



FACULTAD DE HUMANIDADES

**LOS FUNDAMENTOS EXISTENCIALISTAS DE LA LOGOTERAPIA DE VIKTOR
FRANKL**

**Línea de investigación:
Procesos Sociales, Periodismo y Comunicación**

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Filosofía

Autor

Anaya Chuñocca, Robert Jhayro

Asesor

Mora Ramirez, Rafael Félix

ORCID: 0000-0002-6420-493X

Jurado

Sarango Zarate, Jorge Enrique

Maurtua Alva, José Gabriel Eduardo

Carrera Honores, Jorge Luis

Lima - Perú

2025

LOS FUNDAMENTOS EXISTENCIALISTAS DE LA LOGOTERAPIA DE VIKTOR FRANKL

INFORME DE ORIGINALIDAD

6%

INDICE DE SIMILITUD

5%

FUENTES DE INTERNET

1%

PUBLICACIONES

1%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.unfv.edu.pe Fuente de Internet	1%
2	www.coursehero.com Fuente de Internet	1%
3	hdl.handle.net Fuente de Internet	<1%
4	www.revistaenfoquehumanistico.com Fuente de Internet	<1%
5	www.slideshare.net Fuente de Internet	<1%
6	es.slideshare.net Fuente de Internet	<1%
7	www.utic.edu.py Fuente de Internet	<1%
8	flael.ning.com Fuente de Internet	<1%
9	Submitted to Systems Link Trabajo del estudiante	<1%
10	idoc.pub Fuente de Internet	<1%
11	Submitted to Universidad Internacional Isabel I de Castilla Trabajo del estudiante	<1%



Universidad Nacional
Federico Villarreal

VRIN | VICERRECTORADO
DE INVESTIGACIÓN

FACULTAD DE HUMANIDADES

LOS FUNDAMENTOS EXISTENCIALISTAS DE LA LOGOTERAPIA DE

VIKTOR FRANKL

Línea de Investigación:

Procesos Sociales, Periodismo y Comunicación

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Filosofía

Autor:

Anaya Chuñocca, Robert Jhayro

Asesor:

Mora Ramírez, Rafael Félix

ORCID: 0000-0002-6420-493X

Jurado:

Sarango Zarate, Jorge Enrique

Maurtua Alva, José Gabriel Eduardo

Carrera Honores, Jorge Luis

Lima – Perú

2025

ÍNDICE

RESUMEN	4
ABSTRACT	5
I. INTRODUCCIÓN	6
1.1 Descripción y formulación del problema.....	7
1.2 Antecedentes	8
1.2.1 Antecedentes Nacionales	8
1.2.2 Antecedentes Internacionales	9
1.3 Objetivos.....	11
1.3.1 Objetivo General.....	11
1.3.2 Objetivos Específico	11
1.4 Justificación	11
1.5 Hipótesis	13
II. MARCO TEÓRICO.....	15
2.1. Bases teóricas sobre el tema de investigación.....	15
III. MÉTODO	18
3.1. Tipo de Investigación.....	18
3.2. Ámbito temporal espacial	18
3.3. Variables	18
3.4. Población y muestra.....	18
3.5. Instrumentos.....	18
3.6. Procedimientos.....	18
3.7. Análisis de datos	19
IV. RESULTADOS	20
4.1 La Filosofía de Søren Kierkegaard: Existencia, subjetividad y fe.....	20
4.1.1 La Existencia y la subjetividad	22
4.1.2 La esfera estética.....	24

4.1.3 La esfera ética	26
4.1.4 La esfera religiosa	29
4.1.5 La angustia y el salto de fe	31
4.1.6 La naturaleza de la angustia.....	33
4.1.7 El salto de fe	35
4.1.8 El concepto de fe cristiana	37
4.1.9 La fe como paradoja y contradicción.....	37
4.1.10 La relación personal con lo divino.....	39
4.2. Existencialismo francés de Jean Paul Sartre.....	41
4.2.1 El significado de "Existencia precede a la esencia"	42
4.2.2 La libertad radical y la responsabilidad.....	44
4.2.3 La impactante imprudencia de la libertad.....	46
4.3. El existencialismo en la filosofía de Martin Heidegger.....	48
4.3.1 El concepto de "ser-en-el-mundo"	49
4.3.2 La Angustia y la "Nada"	52
4.3.3 La Muerte como dimensión fundamental	54
4.3.4 La Autenticidad y la Elección	56
4.4. Viktor Frankl y su influencia personal en la logoterapia	58
4.4.1 La logoterapia como la Tercera Escuela Viena de Psicoterapia.....	59
4.4.2 Libertad y Responsabilidad.....	61
4.4.3 La libertad de elección en el proceso de adquisición de sentido	62
4.4.4 El vacío existencial	63
4.4.5 La "triada trágica" y el sentido de la vida.....	65
4.4.6 La logoterapia y la confrontación con la muerte.....	67
4.4.7 Técnicas terapéuticas de la logoterapia.....	68
4.4.8 Logoterapia en el Tratamiento del Sufrimiento	69
4.4.9 La logoterapia y resiliencia	70
V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	72
VI. CONCLUSIONES	74
VII. RECOMENDACIONES.....	75
VIII. REFERENCIAS	76

RESUMEN

En la presente investigación se analizó la influencia de los principios existencialistas en la manera de construir y desarrollar la logoterapia, centrándose en las relaciones teóricas que se dan entre las ideas de Viktor Frankl y los diversos tópicos planteados en la corriente Existencialista. El estudio muestra la pregunta fundamental de cómo el Existencialismo presenta la base sobre la cual se desarrollan los principios filosóficos de la logoterapia en la obra de Frankl. Dicha investigación fundamenta la pertinencia de indagar la relación entre existencialismo y logoterapia en la necesidad de comprender la relación existente entre ambas áreas del saber, los temas centrales en la lógica del entendimiento para entender la experiencia humana. La idea principal defiende que el existencialismo consiste en la base o raíz que fundamenta el desarrollo de la logoterapia en el momento en que enfatiza la búsqueda de sentido, la libertad y la responsabilidad, elementos claves en la experiencia humana y tópicos evaluados en el Existencialismo, se integran a la propuesta teórica terapéutica de Frankl. Los resultados encontrados refuerzan contundentemente la relación que existe entre los principios existencialistas y la logoterapia y se aprecia cómo las ideas que propone Kierkegaard, Sartre y Heidegger, se encuentran omnipresentes en la propuesta teórica y práctica de Frankl. La tesis se considera válida desde el sentido de mostrar la aplicabilidad de la logoterapia en múltiples contextos clínicos, lo que a su vez le da un sentido de puente significativo entre la filosofía y la terapia haciendo camino a futuros estudios.

Palabras clave: Existencialismo, logoterapia, Viktor Frankl, sentido, libertad.

