, para ello prosigamos.

Ante el interrogante de si el alma y el cuerpo son lo mismo o no, desde conceptos filosóficos hasta las teorías científicas contemporáneas se encuentran diversas posturas. En el contexto del *monismo* se considera la existencia de una sola realidad, bien sea el cuerpo (la realidad material o sustancia extensa) o el alma (realidad espiritual, inmaterial o sustancia pensante), ante tal planteamiento surgen dos vertientes: una perspectiva propone la vida psíquica como la única realidad existente, y que la materia o el cuerpo tan solo son representación suya, que se da bien sea en nuestra mente o en la mente de Dios, esto es conocido como un *monismo idealista o espiritualista*.

No obstante, deriva en una negación de un conocimiento objetivo, que implica no concebir la materia como una realidad que existe por sí misma y que hasta puede transformarse, como cuando un cuerpo pasa de un estado a otro. Este monismo idealista deja ciertas dudas, pues no ha sido deducible el por qué se pueden generalizar realidades representadas de forma similar en una gran mayoría de seres humanos si fuese la realidad subjetiva la que dominase la percepción de un mundo circundante.

Por otra parte, está la consideración del cuerpo o la materia como la única realidad existente, pues lo que se considera alma, espíritu, mente o consciencia, expresada en sentimientos, creencias o pensamientos, no son más que actividades representativas del cuerpo, por tanto, se define como *monismo materialista*. Orientación que propone como objeto de estudio entonces lo orgánico, que alude a una noción biológica, que investiga lo tangible, pues lo concibe como un principio originario. Éste argumento, a su vez, se subdivide en dos posturas, una *reduccionista* y otra *emergentista*.

Así, la propuesta *reduccionista* plantea todos los procesos psíquicos (el pensamiento, el sentimiento, la conciencia, la personalidad, entre otros) como producciones de mecanismos cerebrales, que se dan mediante el trabajo mancomunado que llevan a cabo en dicho órgano, elementos como los neurotransmisores en estrictas zonas cerebrales, gracias a la dinamización producida por impulsos eléctricos, es decir, se puede comprender el fenómeno mental bajo el estudio de la sistematización de la ley natural a nivel orgánico, que *reduce* lo psíquico a lo meramente físico, repercutiendo incluso en la integración de un vocabulario que se referencia por aquellos conceptos neurobiológicos, pues hay una tendencia además localizacionista en el mismo órgano cerebral.

Mientras tanto, la orientación *emergentista* da por asentada la posibilidad de que emerjan características, que no son atribuibles al fenómeno mental bajo una mirada básica que incurra en lo biológico, es decir, un proceso psíquico puede ser considerado como el resultado del modo funcional de un todo, lo que implica que no baste para entender lo psíquico con conocer las partes que conforman ese todo, en otras palabras, aunque lo psíquico derive de procesos biológicos, no es explicable sólo por ellos, dado que se considera que lo que emerge es más que la suma de los factores influyentes en su creación o producción.

Se debe agregar que, el *monismo dialéctico*, frente a la cuestión cuerpo-alma, Lopera et al (2010) lo define como la expresión de dos realidades que se conjugan y derivan en una, bajo la premisa de la mismidad, o sea, describe los conceptos *carne* y *cultura* como dos elementos que, al unirse, constituyen una misma realidad, el *alma*, por lo que esta puede ser abordada de dos maneras, desde una perspectiva simbólica que representa al alma (la psique) aludiendo a lo discursivo, y desde una perspectiva biológica que representa el cuerpo como aquella materia culturizada, por tanto, desde el *monismo dialéctico* cuerpo y alma son lo mismo.

Por ende, Lopera et al (2010) propone la fórmula del alma en dos facetas, biológica y cultural, un monismo que deriva de entender la carne y el discurso como elementos que cuando se conjugan derivan en lo mismo, en el alma como *cultura encarnada*. Esto significa que para Lopera y otros (2010) la forma en la que se constituye el hombre es bajo el alma, una forma que se objetiviza como elemento de estudio bajo la mirada orgánica y discursiva, o dicho de otro modo bajo los aspectos carnal o cultural.

En otro orden de ideas, otra forma de concebir el alma es desde el *dualismo*, que entiende el cuerpo y lo psíquico como dos entidades diferentes entre sí, así dentro del dualismo encontramos dos perspectivas, una denominada *paralelista* y otra *interaccionista*.

El *dualismo paralelista* considera que alma y cuerpo existen de forma singular sin relación alguna y que su diferencia origina un radicalismo que conlleva a que estudiarlos deba ser un proceso dado por caminos distintos, ya que concibe el alma, según Pagels (como se citó en Lopera, et al, 2010) como aquella realidad compuesta por la intangibilidad, enmarcada en el campo de la subjetividad. Mientras tanto, el cuerpo será una realidad perteneciente al campo de lo material, tangible, objetivo, y entre ellas no habría interacción alguna.

Sin embargo, el surgimiento del *dualismo interaccionista*, aunque considera que alma y cuerpo son realidades diferentes, propone que estas interaccionan de forma recíproca, pues cada una tendrá influencia sobre la otra. En este contexto, el *dualismo interaccionista* se divide a su vez en tres vertientes propuestas por Martínez-Freire (citado en Lopera, et al, 2010):

El *dualismo radical* asume cerebro y mente como dos entidades distintas pero que confluyen entre sí, donde tajantemente concibe el cerebro como un órgano receptor de las funciones de la mente.

Desde el *dualismo moderado* o *dualismo emergentista* se considera la mente como el producto de procesos cerebrales sin necesidad de que por su dependencia el uno se reduzca al otro. Esta perspectiva permite que en la psicología no se niegue el papel que puede tener el mecanismo orgánico, pero no reduce su labor al abordaje de ello, pues le competen procesos

que aunque inmateriales son existentes, como el pensamiento, la intencionalidad, la subjetividad, entre otros, y que tiene como soporte originario la materia.

Mientras que la perspectiva *dualista razonable*, en la que, aceptando la postura anterior, se propone la división de los procesos mentales dada su forma de relacionarse con su soporte material, para ello diferencia los procesos mentales cerebrales, considerados aquellos emergentes del trabajo físico-químico del cerebro, que permiten la funcionalidad. Estos son los *procesos mentales físicos* que no aluden al cerebro, sino a aquellas representaciones de éste, creadas por la ciencia de manera artificial. Y los *procesos mentales no-físicos* que aluden a aquellos sin relación con el soporte material (cerebro), pues su origen es independiente del órgano y su dinámica existente, esta vertiente se acuña solo a la capacidad humana que se puede caracterizar por la intencionalidad.

Así, para comprender mejor el concepto de espiritualidad, me apoyo en la definición del alma, procedente del monismo dialéctico, descrito con base en Lopera et al, (2010), pues al definir el alma como aquella realidad originada en la conjugación de un organismo y una cultura, se puede entender que la espiritualidad es un conjunto de variables, reflejada como condición humana, que se vale de aquellos recursos enmarcados en el alma, por lo cuales se enfrenta el mundo en relación a un sentido, una divinidad, una trascendencia que expande la intención de alcanzar un buen vivir, como por la adopción de virtudes, las cuales emergen de un contexto cultural.

Por tanto, es menester decir que esos recursos, tanto biológicos como culturales, con los que cuenta un hombre, se enlazan con la noción de espíritu, emparentada a un *Logos*, que se entiende como principio articulador, *poder creativo* según Lopera et al. (2010), este principio

tiene relación con la idea de alma que se plantea como una forma del espíritu, esto es, un poder, inteligencia por sí misma encarnada en un organismo con toda su composición neurobiológica, que emerge en la razón y la emoción como elementos de un psiquismo, es decir, este último como una estructura que a su vez se compone de algunas características que he de explicar.

Lopera et al. (2010) define 3 ejes causales de lo psíquico, como aquellos factores que inciden en la conformación del alma y en las producciones psíquicas, como lo son el pensamiento, la memoria, las representaciones en imagen y palabra, etc. Estos ejes se subdividen en otros dos ejes, denominados singular o individual y del entorno o ambiental.

Así entonces el *Eje biológico*: en su aspecto singular o individual es el organismo, es la genética humana misma. En su aspecto ambiental o del entorno, alude a todo lo ecológico, esto es, la geografía, el clima, la alimentación, y que conlleva a que se forme un ser que actúa y se expresa de manera particular dado su medio ambiente.

El *Eje discursivo*: en su eje singular, hace referencia a todo aquello que se da en el marco subjetivo del hombre, es aquello que se manifiesta como significativo para cada individuo y así dar paso a la construcción de un sujeto con un discurso único, del que se vale para enfrentar el mundo. Son los significantes que marcan la vida de un individuo, tales como su nombre y las formas de representarse ante otros. En su eje ambiental alude a aquellas leyes, normas sociales que impactan en el individuo, son esas expresiones de las instituciones que forman la cultura.

Y el *Eje ocasional*: en su eje singular es aquel factor que se presenta como la posibilidad de que suceda otra cosa, siempre existente en el ciclo vital, lo que se da sin planearse, producto del destino de cada quién. En su eje ambiental o del entorno se enmarca el azar como otro



factor constituyente de lo psíquico, ya que determina el no control de todo o sobre todo por parte del hombre, a pesar de su voluntarismo o poder de elección. Es lo circunstancial. Lo que surge desde un referente desconocido. Por el eje ocasional surge la capacidad del hombre para elegir, lo que Lopera llama la elección subjetiva, y que permite hacer de la vida un proyecto, siendo esta posibilidad de decidir del hombre condicionada por los ejes anteriores, por lo que es un eje transversal a los demás.

Juntando entonces todo lo descrito, se puede decir que la espiritualidad es una acción, un ejercicio en sí mismo para el encuentro con el bienestar, dirigido por y para el alma, así lo permite afirmar Hadot (1998) quien se basa en Descartes para expresar que la tradición filosófica y cristiana enmarca la *espiritualidad* como un *ejercicio del alma*. Y que ahora en esta investigación se entiende esta última como el derivado de la combinación de un organismo biológico que se articula con la institución simbólica que otorga el lenguaje, y que forma a una cultura. Todo este bagaje nos permite entender las siguientes concepciones de la espiritualidad, partiendo de la idea de cómo Hadot (1998) definía los llamados *ejercicios espirituales*:

Designo con este término las prácticas, que podían ser de orden físico, como el régimen alimentario, o discursivo, como el diálogo y la meditación, o intuitivo, como la contemplación, pero que estaban todas destinadas a operar una modificación y una transformación en el sujeto que las practicaba. (p.15).

Esta transformación es a la que se llega por medio de la espiritualidad en sentido estricto, cuando se busca y alcanza un modo de ser y estar en el mundo, fundamentado ya sea por medio de creencias religiosas, divinas o no, pero que busca una verdad (iluminación) que propicie el mejor modo de lograrlo y por el cual lograrlo, aquí entra en juego el actuar ético. Por tanto,

partir de un cuestionamiento sobre el actuar humano, que puede estar enmarcado muchas veces en la noción de sufrimiento, parece ser la razón de la búsqueda de una verdad generadora de una vida plena, en un sentido no muy diferente, feliz, que proporcione la calidad necesaria tanto individual como colectiva, inclusive, es la propuesta del ascetismo en tanto el objetivo es la transformación, el ejercicio de cambiar de cuenta del análisis reflexivo que conduzca a una *estética de la existencia*, expresión usada por Foucault (1994) para dar a entender aquella vida constituida por la preocupación en la propia conducta para consigo mismo y los otros.

