

Artículo de reflexión

La teoría del sentido del sufrimiento. Fundamentación filosófica de una terapéutica: Scheler y Frankl

The theory of the meaning of suffering. Philosophical foundation of a therapy: Scheler and Frankl

Felipe Miramontes^{a*}

^a *Sociedad Mexicana de Análisis Existencial y Logoterapia.*

D A T O S A R T I C U L O

Para citar este artículo:

Miramontes, F. (2013). La teoría del sentido del sufrimiento. Fundamentación filosófica de una terapéutica: Scheler y Frankl. *Realitas, Revista de Ciencias Sociales, Humanas y Artes*, 1(1), 51-55.

Palabras clave:

Sufrimiento, Sentido, Persona, Logoterapia, Análisis existencial.

R E S U M E N

Este trabajo aborda primeramente una postura filosófica frente al sufrimiento, dirigida hacia una filosofía práctica. En dicha practicidad se observa, en segunda instancia, el terreno de lo posible terapéutico como apoyo a la persona humana confrontada con su biografía existencial sufriente. Tanto lo teórico y como lo terapéutico está basado en Max Scheler (filósofo y reputado fenomenólogo) y Viktor Frankl (analista existencial y terapeuta), para quienes el sufrimiento y su sentido ocuparon un lugar importante en su pensamiento. Se estudiaron sus textos donde abordan la problemática del sufrimiento, concluyendo que el pensamiento de ambos converge en hacer del sufrimiento humano un camino hacia el encuentro con el sentido de la vida de cada individuo y del ser humano en general.

A B S T R A C T

This work approaches in first place a philosophical position vis-à-vis the suffering, directed towards a practical philosophy, in which is observed the field of a possible therapeutic support, in order to help people with their existentially suffering biography. Both theoretical and therapeutic points of view are based on Max Scheler (philosopher and considered phenomenologist) and Viktor Frankl (existential analyst and therapist) for whom suffering and its sense occupied an important place in their thinking. Suffering referred texts of these authors were studied, concluding that both thinking processes converge in making the human suffer a path to meet the meaning of life.

Keywords:

Suffering, Meaning, Person
Logotherapy, Existential analysis

Historial:

Recibido: de 2013
Revisado: de 2013
Aceptado: de 2013

*Correspondencia: Av. Xola, Depto. 4. Col. Del Valle, C.P. 03100. Delegación Benito Juárez. México, D. F. E-mail: felipemiramontes@yahoo.com.mx

Todos los grandes filósofos y pensadores religiosos han tratado de dar a los hombres, como una parte medular de sus enseñanzas, una teoría del sentido universal del dolor y del sufrimiento, y sobre esta base, una invitación a enfrentar el dolor y una iniciación para soportar el sufrimiento.

Max Scheler

A la imagen biológica del hombre, nosotros oponemos una imagen noológica. Al homo sapiens contraponemos el homo patiens. Al imperativo sapere aude salimos al paso con el pati aude: osa sufrir. Esta audacia, la audacia para el sufrimiento, es lo que importa.

Viktor E. Frankl

Asegurar que el sufrimiento tiene un sentido equivale a decir que tiene un para qué, a encontrarle alguna justificación, un acomodo en la existencia humana. No obstante, esto no querría decir que exista un único y exclusivo “para qué” adecuado a toda la humanidad, objetivo; muy al contrario, cada individuo debe descubrir en su propia existencia dicha justificación, debe encontrar el sentido particular a sus sufrimientos. En este *deber* se encuentra implícita una ética y un ser capaz de llevarla a cabo. Ese ser —el ser humano, “sustancia independiente dotada de peculiaridad”— posee como características esenciales su existencialidad (es decir, su ser libre, inacabado, que elige, que se conforma a sí mismo según sus propias decisiones, etc.) y el estar dirigido siempre a algo distinto de sí mismo (es decir, abierto al mundo, posiblemente feliz no en el egoísmo sino en el amor, dirigido a otros distintos de sí, entregado).