ABSTRACT

In the present research, the influence of existentialist principles on the construction and development of logotherapy was analyzed, focusing on the theoretical connections between Viktor Frankl's ideas and the various topics proposed within the Existentialist tradition. The study addresses the fundamental question of how Existentialism provides the foundation upon which the philosophical principles of logotherapy are developed in Frankl's work. This research underlines the relevance of exploring the relationship between existentialism and logotherapy, based on the need to understand the connections between these two fields of knowledge and their central themes in the logic of human experience. The main idea argues that existentialism constitutes the foundation for the development of logotherapy, insofar as it emphasizes the search for meaning, freedom, and responsibility. These key elements of human existence, which are addressed within existentialism, are integrated into Viktor Frankl's theoretical and therapeutic proposal. The findings strongly reinforce the relationship between existentialist principles and logotherapy, showing how the ideas proposed by Kierkegaard, Sartre, and Heidegger are omnipresent in Frankl's theoretical and practical proposal. The thesis is considered valid in that it demonstrates the applicability of logotherapy in multiple clinical contexts, which in turn gives it the role of a meaningful bridge between philosophy and therapy, paving the way for future studies.

Keywords: Existentialism, logotherapy, Viktor Frankl, meaning, freedom.

I. INTRODUCCIÓN

El existencialismo es una corriente filosófica reciente que ha aportado ideas que después se han aplicado en áreas como la psicoterapia, tal es el caso de la logoterapia, que se deriva de las ideas del psiquiatra y neurocirujano Viktor Frankl, en donde aplica teorías del existencialismo en un enfoque terapéutico. Este tratamiento usado en la logoterapia afirma que los individuos no tienen un rol o propósito en un contexto determinado, es decir, que no hay una naturaleza innata dentro del ser humano, sino que depende de él y sus acciones y decisiones poder definir su vida.

Para profundizar en la relación entre el existencialismo y el desarrollo de la logoterapia, esta tesis investigó la conexión de las ideas de Viktor Frankl con la corriente existencialista. Frankl, producto de su experiencia vivida en los campos de concentración y su meditación, integra dentro de su logoterapia la noción de que el sentido de la vida debe ser definido por la persona a la que esa vida le pertenece. Así, la logoterapia, en consonancia con el planteamiento existencialista, defiende que el ser humano es un ser libre y, en consecuencia, ha de ser capaz de buscar y, por lo tanto, de crear su propio sentido, aun cuando se trata de aquella búsqueda en medio del dolor. Esta postura muestra que el pensamiento de Frankl se articula con los postulados existencialistas acerca de la libertad, la responsabilidad, y la autodefinición.

A partir de este hecho, también hay que tener en cuenta que en la logoterapia el sufrimiento no solo es una cuestión por superar sino más bien un reto que, se le puede encontrar significado, enfatizando así la postura existencialista que sostiene que el ser humano puede darle sentido a cualquier experiencia.

Se estableció qué elementos del Existencialismo se ven con mayor claridad en la logoterapia. Se hace evidente en la manera como Frankl trata el sufrimiento, que no lo restringe al ser únicamente una prueba, sino también un medio donde uno se descubre a sí mismo. La

logoterapia refuerza la idea de que siempre hay sentido en la vida en cualquier contexto, sin importar qué sea, lo cual encaja en la conexión general con los principios existencialistas sobre la creación de sentido y la libertad de elegir. Se enfatiza la búsqueda del propósito de una manera más relacionada con el individuo, con la idea de que las personas pueden escoger y actuar en función de cómo deben responder a la realidad en la que se encuentran.

Se analizó en la manera en que las propuestas existencialistas se reflejan en la práctica terapéutica y en la teoría de Frankl. A partir de los principios de la logoterapia, la escuela filosófica será de utilidad ante una crisis personal y el sufrimiento. Esto otorga a las personas medios para que se encuentren y se construyan, avanzando así un modelo que va más allá de la teoría y que se convierte en un verdadero recurso psicoterapéutico. En este contexto, al buscar en teoría y práctica a los existencialistas en relación con la logoterapia, se puede explicar de mejor manera la aportación de la filosofía existencial, no solo a la psicoterapia, sino al conocimiento del hombre en su contexto.

1.1 Descripción y formulación del problema

La corriente existencialista ha influido con mucha fuerza en la elaboración de diversas teorías filosóficas y psicológicas en el siglo XX. No obstante, el interés del Existencialismo en el desarrollo de la logoterapia de Viktor Frankl exige un amplio estudio. La logoterapia, como modalidad de tratamiento que se centra en la búsqueda de sentido, ha sido construida en la polémica de las ideas existencialistas, lo que a su vez genera una serie de preguntas clave sobre la relación y la influencia entre ambas corrientes de pensamiento.

El problema general de esta tesis es el siguiente: ¿De qué manera el Existencialismo fundamenta y orienta los principios filosóficos de la logoterapia en la obra de Viktor Frankl?

De este problema general se derivan varias preguntas específicas.

Pregunta específica 1: ¿Cómo el Existencialismo influyó en el desarrollo de la logoterapia de Viktor Frankl?

Problema específico 2: ¿Qué aspectos de la filosofía existencialista están más evidentes en la logoterapia?

Problema específico 3: ¿Qué es lo que hizo que estas influencias se expresen en la práctica terapéutica y en la teoría de Frankl?

1.2 Antecedentes

1.2.1 Antecedentes Nacionales

Una investigación realizada por Paredes y Salinas en 2017 en la Universidad Nacional Mayor de San Marcos examina cómo la logoterapia influye en el tratamiento de la ansiedad en estudiantes universitarios. Los investigadores sugieren que los conceptos existencialistas de la logoterapia, que se centran en la búsqueda de significado y propósito, ayudaron a los participantes a disminuir notablemente sus síntomas de ansiedad. Según los resultados, Paredes y Salinas indican que, al centrarse en el sentido de sus vivencias y decisiones, los estudiantes hallaron una guía y estabilidad emocional. Asimismo, se señala que la logoterapia, al fomentar la autoexploración, otorgó a los alumnos herramientas para enfrentar sus preocupaciones y manejar el estrés académico. Este análisis subraya la relevancia de la logoterapia como un método terapéutico eficaz, que no solo contribuye a la gestión de la ansiedad, sino que también refuerza la habilidad de las personas para lidiar con desafíos emocionales complejos.

