



C I A N A E

Centro de Investigación de Antropología Analítico-Existencial

Aproximaciones para una antropología analítico-existencial

Lic. Graciela Caprio
Dr. Alfried Längle

Aproximaciones para una antropología analítico-existencial

¿qué significa antropología?

Una definición nominal de **antropología** nos conduce en primer lugar a la Etimología, que busca el origen de las palabras, y en este caso del griego *anthropos*, hombre y *logos*, tratado. En realidad abarca varias ciencias que tienen como objeto de estudio al hombre.

En segundo lugar, la Semántica, que es lo relativo a la significación y contempla los cambios de significados a través del tiempo, nos lleva a considerar cuatro antropologías: Antropología Natural¹, Antropología Social o Cultural², Antropología Teológica³ y Antropología Filosófica⁴.

Nosotros, al hablar de un antropología analítico- existencial, nos vamos a referir a la idea de hombre que se centra en el concepto de PERSONA. Para el Dr. Viktor Frankl es *lo libre en el ser humano* y también *la absoluta alteridad*.

¿qué significa analítico-existencial?

La palabra **análisis** (del griego *análysis*, significa descomposición y éste de *anlýen*, desatar, descomponer) consiste en la *distinción y separación de las partes de un todo hasta llegar a conocer sus principios o elementos*.

En cuanto a **existencial** podemos decir que el existencialismo es la corriente filosófica más importante e influyente del s. XX. Surgió después de la 1ª guerra mundial y tuvo un renacer

¹ **Antropología Natural**: pertenece a las ciencias naturales, es biológica. En el siglo XIX se la llamaba Antropología Natural o Antropología Física y aparecía al lado de la Etnología.

² Por influencia del pensamiento inglés se la llama **Antropología Social o Cultural** pero ya no pertenece al grupo de las ciencias naturales. Se dice que pertenece a las ciencias humanas o ciencias del hombre. La antropología cultural se ha dedicado a las manifestaciones culturales de civilizaciones, mal llamadas “primitivas” coincide con la expansión de occidente hacia el Asia, África, Oceanía y América. Esencialmente estudia al hombre dentro de una sociedad.

³ La **Antropología Teológica** se impuso después del Concilio Vaticano II. En realidad, remite a un saber más que remitirse a una ciencia, es una *episteme* que se construye sobre los principios de la revelación.

⁴ La **Antropología Filosófica** difiere de la antropología natural y de la antropología cultural en que no es una ciencia sino que se trata de Filosofía. También difiere de la antropología teológica. Se caracteriza por que:

- es un saber discursivo: investigación que hace la razón, es racional..
- busca definir la esencia del hombre
- busca definir aquello que el hombre es a partir de sus actos y sus productos

Aunque el nombre de Antropología Filosófica ya se usaba en el siglo XIX el filósofo alemán Max Scheler (1874-1928) quien comenzó a usarlo en el sentido que tiene en nuestros días. Fue el filósofo Ortega y Gasset, al traducir al español obras de autores alemanes importó este nombre. Después de la II Guerra Mundial comenzó a utilizarse en Italia y Francia..

Cabe aclarar que la Antropología Filosófica es una parte de la Filosofía.

después de la 2ª guerra mundial, época en la que hizo popular a través de la proyección literaria, la proyección artística y también el existencialismo entendido como un modo de vida, aunque su cuerpo doctrinal siguió quedando en el ámbito de la Filosofía.

El iniciador fue el pensador danés Sören Kierkegaard (1813-1855) quien representa una réplica desgarrada al racionalismo del sistema idealista de Hegel. Años después, y por influencia de Husserl, el existencialismo se enriqueció con el aporte de la *fenomenología* como método.

De todo esto resulta que el concepto básico del existencialismo es la existencia como una **vivencia íntima e intuitiva** del hombre. El pensador se sabe existencia como fruto de una *experiencia personal* en la que *se siente* un yo. Aunque no es el único existente, el hombre se distingue de los demás entes en que es capaz de formularse la pregunta por el ser.

Por esa capacidad que tiene el hombre de preguntarse *¿quién soy?* es que Martín Heidegger dirá que lo peculiar de la existencia del hombre es que esta existencia no se le da ya hecha, sino que es el hombre quien debe ir construyéndola⁵.