Este ser se encuentra en constante búsqueda del sentido de la vida en general y de su vida en particular, por ello el psiquiatra y neurólogo vienés Viktor Frankl propuso lo que llama una *voluntad de sentido*, lo cual significa reconocer en toda persona una tendencia a buscar sentido, es decir, la búsqueda de sentido es inherente a su existencia misma, y más aún, esta voluntad es el motor fundamental por el cual el hombre vive —e incluso da la vida por ello—.

A raíz de esta intencionalidad hacia el sentido, Frankl desarrolló su psicoterapia en torno al sentido de la vida, y la llamó *logoterapia*, o psicoterapia centrada en el sentido (Frankl, 2002), pues sustenta que esta misma búsqueda fundamental puede ser a la vez terapéutica, o sea, puede conducir a la persona al camino de una vida auténtica, digna y éticamente responsable.

Para sostener esto, Frankl elaboró asimismo una visión del hombre que le permitiera fundamentar filosóficamente la noción del ser humano como buscador de sentido, libre y responsable ante la vida, el mundo y su existencia propia. A esta antropología Frankl la denominó *análisis existencial*, y ella abarca los aspectos fundamentales de la noción de ser humano, más específicamente de *persona*, desde la cual llegó a concluir que ésta, además de *homo sapiens* también debe ser reconocido justamente como *homo patiens*, es decir, un ser doliente ante su existencia, y en ella también capaz de sufrir dignamente, de desarrollar actitudes *correctas* frente a sus sufrimientos. O dicho en otras palabras: el ser humano es visto por este autor como capaz de encontrar sentido a sus sufrimientos y enfrentarlos como sólo él es capaz de hacerlo: humanamente. Esto implica hacer frente y decir no (schelerianamente hablando) al mundo, a sus condiciones, a sus imposiciones, estrecheces, limitaciones; pero también a su propia condición humana finita, al enfrentamiento con su conciencia y su obrar equivocado a su sensación de frustración existencial, etc.

Con todo ello, Frankl sostiene que la vida tiene sentido, y que el sufrimiento no lo desvanece, muy al contrario lo hace relucir más y mejor. Y para poder captarlo, este hombre debe tener la actitud correcta frente a él. Por lo cual, citando a Oscar

Wilde, Frankl (2001, p. 95) dice: “*Nada en el mundo carece de sentido, y menos que nada el sufrimiento*” [1].

Entonces, Frankl pensó filosóficamente acerca del sufrimiento y luego planteó una terapéutica que incluía de manera fundamental este acontecimiento existencial humano, sobre todo examinándola hacia descubrir su sentido. Puede ser que haya visos schelerianos en la visión del sufrimiento que plantea Frankl (pues de entre todos, este pensador alemán fue quien más influyó para el desarrollo del análisis existencial y la logoterapia planteadas por Frankl), de ello daremos cuenta en su oportunidad.

Las doctrinas que hablan sobre el sufrimiento

Se mencionó ya que para estos autores el tema del sufrimiento humano se torna fundamental a la hora de concebir a la persona en relación con su mundo, consigo misma y con su existencia. No debe ser casual el hecho de que Frankl haya titulado una de sus obras como “*Homo patiens*”, el hombre doliente (o sufriente, pues aquí se utilizarán indistintamente estas palabras, siempre y cuando consideremos que se trata no de dolencias físicas o psicológicas, sino existenciales, es decir, inherentes a la vida humana); curiosa forma de nombrar su antropología terapéutica. Y aún más, el subtítulo de tal obra es “*Ensayo de una patodicea*”, un neologismo con el cual Frankl quiso evidenciar una justificación de la consideración del sufrimiento humano, pues veía en ello la base de toda acción terapéutica, pues el sufrimiento es la causa por la que muchas personas acuden a terapia, aunque dicho sufrimiento no se encuentre totalmente consciente o se haya transformado en dolencias de otro orden.