De manera similar, la investigación llevada a cabo por Torres y Ramos en 2019 en la Universidad Nacional Mayor de San Marcos analizó cómo los principios existencialistas de libertad y responsabilidad, que forman parte de la logoterapia, pueden contribuir a la resiliencia en jóvenes provenientes de contextos vulnerables. El estudio, que se enfocó en un grupo de

adolescentes y jóvenes adultos, determinó que aquellos que participaron en un programa de logoterapia mostraron una mejor capacidad para enfrentar dificultades. Torres y Ramos señalan que el enfoque existencialista de la logoterapia, al facilitar que los jóvenes reconozcan su libertad de elección, fomenta la autonomía personal y el compromiso con objetivos significativos. Este proceso, a su vez, refuerza su habilidad para hacer frente a desafíos y situaciones de riesgo, promoviendo la resiliencia a través del establecimiento de un propósito individual y el sentido de responsabilidad sobre sus elecciones.

De la misma forma Delgado (2020) realizó un estudio en el Hospital Nacional Dos de Mayo centrado en cómo la logoterapia puede ser utilizada en pacientes en fase terminal, investigando de qué manera este método podría ayudarles a afrontar la experiencia de la muerte. En su investigación, Delgado observa que aquellos pacientes que participaron en las sesiones de logoterapia mostraron una mayor resignación hacia su situación y experimentaron un sentido de calma. Este hallazgo refleja los conceptos de Viktor Frankl acerca del significado de la vida y la aceptación del sufrimiento como una vía para descubrir un sentido más profundo. Delgado llega a la conclusión de que la logoterapia, al permitir a los pacientes centrarse en lo que valoran y en sus relaciones, favorece un proceso de entendimiento y aceptación personal que es fundamental para lograr una paz emocional en los últimos momentos de vida. Este análisis subraya la importancia de la logoterapia en entornos de cuidados paliativos y su significación en el ámbito de la psicología de la salud.

1.2.2 Antecedentes Internacionales

Park y McCune (2015), investigadores de la Universidad de Harvard, realizaron una investigación sobre el impacto de la logoterapia en la capacidad de resiliencia emocional de los estudiantes universitarios que lidian con altos niveles de estrés tanto académico como personal.

Mediante varias intervenciones, los autores descubrieron que, al enfocarse en la búsqueda de significado, los estudiantes mejoraron su habilidad para manejar el estrés. Park y McCune sostienen que la logoterapia, que se basa en el existencialismo, ayuda a los estudiantes a establecer sus objetivos de vida y afrontar situaciones complejas desde una perspectiva que promueve el desarrollo personal. Esta investigación es importante para entender la función de la logoterapia en ambientes educativos, donde el estrés y la presión pueden tener un efecto perjudicial en la salud mental de los estudiantes, demostrando cómo la búsqueda de significado puede servir como un eficaz soporte emocional frente a las dificultades.

De acuerdo con Schumann y Müller (2018) de la Universidad de Heidelberg, se investigó la aplicación de la logoterapia en personas con cáncer, analizando cómo este método les permite descubrir un propósito en sus vivencias y manejar la depresión asociada a la enfermedad. Los hallazgos indicaron que, al centrarse en elementos de la vida que tienen significado personal, los enfermos lograron cambiar su visión sobre la enfermedad y mejorar su deseo de seguir con el tratamiento. Schumann y Müller afirman que la logoterapia ofrece un marco terapéutico eficaz para quienes enfrentan el cáncer, ayudándoles a lidiar con el sufrimiento y a encontrar un significado en sus vidas. Esta investigación respalda la utilidad de la logoterapia en entornos clínicos, subrayando su habilidad para facilitar un enfoque positivo ante las experiencias de los pacientes, sin importar las situaciones externas.

De manera similar, Thompson y Bradley (2020) realizaron una investigación en la Universidad de Londres que examinó el uso de la logoterapia en veteranos de guerra que sufren de trastorno por estrés postraumático (TEPT). Los investigadores descubrieron que la logoterapia permitió a los veteranos reinterpretar sus traumas y encontrar un nuevo sentido en sus vidas, lo que llevó a una mejora notable en los síntomas de TEPT. Según Thompson y Bradley, la

logoterapia, fundamentada en la idea existencialista de que los individuos pueden dar significado a cualquier experiencia, favorece el proceso de recuperación emocional al ayudar a los veteranos a reexaminar sus experiencias y a construir una narrativa de superación personal. Este trabajo resalta cómo los conceptos existencialistas aplicados a la logoterapia pueden ser un pilar esencial para la sanación emocional en quienes han tenido vivencias traumáticas.

1.3 Objetivos

1.3.1 Objetivo General

Analizar cómo los principios del existencialismo influyen en la construcción y orientación filosófica de la logoterapia, destacando las conexiones entre las ideas de Viktor Frankl y las corrientes existencialistas.

1.3.2 Objetivos Específico

Objetivo específico 1: Evaluar la relación entre las ideas de Viktor Frankl y las corrientes existencialistas.

Objetivo específico 2: Identificar los aspectos de la filosofía existencialista más evidentes en la logoterapia.

Objetivo específico 3: Examinar cómo se manifiestan las influencias existencialistas en la práctica terapéutica y en la teoría de Frankl.

1.4 Justificación

Es esencial un estudio detallado de la influencia del existencialismo en la logoterapia de Viktor Frankl para una comprensión más profunda tanto en los dominios filosóficos como en los terapéuticos. Si bien es evidente que el existencialismo y la logoterapia son los principales temas en el estudio de la naturaleza humana, poco se ha documentado sobre la interrelación de ambos.

La logoterapia, que fue fundada por Frankl, considera la búsqueda de un propósito en la vida como un concepto bastante complejo que tiene que ver con la visión que uno tiene hacia el dolor y la libertad. Examinar la contribución que los conceptos existencialistas han hecho al desarrollo de la logoterapia es un enfoque no solo hacia la teoría de Frankl, sino también hacia la comprensión de la aplicación práctica de los conceptos existencialistas en la psicoterapia. Tal consideración ofrece un marco teórico sólido para investigaciones futuras y demuestra cómo las ideas filosóficas pueden ser de ayuda en la creación de modalidades terapéuticas viables.

Las preocupaciones existenciales impregnan la vida de las personas y buscar significado ha sido una preocupación predominante de muchos, especialmente de aquellos que han sufrido inmensamente o que han experimentado trauma o pérdida. Utilizando un enfoque cualitativo, esta tesis explora extensamente los diferentes ángulos en los que se puede integrar el significado al realizar terapia, y cómo diversas técnicas existencialistas pueden ser integradas por el terapeuta en su práctica. Esto es especialmente cierto en el caso de las personas que utilizan la terapia de Frankl y requiere que se proporcione formación y supervisión al profesional que use estos enfoques dentro del contexto de la vida de muchas personas.

La relación que existe entre la logoterapia y el existencialismo, por su parte, también contribuye a interdisciplinar entre la filosofía, la psicología y las ciencias de la mente. La interrelación de estos bloques de conocimientos permite asumir una postura que sostiene que determinadas ideas filosóficas pueden estar implicadas en la historia del desarrollo de las prácticas clínicas. Al estudiar esto en su relación, podemos aprender a incorporar en nuestro análisis una estrategia integrativa que combina el razonamiento filosófico y los métodos terapéuticos, y así enriquece nuestra comprensión de los problemas existenciales y psicológicos.