Este modelo de belleza manifiesta en el modo de existir de un individuo, parte del cuestionamiento que se le hace a la moral infundada a lo largo de la historia de un individuo, expiando sus orígenes, en pro de virar, transmutar, recrear aquellos valores y virtudes que faciliten el encuentro con una verdad que reconfigure su presente, pues este se muestra predispuesto por expresiones de la verdad dada bajo una mirada moral, por lo que “dudar” de la ley que gobierna el presente, facilita el ocuparse de uno mismo, al ponerse en ejercicio la libertad de fundar un nuevo modo de vivir.

Así, ocuparse de sí mismo, alude paralelamente a aquella premisa filosófica *conócete a ti mismo*, la cual aboga por un actuar, producto del uso de la razón, que rige la institucionalización de la moral. Aquí Foucault (1994) trae a colación el concepto de *epimeleia heautou*, entendido como *cuidado de uno mismo*, esto significa la adopción de una actitud relacional consigo mismo, los otros y el entorno, la cual desencadena a su vez en un viraje de la atención, no por lo externo sino por lo interno, es decir, da mayor importancia al saber de sí mismo, en cuanto pensamiento y emoción refiere, de aquí surge la conducta cambiante con base

en el análisis de cómo actuar frente al mundo en el que se está, derivando en la construcción de un determinado modo de *ser*.

Por tanto, conocerse a sí mismo es aludir a la búsqueda de una verdad, un esclarecimiento, pero el saber que algo es falso o verdadero implica que se cuestione el cómo acceder a la verdad, este proceso es para Foucault (1994) filosofía, es decir preocupación por sí mismo, por tanto, define la espiritualidad como aquella práctica o experiencia que transforma al sujeto en su búsqueda de la verdad o por la verdad, pues el sujeto no busca la verdad solo como un conocimiento, sino como un modo de ser. La verdad es aquello que ilumina al sujeto permitiéndole transformarse en su modo de ser sujeto, es decir, de relacionarse y comportarse con aquello que le circunda.

Esta serie de prácticas que se llevan a cabo sobre *uno mismo* para tener acceso a la verdad subjetiva, se soporta sobre la base de que, más que adquirir un saber por sí, es la corrección de la conducta, la virtud, la que le dará este saber, esto, en últimas, representa el proceso de conversión al que conlleva una práctica espiritual, la cual, a su vez, resulta tan beneficiosa para sí que llevar una vida en la que las virtudes comanden el actuar, es llevar una vida en permanente ejercicio de uno mismo sobre sí mismo, lo que termina teniendo efectos terapéuticos.

Para este proceso de cuidado de sí mismo es necesario reconocer el papel importante que juega el otro, pues el otro es un ente que opera cuestionando al sujeto con el fin de hacerlo emerger de la ignorancia hacia un saber como verdad, esto es, la formación o constitución de un sujeto. En este contexto, para Foucault (1994), ese otro es, en un principio, la filosofía por sí misma, pues “es el conjunto de los principios y de las prácticas con los que uno cuenta y que

se pueden poner a disposición de los demás para ocuparse adecuadamente del cuidado de uno mismo o del cuidado de los otros” (p.61).

Así, quien se llama filósofo se convierte en un guía existencial, pues es aquel que por sus interrogantes alcanza un saber en forma de modo de vivir, pero vale reconocer que por tanto el único guía no es aquel que se llama filósofo, pues la práctica de cuidar de sí mismo, dice Foucault (1994), no es propia de la institución filosófica, es aquella producto de la formación que puede darse en el mero relacionamiento con otro. Ha de aclararse que el cuidado de uno mismo será entonces una *auto-finalidad*, en la que mi yo es el objeto de estudio, investigación, práctica, uno mismo es su objetivo, y todo con el objetivo de alcanzar el bienestar, que requiere de un *saber* vivir, así lo expresa Foucault (1994):

¿Qué saber es el que enseña cómo se debe de vivir?... La filosofía, en tanto que cuestión de la verdad, se ve absorbida por la espiritualidad en tanto que transformación del sujeto por sí mismo. ¿Cómo debo de transformar mi yo para encontrar un acceso a la verdad?. (p.69).

Aquí se introduce entonces un conjunto de prácticas que hacen de mi modo de enfrentar el mundo, una forma de cultura, a esta cultura Foucault le llama *cultura de uno mismo*, la cual tiene por función el vivir de acuerdo a virtudes que solo se alcanzan por la práctica sistemática de conductas que implican moderación, armonización y, para algunas tradiciones filosóficas y religiosas, la renuncia, el sacrificio, pero no se puede malinterpretar este modo de renuncia, pues se estaría hablando del significado que Foucault (1994) otorga a la noción de salvación desde una perspectiva religioso-cristiana, en donde es menester renunciar a *uno mismo*, esto ha de incluir que no se busca la transformación de forma individual, sino por la relación con otros

como sociedad, por tanto se habla de prácticas basadas en una moral que busca la moderación, la armonización de conductas.

Entonces, se entiende la espiritualidad como aquellas prácticas que lleva a cabo una persona, un sujeto, en busca de una verdad sobre sí mismo, y en esa búsqueda de tal verdad se transforma, esta transformación es espiritualidad. En pocas palabras, podría decirse que espiritualidad implica cuidado de sí, es entrar en ese universo de *prácticas de sí*, es ejercer una forma de libertad por la que se construye la ética, al componer un conjunto de acciones con base en aquellos principios comportamentales que han de representarse bajo la noción de la verdad y que son el producto del conocimiento y la reflexión sobre sí mismo.

## Capítulo 2

### Logoterapia

En el presente capítulo pretendo mostrar al lector la perspectiva de la Logoterapia en tanto propuesta para abordar el sufrimiento humano, con miras a entenderle como una herramienta que ha de ser útil para el campo psicoterapéutico, y que no deja de ser, además, un modelo que también puede facultar el abordaje de algunas llamadas enfermedades mentales.

Sin proponerme relatar una biografía, doy a conocer un poco acerca del autor de este modelo terapéutico, Viktor Emil Frankl, nacido en 1905 y fallecido en 1997, fue psiquiatra, catedrático de neurología y psiquiatría, es considerado como una figura importante en el marco de las psicoterapias desarrolladas en el siglo XX, se inspiró en su propia historia de vida para fundar lo que él mismo definió como Logoterapia, considerada por muchos la tercera escuela de psicoterapia vienesa (las dos primeras fueron el psicoanálisis de Freud y la psicología individual de Adler).

Frankl fue sobreviviente al holocausto nazi, internado en campos de concentración como Theresienstadt, Auschwitz y Dachau, donde gran parte de sus familiares murieron en su misma condición, entre estos sus padres y su esposa. Replantea la razón de su existencia ante tal vivencia, entra en la búsqueda de un sentido que lo lleva a realizar su propuesta psicoterapéutica, por la cual éste comprende a sus pacientes cuando estos le *claman*, dice él, una respuesta a la pregunta del sentido del sufrimiento.

Dice Frankl (2012) “yo mismo pasé por ese purgatorio cuando me encontré en un campo de concentración y perdí el manuscrito de mi primer libro. Más tarde, cuando mi propia muerte

parecía inminente, me pregunté para qué había vivido” (p.153). Así, al verse ante una vida vacía, una *existencia desnuda*, se cuestiona cómo después de perderlo *todo*, puede un hombre hacer que su vida valga la pena de ser vivida, y he allí donde, en experiencia propia, transita el caminar que implica responder a ese tipo de preguntas (Frankl, 1990, 1991, 2012, 2018). Consecuentemente, como muestra de que es posible encontrar un sentido, expresa “He descubierto el sentido de mi vida al ayudar a otros a descubrirlo en las suyas” (Frankl, 2012, p.157).

Ahora bien, para entrar en materia debo decir que la palabra Logos según Frankl (1991) es “una palabra griega que equivale a sentido, significado o propósito” (p.100), por tanto, ha de sostener que la Logoterapia “se centra en el significado de la existencia humana, así como en la búsqueda de dicho sentido por parte del hombre” (Frankl, 1991, p.100), de modo que he de comentar a continuación los conceptos bajo los cuales Frankl (2012) formula su teoría. Dice que son tres pilares en los que se fundamenta la Logoterapia, 1) la libertad de la voluntad; 2) la voluntad de sentido y 3) el sentido de la vida.

La *libertad de voluntad* hace referencia a aquella libertad de un *ser finito*, pues el hombre no es libre frente a toda condición que la vida misma impone, pero sí es libre en la medida en que tiene la posibilidad de ser él mismo, quien elija cuál será su posición ante las condiciones de la existencia, es entonces cuando esta oportunidad lleva al hombre a hacerse cargo de su vida a través de un *modus vivendi*, reflejado en *una actitud hacia...* la cual sería el resultado de la percepción que se tenga de un momento o experiencia determinada, hallando así un significado o sentido particular.

Entonces, se ha de aclarar que aunque para Frankl (2012) el hombre no es alguien totalmente libre de algunos condicionamientos como los que otorga la biología o la sociedad, éste es poseedor de una capacidad única en su condición humana, y es la de ser capaz de tomar distancia *incluso de las peores condiciones*, pues “lo sepa o no, el hombre decide resistir o decide ceder a las condiciones” (Frankl, 1984, p.193). He aquí, para entender esto, donde debo introducir un sutil dato y es que Frankl, propone la noción de *autodistanciamiento* como aquella capacidad humana que permite al hombre tomar distancia tanto de una eventualidad o circunstancia, como de sí mismo, en el acto de contemplarse y elegir una actitud hacia sí mismo, lo que le hace un ser responsable de sí mismo, en tanto hace algo de sí.

Este fenómeno del autodistanciamiento según Frankl (2012), es estar por encima de nuestras propias capacidades, lo que se atribuye a la dimensión *noética* o *espiritual* (concepto que abordaré más adelante), es decir, el hombre accede a la dimensión noética, en el momento en que se detiene y juzga sus propios actos con base en la moral y la ética, ejercicio de reflexión sobre sí mismo. No sobra aquí decir que estos conceptos, para Frankl (2012), deben diferenciarse de una noción religiosa, esto se evidencia en su definición de *Logos*, toda vez que reconoce que este significa *espíritu*, pero no en una connotación religiosa, pues para él es el *sentido de ser humano*.

Entre tanto, *la voluntad de sentido*, es un fundamento que se da bajo la premisa de que la Logoterapia considera que el ser humano tiene un dote, una fuerza que le direcciona en la búsqueda de un sentido para su vida, y esta Frankl la llama *fuerza primaria*, la cual es reconocida como una condición humana que cumple el papel de ingrediente motor para el hombre ser capaz de continuar viviendo a pesar incluso de la dificultad y el sufrimiento. Pero,



ha de decirse que el sentido de la vida es único, “el sentido es relativo en la medida en que está relacionado con una persona específica involucrada en una situación específica” (Frankl, 2012, p.61). Entendiéndose que cada quién tiene que encontrarlo con el fin de satisfacer su propia voluntad de sentido, partiendo del supuesto de Frankl de que todo hombre necesita algo por lo que vivir.

Es importante decir que para Frankl (1991) la voluntad de sentido, es decir, esa fuerza primaria, condición humana que se refleja en el deseo de significado, puede verse frustrada, en otras palabras, el hombre quiere ver y sentir su vida dotada de un sentido pero a veces no lo logra, toda vez que direcciona su búsqueda a un sentido que muchas veces se puede ver camuflado por el placer, pues dice Frankl (1984) que la búsqueda del sentido se convierte en una *intención forzada* por hallar un sentido que sostenga o fundamente la felicidad, que es confundida con el placer, este a su vez parece que deja un vacío, que permite comprender a Frankl (1990) al definir la frustración existencial como “un sentimiento de falta de sentido de la propia existencia... el hombre existencialmente vacío no conoce nada con lo que poder llenar lo que yo llamo *vacío existencial*” (p.87).