Heidegger designa con la palabra ***Dasein*** al existente humano, quien se caracteriza por *es-en-el-mundo*, lo cual no se refiere a una ubicación espacial sino que significa *estar-en-el-mundo-con-los demás-entes (Existenzes)* y los demás hombres (*Daseins*). Un elemento constitutivo del *Dasein* es que el sentimiento humano de sentirse arrojado en el mundo, en una situación de estrechez que no ha elegido y que le permite experimentar su propia finitud.

Este *Dasein*, además de *ser-en-el-mundo* y el *estar-con-los demás-entes*, tiene otros elementos o *existenciales* que lo constituyen: *la angustia, la muerte, la temporalidad y la historicidad*.⁶

⁵ Puede ocurrir el peligro de no ser capaz de llegar a la situación límite que le permita realizar su existencia, entonces caer en una existencia inauténtica típica del *man*. El *man* equivale al *se impersonal* de las expresiones *se dice, se piensa...* Ese *man* es el que participa de la charla cotidiana pero en la que se elude toda pregunta fundamental.

⁶ La *angustia* es una condición imprescindible para llegar a la existencia auténtica. Su causa es la nada; no es algo como el temor causado por un determinado agente, sino el estado de absoluto desamparo ante la nada, el vacío absoluto, algo que por no pertenecer al reino del ser no puede asirse.

La *muerte* no es entendida por el existencialismo como un fin de la vida, sino al mismo ojo inmanente a ella misma, contenido ya en el momento presente, un límite más de esta existencia. La muerte es el factor que determina los otros dos existenciales: la temporalidad y la historicidad.

Historicidad no quiere decir el *Dasein* es histórico en el sentido de que recoge la experiencia pasada de los demás hombres, y es, por lo tanto fruto de una continuidad, sino que los hombre auténticos repitan una experiencia idéntica de *comprometerse*., es decir, hacer surgir su existencia a tenor del momento histórico objetivo que viven. El *Dasein* es, pues, un ente consciente de su finitud, precisamente porque el ser por el que pregunta está abocado a una trascendencia.

Temporalidad e historicidad se basan en un concepto de tiempo que no es ni lineal ni cíclico, sino un presente tejido de pasado en el que el *Dasein* se encuentra como *proyecto-de-ser*, en una situación única e irrepetible. La *temporalidad* es precisamente sentirse constituido por este presente.

El existencialismo como corriente filosófica⁷ influyó en el pensamiento del Dr. Víctor Frankl y en su concepción de la psicoterapia. Entre 1926 y 1933 el Dr. Frankl sentó las bases de su teoría del **Análisis Existencial** y desarrolló al mismo tiempo su método, acuñando el término **Logoterapia** para la búsqueda de sentido ya que consideraba que era precisamente el sentido la motivación más profunda de la existencia humana. El Análisis Existencial, según sus palabras, *es el intento de una antropología psicoterapéutica que precede a cualquier psicoterapia*⁸.

¿en qué consiste la Logoterapia?

En *El hombre doliente* de Viktor Frankl sostiene que la Logoterapia habla de un *deseo de sentido*, como algo originario como era para Freud el *deseo de placer* o para Adler el *deseo de poder*. Cuando los fenómenos específicamente humanos como los valores y el sentido son proyectados sólo al plano psicológico (sin considerar la dimensión espiritual del hombre) esos fenómenos se malinterpretarán y se ven a nivel psicodinámico: esta es la raíz del vacío existencial. Precisamente la Logoterapia quiere contribuir a colmar ese vacío, en cuanto terapéutica del *logos*, es decir partiendo del sentido. Se trata del sentido personal y concreto de la vida, cuyo cumplimiento reclama a cada uno. Sólo ese sentido posee una eficacia terapéutica. (*El hombre doliente* resumen)