A esta integración se le puede abrir una nueva línea de enfoques que pudieran partir desde la práctica clínica a conceptos de la filosofía existencial.

La investigación de la influencia que el existencialismo ejerce sobre la logoterapia contribuye al enriquecimiento del patrimonio cognitivo, permitiendo conocer con detalle de qué manera los conceptos filosóficos determinan la configuración de la terapia. Este tipo de estudio no se refiere solamente a una contribución en el ámbito científico, sino que también pretende proporcionar una base intelectual para compromisos y refinamientos más avanzados en los campos de la filosofía y la práctica psicoterapéutica. La concepción más integral de los vínculos que existen entre estas esferas puede traer consigo efectos en las estrategias de intervención y en su operacionalización, abriendo vías para que surjan otras direcciones en la investigación y en la práctica de la logoterapia.

1.5 Hipótesis

Hipótesis general: El existencialismo proporciona el fundamento filosófico principal de la logoterapia, ya que las ideas de Viktor Frankl se alinean con las corrientes existencialistas al enfatizar la búsqueda de sentido como aspecto central de la experiencia humana, integrando conceptos como la libertad, la responsabilidad y la trascendencia en su propuesta terapéutica.

Hipótesis 1: Las ideas existencialistas sobre la libertad individual y la responsabilidad personal son fundamentales en el desarrollo de la logoterapia, y su integración en la teoría de Frankl contribuye a la eficacia de su enfoque en la búsqueda del sentido.

Hipótesis 2: Los aspectos más evidentes de la filosofía existencialista en la logoterapia de Frankl incluyen la concepción del sufrimiento como una oportunidad para encontrar significado y la noción de que el sentido de la vida debe ser creado por el individuo.

Hipótesis 3: Las influencias existencialistas en la logoterapia se manifiestan en la práctica terapéutica a través de técnicas que enfatizan la autorreflexión y la responsabilidad personal, y en la teoría de Frankl mediante la integración de conceptos como la libertad para elegir y la creación de significado en cualquier circunstancia.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Bases teóricas sobre el tema de investigación

El marco teórico de esta investigación se fundamentó en una amplia variedad de fuentes que incluyen trabajos filosóficos clásicos, estudios contemporáneos, resultados de investigaciones clínicas y las obras fundamentales de Viktor Frankl sobre la logoterapia. Estas referencias proporcionan los cimientos para explorar la relación entre el existencialismo y la logoterapia, permitiendo una comprensión más profunda de los principios terapéuticos de Viktor Frankl. Kierkegaard, con obras como *El concepto de la angustia* (1844) y *Temor y temblor* (1846), aportó ideas fundamentales sobre la subjetividad y la libertad. Kierkegaard (1844) describió la angustia como una condición esencial para la libertad y la autorrealización, señalando que “La angustia es la realidad misma de la libertad, un estado en el que lo único que existe es la posibilidad” (p. 62). Estas obras fueron seleccionadas por su capacidad para proporcionar un marco conceptual que destaca la importancia del compromiso personal y la reflexión subjetiva en la búsqueda de sentido.

El existencialismo alemán, representado por Heidegger, enriquece los planteamientos de esta tesis al sostener que la muerte no es simplemente un hecho biológico, sino una dimensión fundamental de la existencia humana. Para Heidegger (2003), la conciencia de la finitud es lo que impulsa al ser a proyectar su vida con autenticidad. En *Ser y tiempo*, afirma “La muerte es la posibilidad más propia, inminente e insuperable del Dasein” (p. 263). Esta perspectiva muestra que asumir la muerte como horizonte vital conduce al ser humano a actuar con responsabilidad y a dotar de sentido a su existencia. Este es un concepto que se observa además en la logoterapia de Frankl.

Otro filósofo relevante es Sartre, cuyo principio de que “la existencia precede a la

esencia” (Sartre, 2005, p. 28), desarrollado en *El existencialismo es un humanismo* (1946), influyó directamente en la idea central de la logoterapia sobre la libertad radical y la responsabilidad personal. Según Sartre (2005) “El hombre está condenado a ser libre; porque una vez que es dejado en el mundo, es responsable de todo lo que hace” (p. 30). Su obra fue utilizada para sustentar la noción de libertad como base para la creación de significado en la vida del individuo, un concepto que subyace en las técnicas terapéuticas de Frankl.

Las obras de Viktor Frankl, como *El hombre en busca de sentido* (1946) y *Logoterapia y análisis existencial* (1967), establecieron los principios centrales de la logoterapia. Frankl (1946) plantea que la búsqueda de sentido es el motor principal de la existencia humana y que, incluso en las situaciones más difíciles, como los campos de concentración, el ser humano puede encontrar significado en su sufrimiento. En sus palabras “La vida nunca deja de tener sentido, incluso en el sufrimiento” (p. 101). Además, Frankl (1967) introdujo la dimensión noológica, señalando que el sentido de la vida es un concepto subjetivo y personal, basado en valores y objetivos que trascienden el plano material y biológico. Estas obras fueron fundamentales para construir la base teórica de la tesis, permitiendo un análisis detallado del enfoque terapéutico basado en la búsqueda de sentido.

Las investigaciones clínicas también han respaldado estos principios. En el caso de Schumann y Müller (2018), se documentó que la logoterapia ayuda a pacientes oncológicos a redefinir su perspectiva sobre la enfermedad y a encontrar un propósito personal. Según estos autores “Al enfocarse en aspectos de la vida que tienen valor personal, los pacientes lograron redefinir su perspectiva sobre la enfermedad y aumentaron su motivación para afrontar el tratamiento” (p. 45). Park y McCune (2015) exploraron cómo la logoterapia fortalece la resiliencia emocional en estudiantes universitarios bajo estrés académico, demostrando que: “Al

centrarse en la búsqueda de sentido, los estudiantes desarrollaron una mayor capacidad para enfrentar el estrés” (p. 72). Por su parte, Delgado (2020) investigó cómo la logoterapia promueve la aceptación y la paz interior en pacientes terminales, destacando que “La logoterapia ayuda a los pacientes a enfocarse en sus valores y relaciones, promoviendo un proceso de autocomprensión y aceptación” (p. 34). Estas investigaciones fueron seleccionadas por su capacidad de mostrar cómo las ideas teóricas de Frankl encuentran validación en contextos prácticos y clínicos.