En este sentido, *pathos* hace referencia solamente al sufrimiento humano de una persona; el sufrimiento existencial, propio del ser persona en el mundo y contrario al sufrimiento patológico.

El sufrimiento es sometido por Scheler a una doble consideración: descubrir su sentido profundo y “*describir los objetivos éticos y las correspondientes técnicas psíquicas en cuya ejercitación ha sido encarado en las diversas concepciones del mundo*” (Llambías 1966, p. 216).

Para llevar a cabo un dominio del espíritu personal ante el sufrimiento, Scheler (citado en Llambías 1966) propone que el ser humano ejercite sistemáticamente una “técnica” en la cual desarrolle “*el recogimiento en la unidad de la persona, el silencio, el aguante, la autorreflexión, contemplación y meditación*” (p. 217). Con ello, además de dominar su espíritu ante el sufrimiento, el individuo tornará su alma “*tranquila, vigorosa, libre y dispuesta para la acción*” (p. 217).

Con todo esto, Scheler (2008) pretende, explícitamente, distinguir al ser humano de los animales. Pues mientras que para estos últimos la finalidad en cualquier situación es el fomento de la vida biológica, para el ser humano lo importante será “*el perfeccionamiento o disminución de nuestra persona cuyo destino moral es independiente de la vida animal*” (p. 61). Es decir, que para nosotros existe un estrato superior propio e independiente de lo animal, que va aparejado junto con lo anímico, en dirección al ser humano total, a la

unidad, en lo que Scheler (2008) denomina como lo espiritual.

Este sufrimiento sólo puede entenderse, desde la mirada de Scheler, afín en este caso a una visión cristiana, como camino a la redención por la vía del sacrificio. Lo anterior implica que la felicidad puede ser posible aún en los más graves sufrimientos, siempre y cuando se vivan no desde una óptica hedonista sino desde estratos más profundos de la sentimentalidad humana, donde se encuentra no la vivencia del placer y el egoísmo inherente, sino el auténtico amor que conduce a la verdadera felicidad humana, alcanzada no por la vía directa sino, como se decía, haciendo un rodeo sacrificial.

El hombre sufriente y una visión positiva del sufrimiento

Scheler desarrolla en su *Ética* [2] una *teoría de los estratos de profundidad de los sentimientos*, en la cual el dolor y el sufrimiento son interpretados de diferente manera según el estrato al que se acuda. Entre más profundidad exista en la interpretación y vivencia del sufrimiento, nos encontramos más de cerca con el hombre existencial, metafísico y religioso, es decir, con la persona espiritual —a diferencia del sólo organismo vivo o del yo.

Con Scheler aludimos a tres diferentes estratos (modos de ser) del ser humano: el biológico, el psicológico y el espiritual. En cada uno de ellos actúa una instancia: el organismo, el yo y la persona, respectivamente. La *persona* del ser humano es aquella posibilidad actuante desde lo espiritual, capaz de actos de valor, éticos y morales, a partir de la cual se conforma un ser humano particular desde sus decisiones libres. Sólo desde esta posibilidad de ser persona es que el sufrimiento cobra un sentido, pues permite la acción frente al sufrir humano, el tomar postura, al soportarlo dignamente, incluso, diría Scheler (citado en Llambías 1966), al encontrar dicho sentido al sufrimiento mediante el *sacrificio*. Hablando objetivamente, continúa Llambías, tal sacrificio se da

(...) únicamente donde la realización de un bien de valor superior aparece vinculada con necesidad esencial a la aniquilación o mengua de un bien de rango menor o a la instauración de un mal de rango menor. [...] Todo sacrificio es siempre un sacrificio para algo. Poner un mal sin objetivo no tiene sentido. El 'para' alude siempre a un valor positivo de rango superior al valor del bien sacrificado (p. 218).