Por otra parte, *el sentido de la vida* no es más que el significado que confiere de algún valor todas aquellas circunstancias que componen la existencia humana, vale decir que para Frankl el sentido de la vida no se inventa, sino que se descubre. Frankl (2012) cita a Crumbuagh y Mahilock, diciendo que ellos “señalan que el descubrimiento del sentido en una situación se asemeja a la percepción de la Gestalt” (p.68). Este sentido es la razón y/ o motivo, más allá de lo estrictamente material, que permite al hombre la experiencia de bienestar o al menos ser capaz de sobreponerse al dolor de su existencia. En otras palabras, “sentido es lo que se quiere

decir” (Frankl, 2012, p.67), aludiendo a que cada eventualidad, cada experiencia, es decir, la vida misma como tal, dice algo, tiene un sentido que cada quién ha de descubrir por medio de la interpretación que haga de su existir, lo que sustenta Frankl al decir que por medio de un análisis fenomenológico de una experiencia se puede corroborar que el sentido es realmente encontrado más que otorgado. <sup>1</sup>

Para Frankl el ser humano no es el que cuestiona a la vida, dice él que no somos nosotros los que hemos elegido la vida en sí misma, no nos la hemos dado a nosotros mismos, es la vida la que se nos da y nos da todo, no en vano hay quienes dicen que es la vida misma hasta la que nos quita o despoja de cosas. De esta manera, interrogantes como *¿Quién soy yo? ¿Qué hacer con mi vida? ¿que hace que la vida merezca la pena?* dice García et al (2018) *son preguntas que nos lanza la vida*. Para Frankl los límites que la vida impone, las condiciones que la existencia nos lleva a experimentar enmarcadas en eventualidades, escenas, momentos, son formas de preguntas que la vida nos hace, permítase ejemplificar, *¿Cómo has de reaccionar ante tal evento, circunstancia? ¿Cómo manejas las dotes que se te dan? ¿cómo utilizamos incluso el tiempo que la vida misma nos da?. En consecuencia, afirma Frankl (1991) “tenemos que aprender por nosotros mismos... que en realidad no importa que no esperemos nada de la vida, sino si la vida espera algo de nosotros” (p.81).*

De esta manera, el sentido, como Frankl (2012) lo propone, no puede ser interpretado como algo que ponemos sobre lo que nos rodea, o sea, como una *autoexpresión*, ya que el

---

<sup>1</sup> Esta es una cuestión que puede generar controversias, pues para algunos autores (Estúdiense a Sartre, Camus, Cioran, Nielsen y un texto referenciado en la bibliografía de García, et al. 2018) el sentido de la vida es algo que el hombre puede dar, es el reflejo de una decisión de porqué o para qué vivir, ante el supuesto de que la vida por sí sola carece de sentido. Por tanto, para algunos, este se inventa, se construye, en la medida que cada quién hace de su vida una elección.

sentido es algo distinto de esto, pues aunque para él la realidad es vista desde distintas perspectivas (subjetividad), estas no son más que el *a través* del cual se descubre que hay algo que está más allá de éstas y que determina a la realidad como tal, el mundo objetivo. Por ello denomina el sentido como algo *transubjetivo*, dicho de otro modo, como una realidad objetiva que sólo es vista a través de la subjetividad, por tanto “existe solo un sentido para cada situación, y este es el verdadero sentido” (Frankl, 2012, p.67). Así, el sentido es un hecho experimentado por el hombre, es la vivencia del *para qué* y no del *por qué*, en esta misma línea dice Luna (2015):

Detrás del drama de la drogadicción y el alcoholismo hay un *para qué* que la vida o el destino o Dios (si somos creyentes) nos quieren mostrar y que ese *para qué* siempre será para nuestro bien. Por eso ante esta enfermedad o vulnerabilidad el familiar del adicto, y el adicto mismo, deben creer firmemente que hay algo positivo, algo hermoso que la vida les tiene escondido y que ellos lo pueden descubrir tarde o temprano; este será el sentido o significado. (p.189).

Lo que demuestra la subjetividad como fundamento del sentido del que habla Frankl, aquel enmarcado en el axioma de que la vida *per se* tiene sentido, así “esta subjetividad no le resta valor en lo más mínimo a la objetividad de la realidad en sí misma” (Frankl, 2012, p.67). Lo que se ejemplifica en Frankl (2018) cuando manifiesta que “ciertamente, cualquier enfermedad tiene su *sentido*; pero el sentido real de una enfermedad no consiste en el qué de la enfermedad, sino más bien en el cómo del sufrimiento...” (p.279).

Esto permite reconocer una característica principal del sentido, y es su relatividad y subjetividad, en tanto es propia de cada persona, pues si ésta es única y vive una vida única, singular, particular, se entiende también a Luna (2015) al decir que siempre será válido

cualquier significado o sentido que cada ser intuya en su existencia. Así, ¿Qué sentido tiene vivir?... parece ser un interrogante del que se pueden desplegar diversas respuestas según la Logoterapia.

Y aquí ingresamos, para buscar respuesta a tal interrogante, en el mundo categorial de conceptos en los que se fundamenta la Logoterapia, la cual se expresa en algunos tópicos que esbozo a continuación:

Neurosis noógena: Dice Frankl (1991) es aquella producto de los conflictos que se dan en el hombre en el marco de los principios morales, entre los que la frustración existencial juega un papel importante, pues estas nacen en el campo de una dimensión espiritual, mejor dicho, la neurosis noógena es aquella que se refleja en un conflicto moral o en una crisis existencial, cuestión que emerge como una afección *somato-psíquica*, en otro términos, éstas son la reacción al vacío interior que se experimenta como un vacío existencial (Frankl, 1984, 2018).

Dimensión noética o espiritual: Dice Frankl (2018) que *la existencia acontece en el espíritu*. Así esta dimensión, es aquella propia del ser humano, es la *esencia*, la que hace surgir el planteamiento de los significados, del sentido de la vida, es la capacidad misma de ir más allá, de sobreponerse a su realidad. Es la dimensión en la que se ubica la libertad humana, por la cual se desafían los límites y condicionantes del hombre, a través de la voluntad para encontrarle sentido a la vida. Aclárese como se dijo en párrafos anteriores que no se puede confundir con una connotación religiosa, pues según Frankl la dimensión noética también está presente en aquel individuo no religioso (Luna, 2015), de esta forma el hombre es una persona espiritual, dicho de otro modo, esta realidad espiritual es la persona, lo determinado como humano se refleja como dimensión espiritual (Frankl, 2018).

Autotrascendencia: Esto de *ir más allá* se constituye como una característica propia del ser humano, por la cual éste es capaz de sobreponerse a algunas condiciones que se le imponen como humano, ya sean biológicas, psicológicas o sociológicas y que conllevan a que el *principio de placer*, propuesto en la teoría psicoanalítica, acá sea el resultado del logro de un objetivo. Pues para Frankl (2012) el comportamiento humano siempre estará dirigido a una intención y esta no precisamente es la búsqueda del placer o la huida del malestar, sino a la búsqueda de sentido, es así como Frankl (2012) dice, “es necesario no perseguir la felicidad, uno no necesita preocuparse cuando existe una razón para ella” (p.42). Por tanto, la *autotrascendencia* se entiende como esa tendencia, impulso humano a realizar un *propósito*, este es el de encontrarle y realizar el sentido de la existencia, por medio de la realización de alguna tarea o de la actitud con la cual actuar, parafraseando aún más a Frankl (2012), es la preocupación *primaria* u *original* por realizar un sentido, por medio de la llamada *voluntad de poder adleriana* y que ha de derivar en el *principio de placer* Freudiano.

De hecho, “la realidad humana se caracteriza, en efecto, por su autotrascendencia, esto es, por la orientación hacia algo que no es el hombre mismo, hacia algo o hacia alguien, más no hacia sí mismo, al menos no primariamente hacia sí mismo” (Frankl, 1984, p.65), es decir, en la medida en que busca realizar el sentido de su vida, se descubre que este último se colma en un algo o un alguien con quien se comparte la existencia, de aquí que “el hombre se realiza a sí mismo en la medida en que se trasciende: al servicio de una causa o en el amor a otra persona” (Frankl, 1984, p. 59).

De aquí que la Logoterapia defina al hombre como un ser responsable, y esto de acuerdo a la etimología del concepto responsabilidad, el cual deriva del latín *responder*, o sea, el hombre

es un ser que permanentemente ha de elegir cómo responder a su vida, y en este caso “La logoterapia intenta hacer al paciente plenamente consciente de sus propias responsabilidades; razón por la cual ha de dejarle la opción de decidir por qué, ante qué o ante quién se considera responsable” (Frankl, 1991, p. 111). Esta responsabilidad permite a su vez al hombre emprender la búsqueda y descubrimiento del sentido, a través de la vivencia de lo que Frankl (2012) propone como una triada de valores que son: *valores creativos o de creatividad, valores vivenciales o de experiencia y valores actitudinales o de actitud*.

Éstos él los denomina *sentidos compartidos*, pues aunque reconoce que no existe un sentido universal sino individual, en la individualidad de cada eventualidad y ser hay factores en común, por lo que “uno podría definir los valores como los sentidos universales que se cristalizan en situaciones típicas que una sociedad o incluso la humanidad debe enfrentar” (Frankl, 2012, p. 62). Esto lo dice porque en su explicación de lo que el sentido implica, el hombre es responsable de responder a él, es decir, el cumplimiento de estos es la vía para alcanzar el sentido.

Cabe destacar que los conflictos entre estos valores, juegan un papel importante en el desarrollo de las llamadas neurosis noógenas, pues estos conflictos surgen gracias a la *consciencia*, nombrada como “el único medio para captar *gestalten* significativas” (Frankl, 2012, p.69), ésta orienta al hombre en la búsqueda del sentido, pero en esa búsqueda puede contradecir frente a los principios morales establecidos socialmente, lo que ha de generar una lucha interna que da como resultado la frustración o vacío existencial, pues la experiencia de un valor es implícitamente la vivencia de jerarquizar por preferencia nuestras propias decisiones (Frankl, 2012).

A saber, entonces, esta triada de valores se define así:

*Valores creativos:* Son aquella posibilidad de encontrar sentido a la vida a través de la *creación* de una obra o de la realización de alguna tarea, proyecto, trabajo o servicio. Dice Frankl (2012) es la manera de descubrir un sentido por medio de lo que el hombre “da al mundo” (p.75), pues es producto de su creación.

*Valores vivenciales o de experiencia:* Definidos como aquella intención de encontrar sentido por la vivencia del *valor* que algo posea o por la afectividad que se haya de sentir por alguien, es así como se experimenta la bondad, la cultura, o el encuentro con otro por medio del amor. Dice además Luna (2015), también se vive la religiosidad o el arte, la verdad como maneras de encontrar sentido a la existencia. Por los valores de experiencia, el hombre puede encontrar el sentido por lo que “toma del mundo” (Frankl, 2012, p.75).