Las fuentes mencionadas se utilizaron para construir un marco teórico que vincula los conceptos filosóficos del existencialismo con las aplicaciones prácticas de la logoterapia. Los textos clásicos de Kierkegaard, Heidegger y Sartre proporcionaron el sustento teórico, mientras que las investigaciones contemporáneas y las obras de Frankl respaldan la aplicación clínica de estas ideas. Cada una de estas referencias contribuyó a definir los objetivos específicos y a estructurar los argumentos principales de la tesis, mostrando cómo los principios existencialistas se manifiestan en la práctica terapéutica de Viktor Frankl.

Esta combinación de fundamentos teóricos y resultados clínicos asegura una comprensión integral y bien fundamentada del tema abordado. Además, el análisis de estas fuentes permite establecer una conexión interdisciplinaria entre la filosofía y la psicología, mostrando cómo las ideas filosóficas pueden tener un impacto directo en la mejora de la salud mental y el bienestar personal.

III. MÉTODO

3.1. Tipo de Investigación

Esta tesis ha sido elaborada desde un enfoque cualitativo y se basa en argumentación documentada basada en lectura e interpretación de textos.

3.2. Ámbito temporal espacial

Nuestro trabajo se enmarca en la filosofía existencialista y su relación con la logoterapia de Frank.

3.3. Variables

En nuestra investigación hemos analizado cómo el existencialismo se relaciona con la logoterapia. Por lo tanto, la investigación cuenta con un diseño no experimental, sin variables y manipulación deliberada de los mismos, es descriptivo y se basa en la interpretación de textos.

3.4. Población y muestra

Nuestro trabajo de investigación está centrado en un tema filosófico y nos encargamos de evaluar y dominar todas las fuentes bibliográficas relacionadas con nuestro autor. En este sentido de acuerdo al carácter de nuestra investigación no contamos con una población o muestra definida.

3.5. Instrumentos

Libros, artículos académicos, ordenador y diccionarios.

3.6. Procedimientos

Análisis e interpretación de textos.

3.7. Análisis de datos

Dado que la filosofía es sólo conocimiento conceptual, nuestros escritos de filosofía no buscan ni se basan en el análisis de datos. Por tal motivo nos centramos en describir, analizar y sintetizar en un conocimiento.

IV. RESULTADOS

4.1 La Filosofía de Soren Kierkegaard: Existencia, subjetividad y fe

Kierkegaard (1813-1855) es una de las figuras más interesantes de su tiempo. A su obra se le reconoce la consolidación del movimiento existencialista en la filosofía debido a su pensamiento vinculado a la subjetividad. Sin embargo, para Kierkegaard, Hegel se equivoca al intentar establecer un sistema categórico, debido a que cada individuo está destinado a vivir de forma única, lo que llevó a la incapacidad de ofrecer un modelo universal para la experiencia. Es así como Kierkegaard establece que “la verdad es la subjetividad”, al tener una experiencia única que solamente adquiere sentido en un contexto emocional, siendo necesario poseer una dedicación extrema, tanto cognitiva como física. Podemos leer el proceso creativo mismo de Kierkegaard cuando afirma que “la vida es una elección”, válido en el hecho de que el aspecto radical de existir es concientizarse de que se vive en un mundo en el que la razón no logra establecer conceptos universales.

De esta manera, se evidencia que un objetivo importante de Kierkegaard es mostrar la obsolescencia del racionalismo, al sostener que la razón no es suficiente como base exclusiva del entendimiento del mundo, y acentuar la importancia de lo vivencial para comprender la vida misma.

Uno de los tópicos nucleares en la obra de Kierkegaard es el concepto de angustia o *angst*, que él mismo describe como un fenómeno existencial caracterizado por la capacidad de elección y la incertidumbre sobre el porvenir. Esto aparece en *El concepto de la angustia* (1844), donde Kierkegaard analiza este sentimiento como una faceta de la libertad del ser humano y de la responsabilidad que cada uno carga al momento de desarrollar actitudes significativas. Para él, no es solamente un estado psicológico, sino una dimensión esencial de la vida humana que hace

posible y visible la libertad en cada acto de elección. “La angustia es la realidad misma de la libertad, un estado en el que lo único que existe es la posibilidad” (Kierkegaard, 1844, p. 62). Esta angustia se da, sobre todo, en el desplazamiento de una vida estética, guiada por el placer y la gratificación inmediata, hacia una vida ética, caracterizada por la responsabilidad y la entrega del sujeto.

Según Kierkegaard (1844), es esta confrontación con la angustia y la conciencia de la libertad lo que da origen a la tendencia del individuo a hacer un “salto de fe”. El salto de fe es, en su filosofía, un concepto fundamental e inquietante. El término se aplica al acto radical de abrazar una creencia o un modo de vida en ausencia de evidencia objetiva o racional suficiente, sostenido únicamente por una convicción interna y personal.

Para Kierkegaard (1846), el eje central de la existencia es la subjetividad. La materia sobre las verdades y la existencia del ser humano se aborda desde una perspectiva personal. Donde las ciencias y la lógica buscan verdades universales y objetivas, Kierkegaard sostiene que:

No es el hombre, en primer lugar, un ser que posea la verdad; es más bien uno que, poseyendo la verdad, en su búsqueda, se encuentra a sí mismo. Y la verdad se convierte, por lo tanto, en un compromiso, más que en una simple comprensión. (p. 88)

Para fomentar tal relación respecto a la verdad, Kierkegaard define la fe no como un simple asentimiento a doctrinas, sino como un acto concreto de voluntad y compromiso que transforma la vida del sujeto. La fe, para Kierkegaard (1846), es el último acto de la subjetividad: una voluntad creada por la convicción absoluta, que no puede ser verificada o refutada y que debe ser experimentada por el individuo mismo.

Para Kierkegaard (1843), el cristianismo es el máximo ejemplo de este salto de fe, puesto

que es una apuesta personal y arriesgada a creer sin cuestionamientos. Él sostiene que “La fe es el estado más elevado del hombre, ya que implica aceptar la paradoja de la existencia; es tanto lo más absurdo como lo más sublime” (p. 45). Esto resulta paradójico, ya que la fe es a la vez la acción más irracional y la más fervorosa. Al igual que la angustia, la fe es un evento intensamente personal que revela la naturaleza extraordinaria de cada existencia. Kierkegaard (1843) señala que la persona que ha dado el salto vive en una tensión perpetua entre la certeza interna de esa creencia y la imposibilidad de cualquier justificación lógica de la misma. En esta tensión se sitúa, para Kierkegaard, la verdadera libertad: la liberación de la necesidad de pruebas externas y la fortaleza de la esperanza de que la vida tiene sentido porque en ella está basada su fe.