De la misma manera, Frankl sostiene una diferencia dimensional cuando habla de la persona y su confrontación auténtica con el sufrimiento. Él reconoce al ser humano como un ser tridimensional, como unidad antropológica en la diversidad ontológica, en los diversos modos de ser del ser humano, tales como lo biológico, lo psicológico y lo espiritual. Este último modo de ser, dice Frankl (y reconocemos en ello la mirada scheleriana del hombre retratada en la obra *El*

puesto del hombre en el cosmos [3]), es específicamente humano y de primacía ontológica cuando se refiere a la confrontación existencial del sufrimiento.

Para entender el planteamiento frankliano debemos retomar el tema del sentido y los valores. El sentido para esta propuesta consiste en la posibilidad que se despliega en una situación concreta que tiene como telón de fondo la realidad. Dicha posibilidad que el individuo encontrará como la más plena de sentido es tal porque refulge de entre todas por ser la más valiosa para esa persona concreta en ese momento concreto. En otras palabras, el sentido puede encontrarse a través de la realización de valores. Pues bien, Frankl (1994) plantea tres tipos de valores que llevan a la persona al encuentro del sentido —y junto con ello se divisa una catalogación diversa del *homo sapiens*—: a) el primer tipo de valores son los de creación, en donde la persona se da al mundo en forma de trabajo, realizando una acción productiva, pudiéndose vislumbrar en ello al *homo faber*; b) el segundo tipo de valores son los de experiencia (o vivencia), en los cuales la persona realiza sentido a partir de lo que recibe del mundo, de los encuentros existenciales y del amor, donde se aprecia siendo *homo amans*. La realización de estas dos clases de valores se encuentra en una dimensión incrustada entre dos extremos que son el éxito y el fracaso, los cuales, supongamos, se encuentran en el eje horizontal en un esquema de cuatro cuadrantes. Perpendicular a este eje, se encuentran una dimensión distinta, regida por dos extremos totalmente distintos al éxito-fracaso, en este caso, nos encontramos, a saber, el eje que va de la desesperación al cumplimiento de sentido. Dice Frankl (1992) que cuando no es posible la realización de valores del tipo de los mencionados (creativos y vivenciales), sólo queda la realización de otros, con primacía respecto a los anteriores, los llamados valores de actitud, desde donde se despliega en todo su esplendor el *homo patiens*, el hombre capaz de sufrir dignamente, pero sobre todo de encontrar caminos plenos de sentido aun en situaciones de fracaso en las dimensión horizontal.

Es a esta dimensión humana a la que apela Frankl en momentos de sufrimiento inevitable, de golpes irreversibles del destino, de traspies en el hacer y en el amar. Más cuando se trate de un sufrimiento evitable, entonces los valores de creación y de experiencia tienen prioridad sobre los de actitud.

Entonces, encontramos que para Frankl la manera de afrontar el sufrimiento necesario es a partir de una actitud existencial correcta, posible y deseable en toda persona. Es esta la *teoría del sentido universal del dolor y del sufrimiento* propuesta por el médico vienés.

El sentido del sufrimiento

El sentido del sufrimiento tiene entonces sólo cabida en tanto brinda al hombre un consuelo ante sus congojas existenciales, pero para descubrir tal sentido debemos acudir "*a las fuentes interiores que dan sentido al sufrir humano*" (Caeiro 1979, p.). Y tales fuentes podremos hallarlas sólo en lo más profundo del hombre, a saber y según lo citado

anteriormente, en su dimensión espiritual, la más elevada dentro de sus ámbitos del ser —o la más profunda o más central o sustancial según la visión de cada autor; al fin y al cabo la más abarcadora de todas las dimensiones humanas—, pues a partir de ella el ser humano decide lo que es él mismo.

Esta dimensión espiritual (de donde parte la libertad, la responsabilidad y la espiritualidad humanas) es la fuente más rica en donde la persona puede concurrir en momentos aciagos. Es la dimensión del sentido. Por ello, para poder llevar a cabo una labor terapéutica desde esta perspectiva, el terapeuta debe partir de: a) considerar al ser humano en todas sus justas dimensiones (o ámbitos del ser) y b) referirse a la dimensión específicamente humana de lo espiritual.