*Valores actitudinales o de actitud:* Son el método por el cual el hombre se sobrepone a su condición, o sea, ante la imposibilidad en algún momento de hallar sentido por las vías ya descritas, tiene una oportunidad más de encontrar sentido a sus existir y es por medio de la actitud con que elija responder o asumir *un destino* que no pueda modificar, como lo es una enfermedad incurable, o la inminente muerte, “es la postura que asume” (Frankl, 2012, p.75) ante la vida como tal, dicho de otra forma, es el modo en cómo el hombre mismo valora sus conductas, las jerarquiza, las prioriza por el *valor* que han de tener.

Hasta aquí, para resumir un poco, puedo decir que la Logoterapia se define en el supuesto de que la vida *incondicionalmente* ha de tener un sentido, y esto se comprueba cuando el hombre hace de su propia existencia un análisis fenomenológico de la experiencia, basada en

*los sentidos y valores* por los que el hombre es direccionado. Esta cuestión de sentidos y valores es propuesta en la Logoterapia en términos de triadas. La triada del sentido, dividido en tres categorías, la libertad de voluntad, la voluntad de sentido y el sentido de la vida, luego se entiende que este sentido se compone de una segunda tríada, integrada por valores denominados los valores de creación, de experiencia y de actitud (Frankl, 2012).

En otro orden de ideas, la Logoterapia existe en el campo de la psicoterapia como un método que, valiéndose de un bagaje conceptual, abre y allana el camino para dar respuesta a la cuestión de hallar un sentido a la vida, cuestión que surge del precepto de que “vivir significa asumir la responsabilidad de encontrar la respuesta correcta a los problemas que ello plantea y cumplir las tareas que la vida asigna continuamente a cada individuo” (Frankl, 1991. Pág. 82). En esta línea señala Frankl (2012):

Sin duda, el hombre es libre de responder las cuestiones que le plantea la vida... Esta libertad debe ser interpretada en términos de responsabilidad. El hombre es responsable de dar la respuesta *correcta* a la pregunta, de encontrar el *verdadero* sentido de una situación. (p.68).

Lo que deja afirmar que para Frankl, no es el hombre el que haga interrogantes hacia la vida, sino que es la vida la que cuestiona al hombre, pues Frankl trata de exponer que el modo en que se presenta una situación o circunstancia en la vida, lo que parece una condición, exige del hombre un modo de respuesta específica, es decir demanda una reacción intelectual, emocional o comportamental que ha de determinar cuál era el sentido de tal, esto es encontrar el sentido de una situación. Así al hombre le queda sino responder en tanto su actitud se le reclama en cada estadio de su vida, bien lo expresa Frankl (1991) al exponer su idea de que el hombre se debe concebir a sí mismo como alguien a quien la vida le indaga permanentemente,



y que nuestras repuestas solo se pueden dar a través de nuestros comportamientos, lo cuales se dan bajo el marco de una *actuación recta*.

En efecto, “el sentido y los valores son las «razones» que «mueven» al ser humano a adoptar un determinado comportamiento” (Frankl, 1984, pág.194), esto da a entender al hombre como un ser visto en la necesidad de asumir como un encargo, el ir más allá de sus experiencias, bajo la comprensión de que si éstas no pueden ser modificadas, deberá encontrarles un valor que faciliten su confrontación; y ese valor hará emerger actitudes, conductas que fluyen a la par de las mismas circunstancias.

Es así como, considerada como una propuesta existencialista, con su postura frente al “ser en el mundo”, Frankl (2012) define la Logoterapia como “el tratamiento de la actitud del paciente ante su inmodificable destino” (p.15), destino que tiene implícitas nociones como el sufrimiento, el cual “es un aspecto de la vida que no puede erradicarse, como no pueden apartarse el destino o la muerte. Sin todos ellos la vida no es completa” (Frankl (1991, pág.72). Este tratamiento es visto generalmente como una *técnica* enmarcada en el contexto de la psiquiatría existencial.

Pero contrariamente, según el mismo autor, no se ha de pensar en una técnica como tal, sino en un modo de vivir el proceso terapéutico, el cual es pensado en su mayor relevancia como un modelo de relación humana bajo el contexto de un encuentro *personal y existencial*. Pues según él, pensar solo en técnicas y dinámicas para el ejercicio de la terapia, es de algún modo abordar al hombre concibiéndolo como una cosa, lo que no es conveniente, pues sería percibir al otro (paciente) como un objeto que se ha de manipular a través de la guía, la orientación, producto de un saber que puede no tener necesariamente el terapeuta, ya que no es

éste quien le dirá directamente al paciente cual es el sentido de su vida, sino que será quien le acompañe en el descubrimiento de tal. En este contexto alude Frankl (1991):

Corresponde, pues, al paciente decidir si debe interpretar su tarea vital siendo responsable ante la sociedad o ante su propia conciencia. Una gran mayoría, no obstante, considera que es a Dios a quien tiene que rendir cuentas; éstos son los que no interpretan sus vidas simplemente bajo la idea de que se les ha asignado una tarea que cumplir sino que se vuelven hacia el rector que les ha asignado dicha tarea. (p.111).

En consecuencia, si se habla dentro del campo psicoterapéutico, es importante decir que la Logoterapia pretende ayudar a encontrar el sentido por medio de la mayéutica, bajo la cual se intenta hallar la verdad de lo que cada cosa es en sí y por sí, y que para este caso considerando que algunos métodos terapéuticos se caracterizan por la existencia de un diálogo entre un terapeuta y un consultante, en cuanto a la Logoterapia dice Frankl (1984) “El médico actual debe tener el valor de sostener tales diálogos socráticos si quiere tomar en serio su misión de tratar no sólo enfermedades, sino seres humanos” (p.46). Seres humanos necesitados de hallar un sentido.

Este sentido que se da en la Logoterapia, por el descubrimiento del mensaje que cada situación le deja a cada individuo, se manifiesta como una verdad, hallada por la permanencia en apertura para interpretar aquello que la vida nos dice solo a cada uno de nosotros mismos, como si de un poder intuitivo se tratase, debido a lo cual “el significado de la vida, difiere de un hombre a otro, de un momento a otro, de modo que resulta completamente imposible definir el significado de la vida en términos generales” (Frankl, 1991, p.82).

Justamente, este modelo terapéutico nos lleva a pensar en la importancia de reconocer el valor de la singularidad, de la individualidad humana, para que la respuesta a ¿Qué sentido tiene vivir?, sea hallada por la manera en que cada quién pueda concebir su propia existencia, de allí que la respuesta difiera de un hombre a otro, pues cada quien en el contexto en el que vive busca encontrar soluciones que solo al le atañen de acuerdo a sus propias necesidades, así lo especifica Frankl (1991):

Ningún hombre ni ningún destino pueden compararse a otro hombre o a otro destino. Ninguna situación se repite y cada una exige una respuesta distinta; unas veces la situación en que un hombre se encuentra puede exigirle que emprenda algún tipo de acción; otras, puede resultar más ventajoso aprovecharla para meditar y sacar las consecuencias pertinentes. Y, a veces, lo que se exige al hombre puede ser simplemente aceptar su destino y cargar con su cruz. (p.82).

Aquí, parece que se puede comprender nuestra propia existencia como aquel conjunto de situaciones, eventualidades, circunstancias que constantemente requieren la búsqueda de una idea y acción específica que ha de servir como guía motivacional para vivir, pues, vivir en límites con el aburrimiento, el desasosiego, la soledad, la desesperanza, la duda, la incertidumbre ante el futuro y la muerte, llevan tan solo a consentir la postura de Frankl (1991) al declarar:

Cuando un hombre descubre que su destino es sufrir, ha de aceptar dicho sufrimiento, pues ésa es su sola y única tarea. Ha de reconocer el hecho de que, incluso sufriendo, él es único y está solo en el universo. Nadie puede redimirle de su sufrimiento ni sufrir en su lugar. Su única oportunidad reside en la actitud que adopte al soportar su carga. (pág. 82).

Ahora bien, el hecho de dar por sentada una cuota de sufrimiento en la existencia humana, enmarcada en el devenir de aspectos trágicos y/o negativos, no hace de la Logoterapia una teoría pesimista, sino que la hace como dice Frankl (2012) “realista en la medida en que enfrenta la triada trágica de la existencia: sufrimiento, muerte y culpa... puede ser considerada, con justicia, *optimista*, porque muestra al paciente cómo transformar la desesperanza en un triunfo” (p.11).

En resumidas cuentas, la Logoterapia transforma una vida entera como tal, valiéndose de la libertad que según Frankl posee el hombre, para afrontar en el mejor de los casos por la elección de cierta actitud, una existencia trascendente, que se realiza también por medio del sufrimiento, el cual es “universal. Tiene tantas facetas como sinónimos: aflicción, angustia, tribulación, pena, congoja, mortificación, dolor, pesadumbre, fatiga, herida, incomodidad” (J. Maurus, 2006, p.5), y que al parecer remueve, en forma de invitación, esto es entendible, con la postura de Frankl (2018), quien en su manera de concebir el sufrimiento, muestra que este no solo hace parte de la vida, sino que también juega un papel benefactor, pues aunque este no sea necesario para encontrar un sentido, es posible el encontrarlo a pesar y/o a través del sufrimiento, pues “el hombre está dispuesto incluso a sufrir a condición de que ese sufrimiento tenga un sentido” (Frankl, 1991, p. 114).

## Capítulo 3

### Espiritualidad Y Logoterapia

En este capítulo, preguntándome ¿cómo y por qué la búsqueda de sentido emprendida en la logoterapia es espiritual? pretendo hacer relación entre la noción de espiritualidad y el ejercicio de la Logoterapia, ya que el pensamiento de Frankl, propuesto como herramienta terapéutica, parece mostrarnos el reflejo de una aspiración que corrobora la existencia de una dimensión que trasciende, que se sobrepone a los conceptos antropológicos del hombre, y esta es la dimensión noética o espiritual.

Partamos de entender un poco el concepto *espiritual*, el cual en Frankl (2018) se define en su visión antropológica del hombre en el marco de su propuesta de *ontología dimensional*, que hace del hombre una realidad compuesta por tres dimensiones, corporal o biológica<sup>2</sup>, psíquica y espiritual. Planteando la dimensión espiritual como una característica específicamente humana, una dimensión constitutiva, pues para él ésta engloba de alguna forma las dimensiones física y psíquica, “sea que se considere lo espiritual en el hombre de manera fenomenológica como su personalidad o de manera antropológica como su existencialidad” (Frankl, 2018, p.256). Es decir, el ser mismo o la persona según Frankl son una realidad espiritual.

---

<sup>2</sup> Téngase en cuenta que en los escritos de Frankl (1984, 1990, 1991, 2012, 2018) los términos corporal, físico, fisiológico, son equivalentes, en tanto refieren la dimensión biológica en el hombre. Pero, por ejemplo, en Lopera et al. (2010) lo biológico, fisiológico se entiende como solo el organismo, la carne, la materia sola, mientras que lo corpóreo es ese organismo ya culturizado, atravesado por el lenguaje, el alma.

De esta forma, la integridad del hombre no se da en la composición solamente de los elementos somáticos y psíquicos, sino, además, de un tercer elemento, el espiritual. Infero a continuación la definición de estas:

Dimensión física, es aquella en la que se habla de enfermedad orgánica, *es el nivel de la vida* dice Luna (2015), es el área donde se desarrollan todos aquellos procesos vitales electroquímicos, es esa dimensión regida por las leyes biológicas que el organismo refleja, según Frank (1984) “lo corporal se transmite mediante la herencia” (p.146).