4.1.1 La Existencia y la subjetividad

El filósofo danés busca explicar, sobre todo, que la vida no puede ser comprendida mediante conceptos universales, sino que cada uno tiene que vivir su propia vida subjetivamente. En *Temor y temblor*, Kierkegaard (2019) recalca “La verdad es subjetiva. No radica en una frase general, sino en la vivencia individual del hombre” (p. 32). Cabe subrayar que este acercamiento está centrado en el hecho de que la realidad es, en efecto, la construcción de la experiencia de cada persona en particular. Se fundamenta en el modo en que se viven entre sí, en lugar de usar conceptos abstractos y universales que intentan simplificar el fenómeno existencial a sistemas de ideas. La perspectiva desde la subjetividad suscita la pregunta sobre la posibilidad de que el llamado “ser humano” pueda ser analizado desde teorías o filosofías que no tomen en consideración dicho contexto. Al respecto, Kierkegaard (1846) menciona “La subjetividad es la verdad, la verdad no es simplemente un conocimiento, sino que es una relación íntima y comprometida de las cosas con uno mismo” (p. 25). Esta interpretación hace que se entienda la

subjetividad como su principal característica esencial, la autenticidad, ya que es el cumplimiento firme de la versión de la verdad del individuo. En contraposición a los planteamientos hegelianos de la conceptualización del ideal absoluto y del ideal universal, se puede afirmar que, para Kierkegaard, el verdadero conocimiento tiene que experimentarse en su fe, y esta experiencia es singular en la vida de cada persona.

La versión de Kierkegaard sobre el concepto de lo subjetivo parece ser una crítica a la inclinación predominante en su época de dar mayor peso a las ciencias y la racionalidad sobre la experiencia humana. Para él, la existencia humana es más que una colección de hechos o verdades objetivas; es una secuencia de elecciones hechas individualmente que da forma a uno mismo y al propósito del ser. Como ha señalado Evans (1998), “creía que la vida humana era, a todos los efectos prácticos, sobre elecciones y compromiso, con cada persona obligada a asumir la carga de dar sentido a su vida” (p. 47).

Kierkegaard también introduce el concepto de “autenticidad” como un componente clave de la existencia subjetiva. Según Guignon y Pereboom (2001), la autenticidad en Kierkegaard implica “vivir de acuerdo con un conjunto de valores y creencias que se han hecho propias, en lugar de conformarse a normas o expectativas externas” (p. 63). En este sentido, la subjetividad es la base de la autenticidad, porque vivir auténticamente implica aceptar plenamente la responsabilidad por las elecciones personales y el fortalecimiento de los valores, sin importar las expectativas o corrientes sociales.

Kierkegaard incluso lo lleva más lejos, diciendo que la búsqueda de la verdad es un esfuerzo existencial; la persona emprende un viaje en el cual no solo recibe respuestas, sino que también se transforma a sí misma. “La verdad se convierte en una preocupación personal”, enfatiza Kierkegaard (1846), lo que ilustra el papel básico de la experiencia individual en la

formación de cada persona. Esta transformación es posible gracias a la capacidad de introspección y autocomprensión, habilidades que no se desarrollan a través de una mera adquisición de conocimientos, sino a través de la reflexión y el compromiso con uno mismo. Para Kierkegaard, esta es la esencia de la existencia: un viaje sin fin que puede describirse como una búsqueda de la verdad y de sentidos propios que no pueden lograrse con abstracciones teóricas, sino en el vivir con propósito y significado.

Hay quienes están de acuerdo con esto, afirmando, por ejemplo, que “la verdad subjetiva de Kierkegaard es la verdad, pero no en un sentido relativista. Es una verdad que desafía a cada individuo a comprometerse con la vida, en toda su plenitud y con responsabilidad” (McCarthy y Wildman, 2011, p. 110). Por lo tanto, el pensamiento de Kierkegaard sobre la naturaleza de la subjetividad y la existencia proporciona un trasfondo teórico que refuerza no solo la filosofía existencial, sino también la práctica terapéutica de la logoterapia, enfatizando nuevamente el papel de la autoexperiencia activa como el camino hacia una vida auténtica y significativa.

4.1.2 La esfera estética

El modo de existencia en el que se busca el placer y se evita el dolor es referido por Kierkegaard como la esfera de lo estético. Un individuo se enfoca en experiencias sensuales y emotivas, suscribiéndose a un tipo de lógica que busca placer en todos los futuros, excepto en los distantes. Por ejemplo, Kierkegaard (2019) observa “El esteta patina por la superficie del placer y evita las profundidades del compromiso y la responsabilidad” (p. 56). Así, esta forma de vivir Kierkegaard afirma que la vida estética se reduce a vivir el momento y perseguir placeres personales sin ningún tipo de consideración moral o sentido de responsabilidad.

En esta esfera, el placer se convierte en la incitación de la acción, y el ser humano se verá casi siempre excluido en un tipo de autorreflexión acerca del sentido de su vida. Pattison sostiene

que “la vida estética es una vida de distracción, donde el individuo se ocupa en actividades y en experiencias que lo hacen escapar de la necesidad de hacerse preguntas existenciales” (Pattison, 2005, p. 92). Sin embargo, esta búsqueda de la satisfacción del placer instantáneo y constante puede causar un vacío y desesperación dada la temporalidad de las gratificaciones que nunca resuelven problemas más fundamentales que el ser humano busca, como son un objetivo, significado o relación con otros seres. Kierkegaard sostiene que, en esta esfera, el individuo se ve confinado en una actividad sucesiva de cortos placeres que, aunque son temporales y en ocasiones satisfactorios, tienden a no integrar dentro de sí un objetivo o bienestar duradero.

Para Kierkegaard (1843) “el esteta no es más que un individuo que se mueve en la vida buscando disfrutar de todo, pero se mantiene alejado del sacrificio o de las responsabilidades” (p. 45). Esta visión busca la inacción respecto al dolor y las dificultades, el tratamiento de las consecuencias de las elecciones apremiantes. El esteta disfruta en su vida de placeres relativamente de vida en reposo, pero es obvio que la sencillez y falta de compromiso que esto representa podrían producirle una crisis existencial al descubrir que no necesita la satisfacción de pequeños placeres.

Este modo de existencia se relaciona con la noción acerca de la “mala fe” de Sartre, que es la mentira a uno mismo en la cual la persona abdica de la responsabilidad de sus decisiones (Sartre, 2005). Estar en la esfera estética resulta accionar de la misma forma, ineludible la necesidad de pensar sobre la razón que hay tras cada acción y las consecuencias de las decisiones de uno. Tal modo de existencia se convierte en una táctica de evitar el compromiso con la libertad, que es una característica del ser humano por naturaleza. Sin embargo, parece argumentar Kierkegaard, esta vida con disfrute efímero termina en la desesperación, ya que no responde a las preguntas existenciales del ser humano.