- ...el *logos* no significa sólo –en la expresión logoterapia- el sentido sino también lo espiritual: la dimensión en la que la logoterapia aborda al hombre ... no podemos menos que constatar en el hombre un triple ser: el ser corporal el ser anímico y el ser espiritual (*El hombre doliente* p. 30).
- “Eso que nosotros hemos denominado logoterapia pretende introducir el *logos* en la psicoterapia, y eso que nosotros hemos denominado análisis existencial pretende introducir la existencia en la psicoterapia. La reflexión psicoterapéutica sobre el *logos* equivale a la reflexión sobre el sentido y sobre los valores. La reflexión psicoterapéutica acerca de la existencia supone reflexión sobre la libertad y la responsabilidad” (*El hombre doliente* p. 210-211)
- “... la logoterapia ni puede ni desea sustituir a la psicoterapia, sino sólo completarla” (*La presencia ignorada de Dios* p. 83)
- “... para la logoterapia la religión puede ser solamente un objeto, y no un lugar o posición (*La presencia ignorada de Dios* p. 89)
- “Para la logoterapia, *logos* es equivalente a sentido. Efectivamente la existencia humana sale de sí misma en cuanto que apunta a un sentido. Así, el ser humano en su existir no va

⁷ influyó en posturas que van desde el ateísmo de Jean-Paul Sartre, al cristianismo explícito de Gabriel Marcel o implícito de Jaspers. Asimismo, los nombres más representativos de esta corriente filosófica pueden distribuirse en dos escuelas que incluyen pensadores dispares entre sí: el existencialismo alemán (Heidegger, Jaspers) y el existencialismo francés (Sartre, Marcel)

⁸ Viktor Frankl, *Logoterapia y Análisis Existencial*, p. 63

tanto en pos de placeres o de poder, ni siquiera de una plena realización de sí mismo, como de llenar su vida de sentido. Por eso en la logoterapia hablamos de una voluntad de sentido” (*La presencia ignorada de Dios* p. 92-93)

La logoterapia no es moralizadora en su práctica porque el sentido no puede prescribirse. El médico o terapeuta no pueden dar sentido a la vida del paciente. El sentido debe ser encontrado, descubierto. A la logoterapia no le incumbe juzgar sobre el sentido o la falta de él, sobre valores o ausencia de los mismos. (*La presencia ignorada de Dios*, resumen)

Pueden surgir algunos **malos entendidos** en relación con la logoterapia y el análisis existencial. Logoterapia no quiere decir abordar al paciente con la lógica en la mano para disuadirlo, aquí se está confundiendo *logos* con *lógica*. Otro malentendido es considerar a la logoterapia como terapia desde lo espiritual porque suena “desde arriba”. Además la logoterapia no pretende sustituir a la psicoterapia sino complementarla. (*El hombre doliente*, resumen)

Algunas definiciones de Logoterapia de Frankl

- “es un método de tratamiento psicoterapéutico” (*Logoterapia y Análisis Existencial* p. 61-62)
- “En la logoterapia, *logos* quiere decir dos cosas: el sentido y lo mental ... en oposición heurística a lo puramente psíquico” (*Logoterapia y Análisis Existencial*)
- “La logoterapia adopta una posición intermedia entre el quietismo y el existencialismo⁹. Puede ilustrarse mediante el ejemplo de la **clepsidra** el antiguo símbolo del tiempo. La parte superior de la clepsidra representaría el futuro, lo que ha de venir, y la arena que pasará a través de la angosta abertura representa el presente; y la parte inferior de la clepsidra representaría el pasado, la arena que ha atravesado ya el estrecho paso.

El *existencialismo* considera tan sólo el estrecho pasaje del presente, dejando de considerar las partes superior e inferior, el futuro y el pasado. El *quietismo*, por otra parte, considera a la clepsidra en su totalidad, pero para él la arena es una masa inerte que no **fluye** sino que meramente **es**. La logoterapia afirma que, si bien es cierto el futuro *no es* en realidad aún, el pasado es la auténtica realidad. Esta posición puede explicarse también con el ejemplo de la clepsidra ... un reloj de arena puede ser girado cuando se ha vaciado la parte superior. Esto no puede hacerse con el tiempo, ya que éste es irreversible. Sacudiendo la clepsidra podemos mezclar los granos de arena cambiando así sus posiciones recíprocas.

⁹ La filosofía existencial asegura que se puede encontrar sentido en el *heroísmo trágico* que consiste en decirle sí a la vida a pesar de su transitoriedad, destacando el presente como valioso a pesar de su transitoriedad. El quietismo de Platón y San Agustín hablan de *lo eterno* y no el presente como auténtica realidad. La eternidad es un mundo tetradimensional que abarca presente, pasado y futuro. Es permanente, rígido y predeterminado. El tiempo es imaginario. El pasado, el presente y el futuro son pues meras ilusiones. Estos conceptos conducen al fatalismo donde todo es y nada puede cambiarse y no importa la acción. En el fatalismo todo es inmodificable. En el existencialismo todo es cambiante e inestable.