La dimensión psíquica “se encauza mediante la educación” (Frankl, 1984, p.146), está compuesta por la afectividad, sentimientos, sensaciones, dice Luna (2015) comprende además los condicionamientos presentes en los hombres. Es una especie de estrato meramente anímico, donde se pueden visualizar problemas de relación (sociológico) o problemas meramente mentales, como las agorafobias y algunas depresiones.

Dimensión noética o espiritual, es la tercera realidad que constituye *la unidad* del hombre (las otras son biológica y psíquica), es aquella que permite percibir el *ser* hombre, es por lo que el hombre es hombre, es el alma entendida como espíritu, es la dimensión donde se concibe la humanidad del hombre (Frankl, 1984, 2018), discurso análogo con la perspectiva de Lopera et al, (2010), según el cual el alma (cuerpo, carne dotada del bagaje cultural) es una forma del espíritu, que constituye al hombre como tal.

En esta dimensión, el hombre representa un *ser*, que se concibe no como ser impulsado, sino como un ser responsable; como un ser espiritual, lo que significa, como un ser que es consciente de sí mismo, esto es gracias a la facultad de ser libre, para que elija una actitud hacia

sí mismo, o una posición frente a las diversas situaciones y condicionantes que la vida le permite enfrentar (Frankl, 2012). Es la persona misma como *existencia* que se realiza por el material psicofísico que se hereda, en otras palabras “la existencia espiritual sólo nos es conocida en coexistencia con lo psicofísico” (Frankl, 1984, p.162). Es aquella esfera<sup>3</sup> donde la Logoterapia se *atreve a penetrar*, esto alude al porqué el nombre *Logo-terapia*, pues “el logos no significa sólo —en la expresión «logoterapia»— el sentido, sino también lo espiritual: la dimensión en que la logoterapia aborda al hombre, incluido el hombre enfermo” (Frankl, 1984, p.30), contemplándolo así como una *totalidad* integrada, reitero, por lo corporal, psíquico y espiritual.

Nótese que esta acepción [espiritual] puede relacionarse con las descripciones de Lopera et al. (2010), en tanto define el espíritu-Logos como forma, distinta de la materia, como una realidad superior. Pues ésta *esfera*, como le llama Frankl (1984), es independiente de lo anímico<sup>4</sup>, y aunque a ella se intenta llegar por medio de la práctica psicoterapéutica, basada en un modelo psiquiátrico, no se logra, pues se cae en el trabajo del *psicologismo*, es decir, de “desmontar algo lógicamente a base de deducirlo psicológicamente” (Frankl, 1990, p.120), en otras palabras, este psicologismo busca entender el comportamiento humano a través de procesos psicológicos en los que está inmersa la emoción y la cognición, lo que tan solo va a ser una postura reduccionista del hombre, razón por la cual Frank (1984) se refiere a la Logoterapia como una psicoterapia orientada “hacia lo espiritual —que es como yo defino el análisis existencial” (p.88).

---

<sup>3</sup> Esta esfera en términos de Lopera et al (2010) sería equivalente a la esfera discursiva, del lenguaje, la cultura, que es la forma específicamente humana en la que se expresa el Logos, el espíritu, la tendencia universal articulante que da origen a todo lo existente (véase el capítulo I).

<sup>4</sup> Concepto equivalente en sus textos a la dimensión psicológica.

Permítase ahora decir, que este análisis existencial en Logoterapia describe la problemática de la *enfermedad* como aquella que se debe saber entender y abordar, a esto llega Frankl (1984) por su conocimiento como neurólogo y psiquiatra, para decir que además de las enfermedades *orgánicas* (originadas y manifiestas a través de síntomas en el plano somático, de lo corpóreo), existen enfermedades que se originan en el plano somático pero se representan en el plano psíquico y viceversa, un ejemplo según él, son las psicosis, las cuales son de origen somático pero se manifiestan en síntomas psíquicos. Así mismo están el grupo de las neurosis, las cuales clasifica como psicógenas, aludiendo a su causalidad y sintomatología presente en cuadros netamente psíquicos. Aunque también están aquellas neurosis orgánicas que han de tener etiología psíquica pero que se revelan a través de síntomas orgánicos.

Hasta aquí, lo que trato de demostrar es que para Frankl el *estado* de enfermedad se divide en dos grupos, uno de causa somática o psíquica que deriva en aquellas enfermedades somatógenas y psicógenas, y el otro de sintomatología somática o psíquica. De hecho, Frankl (1984) reconoce que las alteraciones anímicas y orgánicas se dan en un ir y venir que a veces puede ser confuso, por ejemplo, ocasionalmente enfermedades del sistema endocrino neurovegetativo no muestran precisamente un daño en algún órgano, pero han de afectar el campo anímico-psíquico del individuo, por lo que el tratamiento ha de ser necesario de acuerdo al buen diagnóstico que se haga, esto lo manifiesta para afirmar la necesidad de tratar también algunas enfermedades por medio de la psicoterapia, aunque no tengan etiología psíquica.

Así, por una parte, se reconoce el poder influyente de lo psíquico para afectar el funcionamiento orgánico, esto es demostrable en casos donde ante alguna exaltación anímica pueden emerger síntomas cardiovasculares, pero también se ha de reconocer la alteración que



por un daño orgánico se puede producir a nivel psíquico, este resultado dice Frankl, se da por la *angustia expectante*, afirmando a su vez así la existencia de una *relación recíproca* entre lo somático y lo psíquico. Otro ejemplo para entender un poco más las psicogénesis, es decir, alteraciones causadas a nivel psíquico y con efecto en el cuerpo, Frankl (1984) pone como argumento estudios como los que han hecho H. Kleinsorge y G. Klumbies quienes “comprobaron que la preocupación, la congoja y la nostalgia son espasmógenas para las coronarias, mientras que la alegría se reveló como antídoto y como un remedio eficaz. La alegría actuaba como vasodilatador, igual que los nitritos” (Frankl, 1984, p. 94). Ahora bien, deja bien claro este autor que esto no implica crear o creer en teorías o aporías reduccionistas.

En esta línea, la Logoterapia dando cabida a lo natural, es decir, a lo compuesto por lo biológico y lo psíquico, acude al abordaje de lo espiritual, sólo accesible por aquella *ciencia incierta* que es la psicoterapia (Frankl, 1984), tratando por medio del método fenomenológico “explicar la imparcial autocomprensión del hombre en términos científicos” (Frankl, 2012, p.17), pues la psicoterapia debe ser más que una simple técnica que cosifique al hombre, para poderlo contemplar en su integridad humana, es decir, en su condición de espiritual, que aunque constitutiva de lo físico-psíquico trasciende aspectos como *reflejos fisiológicos* o respuestas a estímulos como *reacciones psicológicas*.

Condición por la que la persona, según la Logoterapia, no precisamente enferma por las ya conocidas patologías bajo una perspectiva médico-psiquiátrica. Pues humanamente nos enfrentamos a un fenómeno espiritual que, entre los estados de enfermedad, emerge de un contexto somato-psíquico, y es el *complejo de vacuidad* al que se enfrentan muchos hombres, “es un complejo de falta de sentido, acompañado de un sentimiento de vacío... vacío

existencial” (Frankl, 1990, p.9), base sobre la cual se habló de voluntad de sentido en el capítulo anterior, y que aquí parece demostrar que surge como una preocupación *per se* por experimentar un significado en la vida, pues esta es una motivación específicamente humana.

Entonces, Frankl (1991) reconociendo que existe una realidad que no es material, la realidad del espíritu como *núcleo* de la personalidad humana, postula esta como la dimensión por la que emerge lo trascendente en el hombre, como lo es la voluntad de sentido, la cual no es algo que se capte a través de los sentidos, así, otra forma en que se puede interpretar a Frankl conlleva a experimentarla como algo intuitivo, que se enmarca en la intención de una vida significativa.

Ahora, si la intención del hombre en tanto ser espiritual es hallar un sentido a su vida que la haga significativa o por el que valga la pena vivirla, y por el que también puede enfermar de no cumplirlo, se debe reconocer que la Logoterapia, al emprender una búsqueda de sentido, termina generando una transformación en la persona, baste pensar en los cambios que requiere el cumplimiento de los valores de creación, experiencia o de actitud propuestos por Frankl (véase capítulo II), estos últimos como aquellos que, por ejemplo, sobreponen al hombre a estar dispuesto incluso a sufrir si esto tiene algún sentido para él.

Así, es esta transformación que la Logoterapia genera, lo que permite relacionarla con la noción de espiritualidad, toda vez que se recuerda a Foucault (1994), quien llama espiritualidad

Al conjunto de estas búsquedas, prácticas y experiencias entre las cuales se encuentran las purificaciones, la ascesis, las renunciaciones, las conversiones de la mirada, las modificaciones de la

existencia que constituyen, no para el conocimiento sino para el sujeto, para el ser mismo del sujeto, el precio a pagar para tener acceso a la verdad. (p.38).

Entendiéndose que la verdad es aquello que esclarece, por lo que se hace consciente al sujeto para transformarse en su modo de ser sujeto, es decir, de relacionarse y comportarse con aquello que le circunda, pero téngase en cuenta que esta transformación logoterapéutica, se enmarca bajo el supuesto de que la vida tiene algún sentido, por ejemplo una vez más se recuerda que para Frankl (1991) el principal interés humano no está en buscar el placer o evitar el dolor, sino en hallar un sentido, razón por la que incluso lo encontraría a través del sufrimiento.

Puede entenderse entonces que el hombre en su búsqueda de sentido (su razón, su verdad para vivir, su Logos), adopta cambios que le permitan cumplir con su voluntad de sentido, con la intención de hallarlo, y esto es en sí un *ejercicio espiritual*, que permite comprender la Logoterapia como una práctica que cabe en la definición de Hadot (1998), al conceptuar todo ejercicio espiritual como toda práctica sea de orden físico o discursivo con miras en la modificación o transformación de quien las practica.

Un ejemplo de este tipo de cambios se puede encontrar en la investigación que hace Pérez (2009), para dar a conocer la efectividad que puede tener la aplicación de la Logoterapia en algunos casos de Depresión, donde dice él “en este proceso la persona reorganiza y dirige su vida hacia metas sobre la base del sentido” (p.12), basado en el supuesto de que el síntoma más común en aquellos que sufren una depresión es que consideran que en su vida falta sentido. De esta manera, el tratamiento que llevó a cabo expresa que permitió la cura o el alivio de algunos síntomas, mostrando en sus resultados los cambios en las características *emocionales*,

*cognitivas y existenciales* al que llegan los pacientes en la búsqueda de un sentido, evaluando aspectos como autoprotección, objetividad de sí mismo y de la realidad, autonomía, proactividad, entre otros.

Entonces, si la intención humana por naturaleza se manifiesta como un propósito a cumplirse, intencionado por el espíritu mismo, *Logos* o ser espiritual como llama Frankl, por qué no preguntarnos si ¿fuera de un contexto psicopatológico, esta intención en sí misma, es ya reflejo de la intención de ocuparse de sí mismo, vista desde la filosofía y analizada por Foucault?, ¿por qué emerge en nosotros la intención de hacer algo de nosotros mismos? ¿no es precisamente acaso ocuparse de sí mismo, una forma de buscar sentido a la experiencia de vivir?, pues de cualquier manera, la dimensión noética se presenta como un espacio donde emerge el deseo de una vida significativa, en la que los valores y el sentido aparecen.

Esto en comparación con la verdad, a la que se llega por el autoconocimiento entendido en el pensamiento filosófico y de Foucault, puede interpretarse como el *sentido* por el que cada quién ha de transformarse, ya sea bajo la adopción de virtudes o, bajo la realización de valores de creación, de experiencia o de actitud que propone Frankl. Añado que el no saber o no tener claridad para vivir, parece ser una cuestión que demuestra esto en tanto surge la intención misma de buscar un sentido.