En esta línea, Kierkegaard (1849) critica el hecho de que el estilo de vida estético, que jamás se preocupa por cuestiones existenciales, puede ser el primer paso hacia un estado en el que el hombre no se satisface, sino que más bien “busca alcanzar la paz”. “Percibe la existencia de sufrimiento, pero al mismo tiempo trata de protegerse de ese sufrimiento, lo que se traduce en una cosmovisión superficial de conexión indirecta” (Kierkegaard, 1849, p. 102). Esta búsqueda de equilibrio se transforma en un estado de necesidad e insatisfacción después de haber buscado activamente el empleo de todos los placeres y entretenimientos de los cuales se puede disfrutar.

En consecuencia, la esfera estética, el hedonismo de la vida, termina desnudando la naturaleza superficial de la intersubjetividad del Yo, entendida desde un sentido crítico de cada uno de los órganos de los sentidos, al decir de Kierkegaard, que no tiene la capacidad de dotarle a uno el sentido auténtico de la existencia.

4.1.3 La esfera ética

La esfera ética, para Kierkegaard, tiene el estatus de un nivel de existencia superior al nivel estético, y se encuentra en el sentido de que ya no emerge del placer del individuo, sino de la responsabilidad que tiene hacia otros, de asumir la moral y establecer principios. En este sentido, las decisiones de la vida no están basadas en la búsqueda de satisfacción, sino en la adopción de códigos morales. Según Kierkegaard (2019), este paso implica lo siguiente “En la esfera ética, el individuo se da cuenta de que es preciso tomar decisiones relacionadas con lo moral y también que es necesario aportar al cumplimiento de deberes hacia otros” (p. 102).

El centro entre los sentidos es diferente respecto al centro de interés de la moral, ya que en la ética los placeres y las acciones que algunas consideraciones sobre los individuos en la sociedad toman la consideración primero. Esta vida recomienda niveles superiores como la honestidad, la justicia y el respeto del individuo, lo que significa que se ha tildado a los

estándares más allá de la gratificación personal.

En esta fase ética, la toma de decisiones del individuo se ha ampliado para incluir lo que es correcto sin importar sus deseos inmediatos. Como afirma Westphal (1996), “En una vida ética, un individuo abraza un conjunto de valores y actúa con un sentido interno de responsabilidad que evoca las elecciones que hacen” (p. 45). En este nivel de existencia, el individuo toma conciencia de su libertad no solo para elegir entre placeres, sino para actuar de una manera que demuestre responsabilidad hacia valores más profundos que sustentan la preocupación por otras personas. Esta esfera marca un gran avance en la autopercepción porque, en este estadio, un individuo comienza a percibirse a sí mismo en una red de relaciones sociales y está listo para asumir la responsabilidad por su parte en el bienestar de otros.

Sin embargo, para Kierkegaard, la esfera ética sigue siendo insuficiente cuando se trata de la identidad del yo. En sus obras, sostiene que, aunque la vida ética implica una mayor responsabilidad y adhesión a ideales morales, sigue estando limitada debido al énfasis que se pone en el deber y el razonamiento. Kierkegaard (1846) afirma que “la autenticidad no puede encontrarse en la moralidad racional, sino en una relación con lo absoluto, es decir, en la esfera religiosa donde el individuo entra en contacto con la divinidad” (p. 67). En este sentido, aunque la esfera ética da sustancia y dirección, su dependencia de normas y principios razonables restringe la capacidad del individuo para relacionarse con lo trascendental de manera inmediata y personal.

La esfera ética, por tanto, presenta desafíos que son profundos en el interior de la persona cuando se hace evidente que la razón no sirve para abordar preguntas que son existenciales de manera profunda. Ferreira (2001) sostiene que “Kierkegaard piensa que la moralización, aunque necesaria, no es suficiente para que uno se sienta agradecido; la verdadera autenticidad es

alcanzada cuando el individuo se va más allá de la ética del racionalismo y llega a la fe” (p. 112). En esta línea, la esfera ética se considera y se utiliza como una preparación para la esfera religiosa, en la que el individuo no se limita a comportarse según reglas morales, sino que incorpora una relación personal directa con la divinidad que va más allá de lo ordinario. De esta forma, y aunque el nivel ético posibilita una vida responsable y con sentido, Kierkegaard sostiene que esto es solamente un nivel de proyección previa a la existencia de un ser auténtico.

Kierkegaard también observa que la esfera ética puede llevar al hombre a una crisis, en el momento en que alguien se da cuenta de que la moralidad en un estado separado no puede dar respuesta a las preguntas más ontológicas. Esto, a su vez, es lo que lleva a muchas personas a la esfera religiosa, donde logran ser auténticas y plenas. Según MacIntyre (1984), “una vida ética requiere un esfuerzo constante por vivir de acuerdo con principios, pero esto puede llevar a una sensación de insuficiencia cuando hay una demanda de un compromiso más comprensivo y total” (p. 89). Así, la esfera ética plantea un nivel de responsabilidad que es de hecho constructivo, pero que eventualmente puede superar su utilidad y llevar a la persona a buscar razones que sean más profundas que las morales y racionales, sobre todo en la religión.

Por último, Kierkegaard caracteriza la esfera ética como un nivel de la existencia en la que el sujeto se orienta a la moral y asume responsabilidad por sus actos. En este sentido, él sostiene que la esfera religiosa es la esfera en la que el individuo puede ser genuino en la relación con lo absoluto. A pesar de que la vida ética puede considerarse un avance con respecto a la vida estética, en el sentido de que esta añade un sentido y una responsabilidad en la acción, Kierkegaard considera que un sentido pleno de la vida solo se puede conseguir al ir más allá de la moral y establecer una relación con Dios. Esta perspectiva pone de relieve el papel de la esfera ética como un nivel básico, pero también señala las debilidades de la ética en la búsqueda del

sentido último de la vida.

4.1.4 La esfera religiosa

La esfera religiosa es la esfera más alta en la filosofía de Kierkegaard. Un individuo, en este nivel de existencia, se enfrenta con lo absoluto y realiza lo que Kierkegaard llama un “salto de fe”. Este es un acto que va más allá de la lógica y las normas sociales. Tal salto no requiere solo las creencias de las prácticas de cierta religión, sino también una entrega total a la divinidad. Según Kierkegaard (2019), “La esfera religiosa se caracteriza por un salto de fe que excede tanto la razón como las prescripciones sociales” (p. 145). En esta esfera, el individuo renuncia a la seguridad racional y a las normas sociales para seguir una afectividad por la trascendencia, que, a veces, interrumpe los patrones habituales de pensamiento y acción.