Esto lo podemos hacer con el tiempo, podemos sacudir y cambiar el futuro; y con el futuro podemos incluso cambiarnos a nosotros mismos. Mas el pasado está fijado ya, como si la arena de la clepsidra deviniese rígida una vez que ha pasado a través de la pequeña abertura del presente: como si hubiese sido tratado con un fijador. De hecho todo está conservado en el pasado y para siempre ... Por lo que respecta a la innegable transitoriedad de la vida, la logoterapia sostiene que tan sólo es realmente aplicable a las posibilidades de cumplir un sentido, a las oportunidades de crear, experimentar y sufrir de un modo pleno de sentido. Una vez realizadas tales posibilidades no son ya transitorias; han pasado, son pasado y esto equivale a decir que existen en un cierto modo, como parte del pasado precisamente. Nada puede cambiarlas, nada puede borrarlas. Una vez que cualquier posibilidad se ha transformado en realidad, algo ha sucedido, *de una vez y para siempre* para toda la eternidad” (*Psicoterapia y humanismo* p. 114-115)

Posibles aplicaciones de la Logoterapia según Frankl

- “Un logoterapeuta, ciertamente, no puede explicarle a un paciente lo que es el sentido. Pero al menos puede mostrarle que existe un sentido de la vida, que se halla al alcance de todo el mundo y, lo que es más, que la vida mantiene su sentido bajo cualquier circunstancia. Permanece literalmente plena de sentido hasta el último momento, hasta que se exhala el *poster* aliento.” (*Psicoterapia y Humanismo* p. 43)
 - ayudar a personas sumidas en la desesperación ante la aparente carencia de sentido de la vida (*Psicoterapia y Humanismo* p. 39)
 - en situaciones que surgen en atletismo, como por ejemplo situaciones de presión, ansiedad previa a la competición, fallas de rendimiento durante la prueba, falta de confianza, sacrificio y dedicación y atletas “problema” ... Todo entrenador deportivo sabe que la tensión es la enemiga de los rendimientos superiores. La causa primordial de tensión durante las competiciones ... es la preocupación excesiva por la victoria, o sea, la hiperintención de éxito (*Psicoterapia y Humanismo* p. 110-111)
 - personas en prisión
 - enfermos terminales
 - acompañantes terapéuticos y familiares de discapacitados

Definiciones de logoterapia del Dr. Alfred Längle

- “es un intento metódico de sacar el mayor provecho posible de todo sufrimiento” (*Viktor Frankl, una biografía* p. 123)
- “método para sacar el hombre de la desesperada soledad del nihilismo y conducirlo, por medio del consuelo y del descubrimiento de sentido. a la seguridad de un gran todo, en definitiva hasta Dios” (*Viktor Frankl, una biografía* p. 124)

- “la logoterapia es una terapia mediante el sentido que implica la confrontación del destino hacia el valor” (apuntes seminario de Mendoza)
- Logotherapy es un método de **counselling** que se focaliza en la pregunta sobre el sentido. (pág. web Längle)

¿Qué es el análisis existencial para el Dr. Frankl?

Según el Dr. Viktor Frankl, “el análisis existencial trata de despertar las *posibilidades* de la existencia ... representa una **orientación antropológica de investigación**” (*Logoterapia y Análisis Existencial* p. 62)

- “es más bien explicación de la existencia...Sin embargo no quiere decir sólo explicación de la existencia óptica sino también explicación ontológica de lo que es la existencia ... en este sentido es el intento de una antropología psicoterapéutica. de una antropología que precede a cualquier psicoterapia (*Logoterapia y Análisis Existencial* p. 63)
- “... el análisis existencial ve en el hombre la autonomía de una existencia espiritual ... entiende efectivamente en lo más profundo del ser humano como ser responsable y se entiende a sí mismo como análisis referido a ser responsable ... ser responsable es el rasgo esencial del hombre al interrogarnos por el sentido de la existencia” (*La presencia ignorada de Dios* p.18)

En cuanto a análisis existencial no significa análisis **de** la existencia sino **de cara a** la existencia, dado que la existencia no es analizable ni sintetizable. (*El hombre doliente*, resumen)