Llegados a este punto vale preguntarnos, ¿acaso no es esto lo que busca el hombre desde siempre?, por ejemplo, la filosofía misma se convertía en un método para hallar la eudaimonía (la felicidad, la vida buena), dice incluso Ramírez et al. (2014) que buscar la felicidad “era importante como propósito en la existencia del ser humano” (p.30). Siendo la eudaimonia el medio para *conocerse a sí mismo*, este conocimiento de sí mismo, en un principio

se reflejaba en el deseo impetuoso de *transformar el alma*, de hacer de ella un objeto por el cual el hombre alcanzara la excelencia, pero también por el deseo de construir un saber formalizado sobre ella que permitiera definirla como si de un objeto se tratase también (Ortiz, 2019), y entonces esto ¿no son al fin de cuentas propósitos que hacen significativa la existencia?, lo que nos demuestra que el hombre parece siempre buscar un sentido a su existir.

Dice Foucault (1994) que el concepto de *epimeleia heautou*, es entendido como *cuidado de uno mismo*, esto significa adoptar una actitud que permita una particular relación consigo mismo, los otros y el entorno, lo que produce cambios en el ser humano con base en el análisis de cómo actuar frente al mundo en el que se está, esto deriva en la construcción de un determinado modo de *ser*, el cual en la filosofía antigua se constituirá bajo la imagen de la virtud, así, en Frankl, llegar a ser de determinada forma puede ser el producto del cumplimiento de los valores de actitud<sup>5</sup>, de hecho, esta posibilidad de transformación se nombra en la siguiente cita:

El análisis existencial caracteriza y califica la esencia de la existencia en el sentido de que la existencia es una forma de ser, a saber, el ser humano, el ser específico del hombre, cuya particularidad consiste en que por lo que atañe al hombre no se trata de un ser de hecho sino de un ser facultativo, no de un deber ser así y no de otra forma... sino más bien de un poder llegar a ser siempre también de otra forma. (Frankl, 2018, p.252).

Esto quiere decir, que la Logoterapia en tanto modelo de psicoterapia, se fundamenta sobre la base de que el hombre es un ser que por sus condiciones estará siempre en la capacidad

---

<sup>5</sup> Este concepto fue definido en el segundo capítulo de esta monografía, dicho de manera sintética, los valores de actitud se refieren a la postura que el hombre asume para afrontar la vida, por el valor que da a sus conductas y las jerarquiza. Además, téngase en cuenta que, en su teoría, estos valores son descubiertos a través del sufrimiento, mientras que el cuidado de sí al que se refiere Foucault no necesariamente está supeditado al sufrimiento.

de elegir, de tomar la opción de hacer de sí alguien en particular, inclusive esto coincide con la ascesis subjetiva en cuanto transformación necesaria para alcanzar lo que los griegos entendían como areté (excelencia). Por tanto, llegar a ser de otra forma, opción emergente de la inquietud de para qué vivir, y que puede ser el producto de la *inquietud de sí* o del sufrimiento, se convierte en la muestra del ímpetu trascendente del hombre, que se transforma en un mismo ejercicio de cómo vivir, para alcanzar en la filosofía la felicidad o la virtud y en la Logoterapia el sentido de vida.

Se entiende entonces, que, en el caso de la Logoterapia, el llegar a ser de otra forma es el efecto de la búsqueda de un sentido y de dar respuesta a los interrogantes a los que puede llevar el malestar espiritual, producto de un vacío existencial que se enmarca en ocasiones en la neurosis noógena como consecuencia de la frustración de la voluntad de sentido. En esta línea, es importante mencionar que el sufrimiento en la Logoterapia no es concebido como una enfermedad en el marco de las neurosis, más bien es el reflejo de la necesidad de un hombre por creer y sentir que su vida algo significa, esta vivencia infiere comprender que no es algo que nace ni en la dimensión biológica o psicológica sino en la dimensión espiritual, tal es así, que la desesperación en la que alguien puede caer por el hecho de que aspire a que su vida tenga algo de valiosa, es “una angustia espiritual, pero no es en modo alguno una enfermedad mental” (Frankl, 1991, p.105).

En este orden de ideas, dice Frankl (2018) “no somos los médicos los que llevamos la filosofía o incluso la teología a la medicina, sino que son nuestros pacientes los que nos proponen su problemática filosófica” (p. 340), cuestión por la que la Logoterapia conlleva a la transformación del hombre por su esfera espiritual, pues esta ascesis o transformación se da en

el plano de lo subjetivo, lo propio de una persona, cosa que por otros medios como la ciencia no se podría alcanzar, bajo el propósito de una construcción sistémica de conocimiento que apunta solo a lo objetivo. Ante lo que se entiende porqué Frankl (2018) define además la Logoterapia como *cura de almas médica*, afirmando que el ejercicio de buscar sentido o aliviar la frustración por no lograrlo, es una necesidad tanto del paciente como de su terapeuta, en tanto hombre es también, aun sea el neurólogo o el psiquiatra, pues “un cirujano que quisiera renunciar a cualquier *cura de almas* médica no debería sorprenderse si no encuentra a un paciente antes de la operación sino después del suicidio en la mesa de autopsia” ( Frankl, 2018, p.331).

Un ejemplo del que se vale Frankl es manifestar que un médico puede amputar una pierna gracias a su saber científico, pero no por éste podrá ayudar a la *persona* a la que le amputa la pierna a evitar su suicidio porque crea que su vida no valga la pena, para ello, ha de abordarle desde la dimensión que le da la capacidad de sobreponerse a sí mismo, esto es su capacidad de autodistanciamiento, dándole a su vida un sentido que incluso va más allá de lo somatopsíquico. Desde luego, la Logoterapia implica admitir que “efectivamente: la relación entre la persona y el organismo somático es una relación instrumental; el espíritu instrumentaliza lo psicofísico; la persona maneja el organismo psicofísico, lo hace «suyo» haciéndolo herramienta, *organon*, instrumento” (Frankl, 1984, p.131).<sup>6</sup>

Esto permite reconocer que “lo espiritual es invisible por naturaleza... no se puede percibir; por eso, en cierto sentido, hay que «creer» en el espíritu” (Frankl, 1984, p. 97), sin embargo, se puede decir que aunque no se percibe se le conoce por sus efectos. Así, esta

---

<sup>6</sup> En la actualidad en áreas como la medicina, la neurología y la filosofía, está en auge una perspectiva más integradora del hombre que abarca su dimensión orgánica (objetiva) y su dimensión discursiva, histórica, cultural (subjetiva).

invisibilidad del espíritu, que puede entenderse a su vez como inmaterialidad, se puede ver en Frankl como un factor que hace menester la relación con un medio de expresión material, no en vano “la unidad antropológica del hombre sólo se puede comprender, a pesar de la diversidad ontológica de lo corporal, de lo psíquico y de lo espiritual... la persona es algo indivisible...” (Frankl, 2018, p. 254-255).

Por otro lado, si según Lopera et al. (2010) *el alma es la encarnación del Logos, es el espíritu encarnado*, y el Logos según Frankl es *espíritu, sentido*, podría decirse que llegar a ser y/o transformarse, visto en el marco de la dimensión noética o espiritual, es el proceso por el que el espíritu, el Logos, entendido como razón, consciencia, tendencia articulante, se expresa en el hombre dirigiéndolo hacia el cumplimiento de una tarea, o hacia otro ser humano por causa del servicio o el amor, o eligiendo la actitud con la que se ha de vivir, como si de un poder creativo se tratase, que permite la emergencia de algo más, la realización de un sentido, esto es entender a Frankl (1984) cuando dice “el ser espiritual «existe» en la realización de sí mismo. Ya por eso el ser espiritual no puede ni debe buscarse a sí mismo, sino trascenderse” (p.104).

Esto se entiende cuando Frankl (2012) manifiesta que cada vez que el hombre reflexiona sobre sí mismo, es decir, cuando se asume como objeto, está haciendo uso de la capacidad misma de su espíritu, por la cual se hace consciente de una intención, que deja ver por ejemplo como “el hombre no se preocupa por el placer y la felicidad como tales, sino, más bien, por aquello que causa esos efectos, sea la realización de un sentido personal o el encuentro con un ser humano. Esto también vale para el encuentro con el ser divino” (Frankl, 2012, p.47).

Por esto último, vale mencionar acá a San Agustín (citado en Ramírez et al, 2014), quien definió la espiritualidad como el acto de buscar a Dios, este acto según Avendaño (2009) puede



vivirse bajo un proceso de interiorización y trascendencia, pero también en el amor por el cual alguien se entrega a otro, encontrando a Dios en la particularidad de cada quien, así “debe generarse un empeño en experimentar el encuentro con Dios por medio del prójimo día tras día. Se debe buscar a dios en las actividades cotidianas, en el recreo, en el estudio, en el compartir con los hermanos...” (p. 32-33). En concordancia, sí según Cañón (2017) la espiritualidad es una condición humana, determinada por aquella intencionalidad de hacer significativa su propia existencia por medio de un sentido, la Logoterapia puede entenderse como una práctica misma de la espiritualidad.

Así la Logoterapia se muestra como el método indicado para atender la afección espiritual que surge cuando este sentido no es hallado, pero para ello es menester que se produzca un encuentro entre dos seres humanos, donde “uno confronta al otro con el Logos, es decir, con el sentido del ser” (Frankl, 2012, p.18), encuentro donde no solo se hace un análisis, se hace *terapia*, es decir, tratamiento, como un proceso de cuidado de sí mismo, entendido a su vez como forma de autotrascendencia.

Así, en ese diálogo que se entabla entre un Logoterapeuta y un consultante, se produce una forma de purga conocida como catarsis que permite el autoconocimiento, pues es el diálogo socrático el que por medio de interrogantes facilita abrir caminos que inician o reinician la búsqueda del bienestar en la intención de conocer de sí, práctica equiparable reflejada en la *epimeleia* de la que hablaba Foucault (1994), como un modo de actuar por el que alguien se modifica, esto no sólo como principio filosófico, sino como principio para establecer un modo de estar y actuar en el mundo.

En este contexto, me valgo de citar a Frankl (2018) en su creencia de que la filosofía “es un instrumento del que se vale la psicoterapia” (p.68), para afirmar que incluso lo que él llama *vacío existencial* requiere de la adopción de una *filosofía de vida* que muestre un sentido para cada hombre, comprendiéndose que la “filosofía es el conjunto de los principios y de las prácticas con los que uno cuenta y que se pueden poner a disposición de los demás para ocuparse adecuadamente del cuidado de uno mismo o del cuidado de los otros” (Foucault, 1994, p. 61). Así, por medio de esta se logra un análisis de la existencia en tanto ser hombre es característica de ser responsable, responsabilidad de la que cada individuo hace de su vida una experiencia vivida como misión especial, incluso fuese ésta convertirse en un hombre virtuoso, tal como lo era para los filósofos antiguos.