En este sentido, y junto con Scheler nuevamente, Frankl sostiene que el ser humano es capaz de hacer frente a los condicionamientos humanos que pueden provenir de lo biológico (herencia, fisiología, patologías, etc.), lo psicológico (trastornos, impulsos, condicionamientos, etc.), sociales (geografía, época, circunstancias políticas, etc.), económicas, entre otras, sólo porque se distingue de entre otros seres de su dimensión específica: la espiritual. De esta manera, los condicionamientos no serían determinantes, sino sólo circunstancias ante las cuales una persona concreta puede tomar una actitud o posición existencial. De hecho, él comenta que uno de los objetivos que la logoterapia pretende cumplir es el de un cambio en la orientación existencial del paciente (del que padece, ya veíamos, del ser doliente); a dicho cambio lo denomina *conversión existencial* (Frankl 1994) [4]. Así, en tanto la persona no encuentra sentido a su sufrimiento es doblemente desgraciada, pues además de su sufrimiento *per se*, acarrea una desesperación que nace del sentimiento de absurdo, o de la rebelión ante lo inevitable. Esto se puede expresar en la siguiente ecuación: desesperación es igual a un sufrimiento sin sentido. En palabras de Frankl (citado en Lukas 2008, p. 48): “*El paciente sólo se desespera cuando ya no encuentra ningún sentido en medio de su dolencia*”.

A través de un proceso logoterapéutico de *corrección* (conversión) de la actitud existencial puede la persona replantear la ecuación como sigue: el sentido es igual al sufrimiento vivido con una correcta actitud. Ello involucra que la persona del paciente se experimente su existencia desde una ética que bien podríamos llamar de la plenitud, que nace del arrostrar primero y luego salir airoso ante el fracaso y el sufrimiento. Esta ética hace justicia al ser humano integral, el cual no se mide solamente por los éxitos conseguidos, sino con cómo se vive a pesar de la falta de éxito (en clave existencial, se podría decir, a pesar de saber que algún día desconocido morirá, o que ha sido afectado con algún destino irremediable —sea ya una enfermedad, una situación límite particular—, algún fracaso personal, etc.).

Por último, diríamos parafraseando una frase de Nietzsche (otro exaltador del sufrimiento humano como vía al crecimiento) a la que Frankl recurre constantemente, que el ser humano “que encuentra un para qué vivir” puede soportar y sostenerse en cualquier cómo. En términos schelerianos y franklianos se podría decir de la

siguiente manera: ese para qué sufrir apela a un sacrificio desde el amor.

Por último, diremos que ambos autores, Scheler y Frankl, coinciden en que la vivencia del sufrimiento humano implica un acto de sacrificio para soportar y sostener tal sufrimiento. Frankl se extiende al respecto diciendo que para poder llevar a cabo tal sacrificio la persona debe encontrar un sentido a su sufrimiento.

Tanto Scheler como Frankl sostienen, a su manera, que la persona es capaz de llevar sobre sí un sufrimiento, lo cual la colma de plenitud, de felicidad, de alegría y de dicha. Tal cosa es posible debido a la autonomía, libertad, responsabilidad e independencia de la persona respecto a su mundo y a su destino.

También ambos distinguen que el sufrimiento existencial, es decir, el que es captado desde la dimensión específicamente humana —en Scheler el estrato más profundo de los sentimientos y el ser espiritual, y en Frankl la dimensión espiritual-noética— puede ser significado particularmente de esta dimensión.