- “... cuando utilizamos la expresión análisis existencial jamás queremos decir análisis **de** la existencia sino análisis **sobre** la existencia. La existencia misma sigue siendo un fenómeno primario irreductible. Asimismo, cada uno de sus aspectos elementales, como la conciencia y responsabilidad (ser consciente y ser responsable) constituye en estado fenomenológico primario del mismo tipo ... esta clase de fenómenos primarios elementales no tolera reducciones “ (por eso decimos que son irreductibles) (*La presencia ignorada de Dios* p. 29-30)
- “... nuestras investigaciones partieron del hecho fenomenológico primario del ser hombre como ser consciente y ser responsable ... En una segunda fase, el análisis existencial se interna en el campo de la espiritualidad inconsciente; al añadir con su logoterapia lo espiritual a lo psíquico” (para ver lo espiritual también dentro del inconsciente) (*La presencia ignorada de Dios* p. 67)
- “El análisis existencial extiende su análisis a la totalidad del hombre que no es sólo psicofísico-organísmico sino también espiritual-personal. Esta sería la auténtica

psicología profunda, en la medida en que desciende no sólo a lo inconsciente instintivo sino también a lo inconsciente espiritual”. (*Logoterapia y Análisis Existencial* p. 92)

- “El análisis existencial constituye una corriente investigadora y no una opinión de escuela. Como corriente investigadora está abierta a dos dimensiones: dispuesto a la cooperación con otras corrientes y a la evolución propia” (*El hombre doliente* p. 212)
- “El análisis existencial aborda la lucha del hombre en torno a un sentido y no sólo al sentido del sufrimiento, sino también de la vida en general, de la existencia. ... En suma: coloca en primer plano la orientación en el sentido y la tendencia humana a los valores.” *El hombre doliente* p. 214-215)

Según Frankl los aspectos del AE son:

1. como explicación de la existencia personal. 2. como terapia de neurosis colectivas y 3. como cura de almas médica

- El objetivo del análisis existencial como explicación de la existencia personal consiste en hacer consciente, en explicar, en desplegar, en desarrollar la concepción implícita ... que la psicoterapia tiene del hombre. ... La existencia es una forma de ser ... el ser humano. La existencia es el ser específico del hombre. *Ex=sistir* quiere decir salir de sí mismo y ponerse frente a sí mismo. de manera que el hombre sale del nivel corporal psíquico y llega a sí mismo pasando por el ámbito de lo espiritual. La existencia acontece en el espíritu. El hombre sale al encuentro de sí mismo en la medida en que él en cuanto persona espiritual sale al encuentro de sí mismo en cuanto organismo psicofísico (*Logoterapia y Análisis Existencial* p. 63-66)

Definición y opiniones del análisis existencial del Dr. Längle

- “El AE consiste en movilizar la capacidad del hombre para decidirse. Implica vivir aprobando, diciendo SI al ser, al vivir, a sí mismo y al devenir. Va hacia el espíritu y es personal. Es una psicología fenomenológica de carácter inductivo. *Soy yo en la medida que me realizo en relación con el mundo. Soy apertura y relación con el mundo interno y el mundo externo*”
- “La existencia designa todo lo que soy. Las 4 MFE (motivaciones fundamentales de la existencia) están todas implicadas y superpuestas. El desenvolvimiento de las cuatro resulta en la armónica realización de la persona. La persona se va construyendo en su existencia” (apuntes seminario Mendoza)
- “El sentido para nos otros es en primer lugar existencial, es situacional, integral, experiencial. A diferencia del sentido ontológico que hablaba Frankl que es metafísico”
- apunte de las 4 MFE:

“En este punto se plantea alguna diferencia con la Logoterapia que tiene como lema *a pesar de todo decir sí a la vida*. De aquí viene la pastoral médica de Frankl manifestada en *Psicoanálisis y Existencialismo* y que tiene como tarea ayudar al hombre-paciente que sufre, a que encuentre un puente, un camino hacia el sentido. Para ello Frankl insistió en decir que a pesar de todo, hay que ir adelante, porque es el espíritu el que es capaz de superar cualquier inconveniente. Por eso es que Frankl citaba a Nietzsche quien sostenía que *quien tiene un para qué es capaz de superar cualquier cómo*. El sentido es algo así como un puente que me salva de caer en la nada.”