Ahora bien, se reconoce que en el camino de la espiritualidad, refiriéndose a la transformación de un individuo para llegar a ser de determinado modo, por el conocimiento y cuidado de sí, hace falta que otro guíe, dice Foucault (1994) “No existe preocupación por uno mismo sin la presencia de un maestro” (p.49), pues el desarrollo de un modo de relación consigo mismo es aquel producto de la formación que puede darse en el mero relacionamiento con otro, ese otro que se edificaba y hacía de guía en épocas anteriores como el filósofo, por ejemplo dice Simplicio (citado en Hadot, 1998):

¿Qué lugar tendrá el filósofo en la ciudad? Será el de un escultor de hombres y de un artesano que fabrica ciudadanos leales y dignos. No tendrá, pues, otro oficio que el de purificarse a sí mismo y de purificar a los demás para vivir la vida conforme a la naturaleza que conviene al hombre; será el padre común y el pedagogo de todos los ciudadanos, su reformador, su consejero y su protector, ofreciéndose a todos para cooperar en el cumplimiento de todo bien,

regocijándose con quienes tienen dicha, compasivo con quienes están afligidos y consolándolos (p.232).

Paralelamente, esto es comparable con la Logoterapia cuando se sabe que “la función del Logoterapeuta consiste en ampliar y ensanchar el campo visual del paciente de forma que sea consciente y visible para él todo el espectro de las significaciones y los principios” (Frankl, 1991, 111), este relacionamiento, es por el que aboga Frankl en sus teorías, para demostrar que más que una técnica es un encuentro el que produce la transformación de una persona. Y aquí se encuentra una práctica espiritual, que conlleva a la trascendencia, que supone modificar el comportamiento o la actitud, como formas de ocuparse de sí mismo, aunque sea por la búsqueda de sentido que nuestra vida, según la Logoterapia, ha de demandar.

Así, para finalizar, he de decir que todo lo anterior se puede encontrar reflejado en la investigación de Pablo Etchebehere, quien resume que entender la Logoterapia como un ejercicio espiritual es ver la filosofía de la que se vale para el análisis existencial como una conducta misma, que hace del autoconocimiento de una persona el producto de la inquietud por resolver el enigma del sentido de su existencia.

En definitiva, no se puede olvidar que al sentido de la vida solo se responde con la libertad de la que habla Frankl, que en muchos casos sale a flote como un cuestionamiento al actuar, enmarcado no pocas veces en la noción de sufrimiento, que impulsa a la búsqueda de una verdad generadora de una vida plena, en un sentido no muy diferente, feliz, lo que hace a la Logoterapia una forma de psicología ascética, si de entender el objetivo del ascetismo como transformación subjetiva también se trata.

## Conclusiones

Aportes del abordaje de la espiritualidad desde la Logoterapia para el bienestar del individuo.

El *espíritu*, emparentado al término griego *Logos*, es un principio articulante, manifestado en todos los niveles de existencia. No es material, pero que no *es* sin la materia, dicho de otro modo, el espíritu es inmaterial, pero se expresa en la materia. Es una realidad superior que contiene al ser y a la acción. En suma, el Logos es el espíritu manifiesto como principio articulador, es la acción misma de articular, esto es, la tendencia a la interacción entre los distintos elementos existentes. Así, el espíritu, que Frankl define como sentido-Logos, al nivel del ser humano se expresa como esa tendencia a articular el propósito, la intencionalidad misma del hombre con su entorno y su propia existencia.

En la psicología, a pesar de su clara intención de hacerse ciencia, persisten aún hoy aquellos discursos filosóficos en los que se concibe el hombre como un ser compuesto por algo más que un organismo biológico y un mecanismo psico-neurológico reactivo a estímulos. Este algo hay quienes lo consideran alma y otros, espíritu. Según Lopera et al. (2010) el alma se entiende como una estructura que emerge de la conjugación de un organismo humano y la cultura, es decir, cuando la cría humana se apropia de la cultura, esta conjugación constituye el ser humano. La cultura es entendida como el espíritu de los pueblos, lo más característico de una comunidad, por tanto, el alma sería una forma del espíritu. Según Frankl, el hombre es un *ser* espiritual, en tanto se le concibe como una integridad compuesta por un organismo biológico, un psiquismo y un espíritu. Así, ambas definiciones confluyen en la idea de que el

alma o el espíritu son formas de aquella realidad humana que, aunque inmaterial, requiere de la materia para expresarse.

La espiritualidad, en un marco filosófico y psicológico, se representa como un ejercicio en el que la responsabilidad de la persona consigo misma es fundamento para transformarse, en tanto requiere afrontar la propia existencia. Este ejercicio es ocuparse de uno mismo, lo que en palabras de Foucault (1994) significa ocuparse del alma, cuidar de sí.

La espiritualidad es condición humana que hace del hombre un ser trascendente, bien sea por vertientes religiosas, filosóficas o psicológicas, con la inclusión de enfoques teístas o no, pues, en cualquiera de los casos, propicia al ser humano la posibilidad de hacer de sí algo cambiante, un ser que se supera por la construcción de un modo de ser y estar en el mundo de acuerdo a su intencionalidad (libertad), responsabilidad y búsqueda de sentido, de Logos, por ello Frankl propone la Logoterapia como una terapia para buscar el sentido (el espíritu) de la vida.

La espiritualidad en términos generales se puede entender como una emergencia en la vida humana, por la cual se atiende lo propiamente humano, esa necesidad que impulsa al hombre al encuentro con aquello que está más allá de su naturaleza palpable, como lo puede ser un sentido de vida, que se articula en un modo de ser y estar consigo mismo y todo lo que le rodea.

La logoterapia nos presenta al hombre como una integridad, compuesta por tres dimensiones que, aunque distintas e independientes, son indivisibles, a saber, estas dimensiones biológica, psíquica y espiritual constituyen las áreas del trabajo médico-psicoterapéutico. Así,

abandonando la concepción reduccionista del hombre desde una postura psicossomática, ofrece la oportunidad de contemplar al hombre en su dimensión espiritual, siendo esta la representación de la esencia humana, por la que el hombre está en capacidad de desafiar los condicionamientos y límites que la misma existencia le impone, como el dolor, la culpa y la muerte.

La Logoterapia, sin negar la realidad y validez de lo psicofísico, centra su trabajo en la dimensión espiritual, aquella por la que se reflejan los elementos constituyentes de la condición humana, el sentido de vida, la voluntad de sentido y la libertad de voluntad. Proponiendo así tres caminos para encontrar el sentido de vida, estos son los valores de creación (lo que el ser humano ofrece al mundo, una profesión, un oficio), los valores de experiencia (lo que el ser humano toma del mundo, la bondad, la cultura, el amor, etc.) y los valores de actitud (modo de afrontar lo que le ocurre); siendo estos últimos los que permiten entender por qué en medio del sufrimiento la vida de un hombre puede seguir teniendo sentido.

La Logoterapia entonces se hace método de tratamiento psicoterapéutico, por el que se busca el cambio de actitud del hombre ante un destino (entorno, ambiente) que no siempre puede ser modificable por su voluntad, revirtiendo la mirada hacia sí mismo, transformándose más bien por el ejercicio de su libertad en cuanto a cómo ha de afrontar su existencia.

La Logoterapia se fundamenta en la filosofía, por la que se accede al análisis existencial, en consecuencia, puede verse como un equivalente de lo que podría llamarse una psicología ascética, soportando esta idea en la definición de ascesis de Foucault, en tanto esta se entiende como un ejercicio de sí sobre sí, que promueve el cambio, la transformación subjetiva, la trascendencia del ser con base en la preocupación o cuidado, tanto de sí como de los otros.

La Logoterapia emerge como una terapia apropiada para el abordaje del sufrimiento humano, manifiesto en aquellos fenómenos en el campo de la enfermedad mental, como la ansiedad, depresión, adicciones, representadas bajo la forma de frustración existencial, vacío existencial o neurosis noógena. Permitiendo humanizar el abordaje de lo que llamamos trastorno o enfermedad mental, pues se aboga por abordar aquella necesidad de cada individuo que solo atañe a la dimensión espiritual, y esta es la de experimentar una vida con sentido, significativa. De esta manera no se patologiza toda sintomatología que represente el malestar humano, pues se parte de creer que este emerge en un gran número de casos tan solo por la frustración del sentido. El malestar del ser humano no se toma como una enfermedad a combatir o eliminar, sino como un indicio de falta de sentido existencial.

El sufrimiento en perspectiva de la Logoterapia es ineludible en la existencia humana, sin embargo, puede ser este incluso una catapulta por la que el hombre incentiva su transformación, hace algo de sí, un ser más fuerte y capaz, puede ser la motivación que lleva a la búsqueda y construcción de una forma de ser tal que alcance la realización del significado de su vida.

Sigue siendo una necesidad actual el preparar a la humanidad para saber aceptar los hechos de los que se compone la existencia, y asuma una actitud proactiva ante lo inevitable, haciendo menester adoptar la práctica de la espiritualidad como un ejercicio que conlleva al cambio individual, que para este caso emerge del deseo de sentido, como dice Frankl (1984) del sentido personal y concreto de la vida, cuyo cumplimiento se exige y reclama a cada uno. Por lo que su cumplimiento podría ayudar al hombre de hoy a superar el vacío existencial, pues su última oportunidad de cambio reside en la actitud que adopte al soportar su carga. Lo que

permite al paciente contemplar la idea, tan siquiera, de asumir sus momentos de sufrimiento como una oportunidad para desarrollarse como mejor persona, y esto se puede lograr a través de la Logoterapia.

Se entiende que la Logoterapia, en su pretensión terapéutica, no consiste en eliminar de la vida humana el sufrimiento, pues su premisa es que no se pueden eliminar nunca las emociones (angustia, dolor, tristeza, malestar, etc.) que lo representan, producto de las experiencias “negativas” de nuestra existencia.

Respondiendo a la pregunta de investigación, se entiende que la espiritualidad desde la Logoterapia se vive como un proceso de cambio, transformación a la que se llega por medio de la búsqueda de un sentido a la vida, así los caminos que esta abre para el cuidado de sí mismo son el análisis existencial y el cumplimiento de los valores de creación, experienciales y de actitud. Esta transformación puede ser el reflejo del desarrollo de la capacidad incluso para soportar o sobrellevar el sufrimiento que la vida tiene implícito en su dinámica. De esta manera, la felicidad, un vivir mejor, la virtud, vistas como intenciones del hombre desde la antigüedad, son fenómenos vividos en la Logoterapia como consecuencias de hallar un sentido, una razón, un significado o propósito a la existencia, la búsqueda de estas conlleva a permanentes cambios en el ser, enmarcados en el cuestionamiento sobre el cómo alcanzarlos o por qué alcanzarlos. En síntesis, la espiritualidad en la logoterapia se vive cuando el ser humano emprende una búsqueda de sentido a su existencia, y en esa búsqueda se transforma, transforma su manera de asumir la vida y de estar en el mundo.

Por último, esta investigación demuestra que en el campo de la psicopatología, de la enfermedad mental, existen aquellos síntomas que no necesariamente conforman un



diagnóstico como tal, sino que son síntomas que reflejan la necesidad de abordar lo humano del hombre, y es su ser espiritual, aquel fenómeno hecho discurso a través de los conceptos alma y espíritu, y por los que el hombre se constituye como tal. Así se hace propuesta de considerar que más que una enfermedad puede ser el agobio de un alma o espíritu que tiene la necesidad de dar satisfacción a lo más trascendental de su existencia, su sentido.

### **Recomendaciones**

Se considera pertinente profundizar en la noción de sentido, en tanto diversas perspectivas muestran este como algo que la vida tiene implícito *per se* y otros la conciben como una construcción humana, esto es importante a la hora de estimar las consecuencias de una y otra creencia, y de poder emprender el camino por el cual, incluso a nivel personal, se experimentará una vida significativa.