Por último, una cita de Frankl (citado en Lukas 2008) en la que expresa decididamente el rol del sufrimiento en el proceso humano de crecimiento:

Sufrir significa hacer méritos y significa también crecer. Pero también significa madurar, pues la persona que se supera a sí misma sazona antes que otras. Sí, el propio desempeño del dolor no es otra cosa que un proceso de maduración. Sin embargo, esta consiste en que el ser humano alcance su libertad interior a pesar de dependencias externas (p. 52).

Referencias

- Caeiro, O. (1979). Prólogo. En: Max Scheler, *El sentido del sufrimiento*, Buenos Aires: Goncourt.
- Frankl, V. E. (1983/2000a). Argumentos a favor de un optimismo trágico. En: *El hombre doliente. Fundamentos antropológicos de la psicoterapia*. (4ª Ed.). Barcelona: Herder.
- Frankl, V. E. (1959/1994). Elementos del análisis existencial y la logoterapia. En: *Logoterapia y análisis existencial. Textos de cinco décadas*. (2ª ed.). Barcelona: Herder.
- Frankl, V. E. (1957/1987). El sentido del sufrimiento. En: *Ante el vacío existencial. Hacia una humanización de la psicoterapia*. (5ª ed.). Barcelona: Herder.
- Frankl, V. E. (1949-50/2000b). Homo Patiens. Ensayo de una patodicea. En: *El hombre doliente. Fundamentos antropológicos de la psicoterapia*. (4ª ed.). Barcelona: Herder.
- Frankl, V. E. (1965/2001). La logoterapia y el desafío del sufrimiento. En: *Psicoterapia y existencialismo. Escritos selectos sobre logoterapia*, Barcelona: Herder.
- Frankl, V. E. (1977/2002). La voz que clama en demanda de sentido. En: *Psicoterapia y humanismo. ¿Tiene un sentido la vida?* (6ª. reimp. de la 2ª ed.). Breviarios, México: FCE.

- Frankl, V. E. (1956/1992). Cura médica de almas. En: *Teoría y terapia de las neurosis. Iniciación a la logoterapia y el análisis existencial*. Barcelona: Herder.
- Guberman, M. & Pérez Soto, E. (2005). *Diccionario de logoterapia*, Argentina: Editorial Lumen.
- Llambías de Azevedo, J. (1966). *Max Scheler. Exposición sistemática y evolutiva de su filosofía con algunas críticas y anticríticas*. Buenos Aires: Nova.
- Lukas, E. (2008). *Viktor E. Frankl. El sentido de la vida*, (2ª ed.). Barcelona: Plataforma editorial.
- Scheler, M. (1928/2008). *El puesto del hombre en el cosmos*. Trad. de José Gaos. Biblioteca de Obras Maestras del Pensamiento. Buenos Aires: Losada.
- Scheler, M. (1923/1960). El sentido del sufrimiento. En: *Amor y conocimiento* (versión castellana de Ansgar Klein). Buenos Aires: Sur.
- Scheler, M. (1923/2010). El sentido del sufrimiento. En: *Amor y conocimiento. Y otros escritos*. Ed. y Trad. Sergio Sánchez-Migallón.

Colección Biblioteca Palabra No. 38.
Madrid: Ediciones Palabra.

Notas marginales

1. Aunque Frankl refiere esta cita al texto de Oscar Wilde titulado *Balada de la cárcel de Reading*, en realidad se encuentra en *De profundis*.
2. Max Scheler, *Ética. Nuevo ensayo de fundamentación de un personalismo ético*, Trad. Hilario Rodríguez Sanz, Caparrós Editores, Madrid, 2001. Asimismo, el autor hace mención de dichos estratos en su obra "El sentido del sufrimiento".
3. Cf. Max Scheler. *El puesto del hombre en el cosmos*, Trad. José Gaos, Presentación de Francisco Romero, Losada, Buenos Aires, 2003.
4. También llamada por Frankl *conversión espiritual*, la cual podemos comprender en términos simples como un *cambio de actitud* que procede de la dimensión espiritual, a partir de la cual es posible arrostrar (es decir, sufrir o tolerar) algo desagradable.