“El Análisis Existencial, en cambio, tiene como punto de partida: movilizar la capacidad del hombre para decidirse. Con lo cual viene la pregunta ¿cómo se puede hacer para crear esa iniciativa? ¿cómo se puede hacer para descubrir un sentido donde no se ve ninguno? Algunos pueden tener la gracia de recibir un sentido pero no todas las personas reciben esta iluminación. En ese caso hemos desarrollado cuatro métodos: la búsqueda de sentido, el refuerzo de la voluntad., la toma de posición y el Análisis Existencial Personal (AEP)”

“Cuando en 1985-86 Frankl decía *La vida tiene sentido hasta el último momento* se refería al sentido ontológico, metafísico. El sentido no siempre es existencial. En realidad sería más correcto decir que el paciente tiene la **posibilidad** de buscar el sentido hasta el último momento, ya que es sólo una posibilidad. La tarea del terapeuta será entonces no sentir el sentido del paciente ya que de lo contrario el paciente no se sentirá ni acompañado ni comprendido” (apuntes del seminario en Mendoza)

“Sentir fenomenológicamente implica seguir una huella para sentir éticamente qué es lo bueno o lo malo en una situación” (conferencia de Längle sept. 2004)

- Traducción de la pág. web de la GLE Asociación Internacional de análisis existencial:
El **AE puede ser definido** como una psicoterapia fenomenológica orientada a la persona con el propósito de guiar a la persona hacia una experiencia de libertad (mental y emocional) para decidir auténticamente y descubrir una manera responsable de relacionarse consigo y con el mundo.
El AE moviliza la capacidad del hombre a *decidirse* por ello es que puede ser aplicado en casos de trastornos psicosociales, psicosomáticos y psicológicos causados por desordenes en la experiencia y en la conducta. El AE ayuda al paciente a obtener el beneficio de una libre emocionalidad para encontrar así su posición auténtica interior (tomar posición) y una vía responsable de expresión y acción consigo mismo, con los demás y con las cosas.

El proceso psicoterapéutico utiliza el análisis fenomenológico de las *emociones*, el centro de la experiencia personal. El trabajo *biográfico* y la escucha *empática* del terapeuta contribuye a un crecimiento en el entendimiento emocional y la accesibilidad.

El método terapéutico es el llamado AEP (**análisis existencial personal**) psicoterapia fenomenológica empírica. El objetivo del mismo es movilizar la capacidad del hombre a decidirse con consentimiento interno de sus propios actos estando en un intercambio dialogal con su mundo interno y externo. El resultado de la terapia analítico-existencial consiste en

El AE se propone instalar a la **persona libre y responsable** y que su acción (que no sea una mera reacción) esté centrada en su propia vida. Por eso trata de movilizar las posibilidades de la persona para que decida (Jaspers) basada en su actividad emocional (Scheler) y en un intercambio dialógico (Buber) con lo que la situación (del mundo interno y del mundo externo) de brinda (Frankl).

El acercamiento fenomenológico de la terapia significa fundamentalmente abrirse a todo aquello a lo que el paciente realmente está motivado en su conducta.

En AE se trabaja con la *subjectividad* de ambos, del paciente y del terapeuta. Enfocando las potencialidades del paciente (generalmente inconscientes) se confrontan con sus responsabilidades personales. Este proceso se va desarrollando para encontrar y clarificar aquellas emociones que acompañan a las experiencias, porque ellas son las bases para decidir en libertad. Liberando la emoción de la experiencia, la persona puede así encontrar su auténtica posición y sus actitudes hacia el mundo y hacia sí mismo. De esta forma el paciente puede recuperar su propia esencia, y podrá responder al mundo de una manera de autoaceptación. Este es el propósito del AEP (Längle 1994)

El AEP trabaja en el nivel de la experiencia subjetiva y de emociones activadas que incluye: percepciones, evaluaciones, decisiones y posibles acciones en la situación. El AEP está basado e la teoría de Frankl pero metodológicamente va más allá de la Logoterapia. Implica un giro alrededor de la experiencia interna del paciente, que lleva más lejos de lo que la concentración logoterapéutica propone acerca del mundo externo de los deberes y ofrecimientos de las situaciones.