## Referencias

- American Psychological Association (2010). *Diccionario conciso de psicología* (1 ed.). México, D.F.: Editorial El Manual Moderno.
- Arana, José M; Meilán, Juan José G. y Pérez, Enrique (2006). El concepto de psicología. Entre la diversidad conceptual y la conveniencia de unificación. Apreciaciones desde la epistemología. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 8 (1), 111-142. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80280107>
- Augsburger, Ana Cecília. (2004). La inclusión del sufrimiento psíquico: un desafío para la epidemiología. *Psicología & Sociedade, Volumen 16*. Pág. 71 – 80. Recuperado de [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0102-71822004000200009&lang=es](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-71822004000200009&lang=es)
- Avendaño-Valderrama, Carlo, Andrés. (2009). *Elementos de la espiritualidad agustiniana específicamente de la regla de san agustín que orientan y estructuran la convivencia en la obra social-fundación ciudad de Dios-de la orden de San agustín-Provincia nuestra señora de gracia de Colombia* (Tesis de pregrado). Universidad De San Buenaventura. Recuperado de <http://biblioteca.usbbog.edu.co:8080/Biblioteca/BDigital/43252.pdf>
- Barull, E. (2000). ¿Cuál es el objeto de estudio de la psicología? Biopsychology.org. recuperado de <https://www.biopsychology.org/biopsicologia/articulos/reflexiones/psicologia.htm>

Burnet, John y Taylor, Alfred E. (1990). *Doctrina Socrática del Alma – Biografía Platónica de Sócrates*. México D.F., México: Universidad Nacional Autónoma de México. Instituto de investigación filosóficas.

Cañón-Loyes, Camino. (2017). Naturalización de la espiritualidad (1). *Pensamiento*, vol. 73, núm. 276, pp. 609-629. DOI: <https://doi.org/10.14422/pen.v73.i276.y2017.029>

Durán Palacio, N., Restrepo Ochoa, D. A., Salazar Trujillo, C. J., Sierra Rodríguez, A. E., y Schnitter Castellanos, M. (2007). Historia paralela de la Psicología Clínica: un rastreo teórico-histórico. *Informes Psicológicos*, 9, 135-148. Recuperado a partir de <https://revistas.upb.edu.co/index.php/informespsicologicos/article/view/788>

Etchebehere, Pablo. (sin fecha). La Logoterapia ¿Es un ejercicio espiritual?. Sobre la instrumentalidad del sentido. Recuperado de [https://www.academia.edu/35155225/LA\\_LOGOTERAPIA\\_ES\\_UN\\_EJERCICIO\\_ESPIRITUAL](https://www.academia.edu/35155225/LA_LOGOTERAPIA_ES_UN_EJERCICIO_ESPIRITUAL)

Farías Rivas, Rodrigo. (2017). “No veo más que a Heidegger y Lacan”. Comentario a la distinción entre filosofía y espiritualidad en la hermenéutica del sujeto de Michel Foucault. *Ideas y Valores*, vol. LXVI, núm. 164, pp. 251-264. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80957432011>

Federación Europea de asociaciones de psicólogos (EFPA). (2003). Psicología clínica y psiquiatría. *Papeles del Psicólogo*, Vol. 24(85). Recuperado de <http://www.papelesdelpsicologo.es/resumen?pii=1073>

Font, J. (2017). Naturalización de la espiritualidad (2). *Pensamiento. Revista De Investigación E Información Filosófica*, 73 (276 S.Esp), 631-647.  
<https://doi.org/10.14422/pen.v73.i276.y2017.030>

Foucault, Michel. (1994). *Hermenéutica del sujeto*. Madrid, Ediciones de la Piqueta.

Frankl, Viktor. (1984). *El hombre doliente Fundamentos antropológicos de la psicoterapia*. Barcelona: Editorial Herder.

Frankl, Viktor. (1990). *Ante El Vacío Existencial. Hacia Una Humanización De La Psicoterapia*. Barcelona: Editorial Herder.

Frankl, Viktor E. (1991). *El hombre en busca de sentido*. Recuperado de [https://www.actors-studio.org/web/images/pdf/viktor\\_frankl\\_el\\_hombre\\_en\\_busca\\_del\\_sentido.pdf](https://www.actors-studio.org/web/images/pdf/viktor_frankl_el_hombre_en_busca_del_sentido.pdf)

Frankl, Viktor E. (2012). *Fundamentos y aplicaciones de la Logoterapia*. Barcelona: Editorial Herder.

Frankl, Viktor E. (2018). *Logoterapia y análisis existencial. Textos de seis décadas*. Barcelona: Editorial Herder.

Galeano-Marín, María Eumelia. (2004). *Estrategias de investigación social cualitativa*. El giro en la mirada. La Carreta Editores

Galeano-Marín, María Eumelia. (2009). *Diseño de proyectos en la investigación cualitativa*. Fondo editorial Universidad Eafit

García-Haro Juan; García-Pascual, Henar; González-González, Marta. (2018). Cuando se deja de hacer pie. Notas sobre cultura moderna, crisis de sentido vital y psicopatología. *Revista de psicoterapia*, Vol. (29), N°. 109, págs. 147-167. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6524107>

Gómez-Vargas, Maricelly. (2010). Concepto de psicoterapia en psicología clínica. *Revista de psicología universidad de Antioquia*. vol. (2), N. 2. pp. 19-32. Recuperado de <https://revistas.udea.edu.co/index.php/psicologia/article/view/10290/9589>

González – Rivera, Juan Aníbal (2017). Integrando la espiritualidad en la consejería profesional y la psicoterapia. Modelo multidimensional de conexión espiritual. *Revista Griot*, Vol. 10, N°. 1, págs. 56-69. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7047994>

Hadot, Pierre. (1998). *¿Qué es la filosofía antigua?* México D.F. Editorial Fondo De La Cultura Económica.

Hernández-Sampieri, Roberto; Fernández-Collado, Carlos y Baptista-Lucio, Pilar. (2014). *Metodología de la investigación*. Recuperado de <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>

Krmpotic, Claudia S. (2016). La espiritualidad como dimensión de la calidad de vida. exploraciones conceptuales de una investigación en curso. *Scripta Ethnologica*, vol. XXXVIII, pp. 105-120. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/148/14849184006.pdf>

Lopera-Echavarría, Juan Diego. (2006). Psicología Ascética y Psicología Epistémica. *Acta colombiana de psicología* 9(2): 75-86. Recuperado de <https://actacolombianapsicologia.ucatolica.edu.co/article/view/401/404>

Lagomarsino Montoya, Mario.; Moraga Gálvez, Lorena.; Cabezas Cáceres, Carolina, y Estay Sepúlveda, Juan Guillermo. (2018). Salud, malestar y padecimiento: La sociedad de lo peor. La democracia y la sociedad abierta en peligro. *Utopía y praxis latinoamericana*, 23(83),68-84. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27957772008>

Lopera-Echavarría, Juan D, Manrique-Tisnés, Horacio, Zuluaga-Aristizábal, Marda U y Ortiz-Vanegas, Jennifer. (2010). *el objeto de la psicología: el alma como cultura encarnada*. Editorial Universidad de Antioquia.

Lúcar-Vidal, Fredrik. (2010). Sufrimiento humano y contextos de ajuste terapéutico. *Revista de investigación en psicología*, Vol. 13, N°. 2. págs. 231-242. Recuperado de <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/3730/2991>

Luna, José Arturo. (2015). *Logoterapia, un enfoque humanista existencial fenomenológico*. Editorial San Pablo.

Martínez-Rodríguez, Jorge. (2011). Métodos de investigación cualitativa. *Silogismo, Número 08*. Recuperado de

<http://www.cide.edu.co/doc/investigacion/3.%20metodos%20de%20investigacion.pdf>

Maururs, J. (2006). *Vivir momentos de...Sufrimiento*. Bogotá, Colombia: San Pablo.

Nogueria, María Jimena. (2015). La espiritualidad y su relación con el bienestar subjetivo y psicológico. *psocial revista de investigación en psicología social volumen 1*. Pag.33-50.

Recuperado de

<https://publicaciones.sociales.uba.ar/index.php/psicologiasocial/article/view/1235/1116>

Ortiz Vanegas, J. (2019). La tradición ascética y epistémica en la psicología y el psicoanálisis.

Palavras. *Revista de Epistemología, Metodología y Ética del Psicoanálisis*, 4, 52-69.

Recuperado de [www.revistas.unlp.edu.ar/palavras](http://www.revistas.unlp.edu.ar/palavras)

Palacio-Vargas, Carlos Julián. (2015). La espiritualidad como medio de desarrollo humano.

*Cuestiones Teológicas, Volumen 42 N.º 98*. Páginas 459 – 481. Recuperado de

[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0120-](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-)

[131X2015000200009&lang=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-131X2015000200009&lang=es)

Pérez-Mendoza, Guillermo Manuel. (2009). *La efectividad del modelo logoterapéutico en el tratamiento de la depresión; un estudio de casos* (Tesis de pregrado). Universidad De San

Carlos De Guatemala. Recuperado de

<http://www.repositorio.usac.edu.gt/13249/1/13%20T%281592%29.pdf>

Ramírez-Gómez, Carlos, Arturo; Lopera-Echavarría, Juan, Diego; Zuluaga-Aristizábal, Marda,

Ucaris; Ramírez-Castaño, Victoria, Eugenia; Henao-Galeano, Carlos, Mario; Carmona-

Henao, Diana, María; (2014). *Relaciones psicología-psicoanálisis*. Bogotá, Colombia.

Editorial San Pablo.

Real academia española. *Diccionario de la lengua española*, 23.<sup>a</sup> ed. Recuperado de <https://dle.rae.es/consulta>

Riveros Aedo, Edgardo. (2014). La psicología humanista: sus orígenes y su significado en el mundo de la psicoterapia a medio siglo de existencia. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBSP*, 12(2), 135-186. Recuperado <http://www.scielo.org.bo/pdf/rap/v12n2/v12n2a1.pdf>

Rivera-Ledesma, Amando; Montero-López Lena, María. (2007). Ejercicio clínico y espiritualidad. *Revista Anales de psicología*, Vol. 23, N.º 1, págs. 125-136. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2312623>

Rivera-Ledesma, Armando; Montero-López, Lena María y Zavala Jiménez, Sandra. (2014). Espiritualidad, psicología y salud. *Psicología y Salud*, Vol. 24, Núm. 1: 139-152. Recuperado de <http://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/728/1285>

Rodríguez-Marín, Jesús. (1998). Psicología de la salud y psicología clínica. *Papeles del Psicólogo*, 1998. Vol. (69). Recuperado de <http://www.papelesdelpsicologo.es/resumen?pii=772>

Ruch-Floyd, L. (1974). *Psicología y Vida*. México. Editorial trillas S.A.

Salgado-Lévano, Ana Cecilia. (2014). Revisión de estudios empíricos sobre el impacto de la religión, religiosidad y espiritualidad como factores protectores. *Propósitos y representaciones*, Vol. 2, N.º. 1. págs. 121-159. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5475193>



Vélez, O. L., y Galeano, E. (2002). *Investigación cualitativa: Estado del Arte*. Medellín: Centro de Investigaciones Sociales y Humanas. Universidad de Antioquia. Recuperado de <http://josemramon.com.ar/wp-content/uploads/Estado-Del-Arte-Sobre-Fuentes-Documentales-en-Investig-Cualitativa.pdf>

Villegas, Orlando. (1991). Investigación en psicoterapia. *Revista de psicología*, Vol. 9, N°. 2. págs. 161-190. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6123270>