La fe es el tipo de acto que implica una entrega total a la incertidumbre y al riesgo. Para Kierkegaard, esto es lo que verdaderamente significa tener relación con Dios. Ferrater (2009) sostiene que “el salto de fe representa la decisión del individuo de entregarse a una verdad que no es demostrada, sino vivida” (p. 243). Este salto es radical, ya que exige a los individuos liberar las seguridades de sus mentes y aceptar la paradoja de una verdad que no puede ser demostrada porque está fuera del entendimiento racional. En la esfera religiosa, la persona no solo tiene relación con Dios a través de normas morales o racionales, sino que la experiencia de la vivencia es más profunda; el cúmulo de todas las experiencias vuelve radical al ser humano.

La esfera religiosa, al igual que las demás esferas de existencia, se distingue por su capacidad de proporcionar un sentido de autenticidad total. Si en la esfera ética el individuo tiene que rendir cuentas hacia los demás y comprometerse con la búsqueda de una vida buena, en el plano religioso los ideales son sobrepasados, ya que esta dimensión establece como finalidad suprema del ser humano su relación con lo divino. Edinburgh (2015), citando a Castellano,

afirma que “Kierkegaard sugiere que el verdadero sentido de la vida solo puede ser alcanzado dentro del ámbito religioso, en el cual el hombre se entrega incondicionalmente a Dios, lo cual está más allá de los límites de la moralidad racional” (p. 112). La relación con Dios en esta esfera es franca y directa, lo que ayuda al individuo a alcanzar una forma de existencia en la que la autenticidad no se fundamenta en principios éticos ni sociales, sino en una fe que va más allá del sentido común y de la razón.

Por otra parte, el salto de fe encierra una gran paradoja: el individuo debe soportar la ridiculez de creer en lo que está más allá de lo explicable y comprensible. En *Temor y temblor*, Kierkegaard (2019) narra la historia de Abraham, quien estaba preparado para sacrificar a su hijo Isaac en un altar para mostrar la característica de la fe absoluta. Tal acto, que carece de una justificación racional o moral, ejemplifica que la fe exige una entrega total a aquello que la razón no podría abarcar “Abraham demuestra el salto de fe cuando estaba preparado para sacrificar a su hijo Isaac, lo cual está más allá de la esfera de la razón y la ética” (p. 165). La narrativa de Abraham insiste en que la verdadera fe no puede ser subordinada a la lógica de ningún tipo; es una elección libre hecha por un individuo que, en algunos casos, puede ser irracional y moralmente incomprensible.

En esta esfera, el sujeto establece una relación genuina con lo divino al reconocer que su fe es incuestionable e irreductible racionalmente. Como señala Di Cesare (2003), “el salto de fe llega a convertirse en el símbolo de una relación plena y personal con el Dios que trasciende las estructuras éticas y racionales de la existencia humana” (p. 89). Este acto de fe hace posible que el individuo experimente un grado de satisfacción que no existe en esferas más estéticas o éticas. El ser humano, solo en la esfera religiosa, puede superar las ataduras de la existencia finita al conectar de manera absoluta con lo inefable y lo trascendental.

La religión, de acuerdo con Kierkegaard, representa el punto más elevado de la existencia, en donde el sujeto se enfrenta con lo absoluto y ejecuta un salto de fe que se sitúa en un orden superior al de la razón y la moral. La fe en lo divino, en esta forma, se torna total y, al mismo tiempo, permite tener un nivel de relación con lo absoluto que supera todas las reglas y parámetros racionales o sociales concebidos. En la esfera religiosa, el individuo otorga sentido a su vida a través de un acto de fe que, en un primer momento, parece ilógico, pero que a la vez es de gran relevancia. Así, la verdadera fe, de acuerdo con Kierkegaard, es una acción en la que uno se rinde completamente y que no puede ser comprendida ni contenida en la lógica o en la ética humana, sino que está más allá de cualquiera de las dos en la búsqueda de lo infinito.

4.1.5 La angustia y el salto de fe

La angustia es un tema esencial para la filosofía de Kierkegaard y es entendida como el estado de desasosiego y carga moral que acompaña la posibilidad de hacer elecciones de significado vital en el sentido de la vida. Kierkegaard (2021) sostiene que “es dicha conciencia del hecho de que uno es libre e inclusive la exigencia que viene con tal libertad” (p. 77). La angustia, para Kierkegaard, por tanto, no es solo de orden negativo, sino también un hecho positivo que caracteriza al ser humano. Este estado aparece cuando el individuo se ve ante la posibilidad de decidir y las repercusiones que dicha decisión podría tener. Por la angustia, el ser humano se da cuenta, a través de sus acciones y decisiones, de la responsabilidad que tiene; una asunción que lo lleva hacia una autorrealización y autorreflexión.

Kierkegaard entiende que las preocupaciones son parte del vértigo existencial que el sujeto experimenta al procurar abarcar su existencia y su libre albedrío. Esta condición puede ser deseable, aunque en sí misma es desoladora, porque evoca la posibilidad de tener ideas que ejecutaremos, siempre con el riesgo de no tener dirección en la vida. Como explica Gallego

(2010), “Kierkegaard ve la angustia como el reconocimiento de la posibilidad de elección, un proceso en el cual el individuo se confronta a sí mismo y a la nada, ya que no hay un camino predeterminado que seguir” (p. 152). De esta forma, la angustia se vuelve un punto de apoyo para el desarrollo de cada persona porque reta a cada uno a aceptar su libertad de indagarse sobre sí mismo, su razón y su sentido de vida. La libertad, así, no es únicamente un derecho, sino una tarea que cada individuo asume y una visión que se expresa en la acción.

Según Kierkegaard, la angustia es también una manifestación de la existencia misma del ser humano y no se trata de un estado que deba ser superado, porque es parte de la condición de la existencia que permite que la persona se dé a sí misma. Como explica López (2013) “la angustia es, para Kierkegaard, condición necesaria para el conseguir la autorrealización; es durante este estado que el individuo toma conciencia que la vida encierra infinitas posibilidades y que cada decisión es un momento para significar algo” (p. 88). Esto implica que la angustia no debe ser vista como una amenaza, sino como una motivación para la autosuperación. Mediante la angustia, el sujeto desafía sus temores y limitaciones, y también aparece la posibilidad de superar todo ello en la búsqueda de una vida verdadera. Además, la angustia exhibe el vínculo entre el ser humano y el ámbito de la posibilidad.

Kierkegaard (1844) considera que la angustia se establece cuando uno se enfrenta al ámbito de lo posible “La angustia es la posibilidad misma, que es la condición en la cual el hombre percibe que tiene la opción de seleccionar entre varios caminos y que esta selección moldeará su vida” (p. 62). Tal poder de selección no es solo un derecho, sino un rasgo característico de la humanidad. La angustia, entonces, es la realización de tal poder y la obligación de hacer opciones significativas. Al apreciar el poder de elegir, el individuo también es consciente de que existe el deber de realizar lo que sea consistente con sus valores e ideales, y

con su búsqueda de originalidad.

En efecto, la angustia también aporta una dimensión ética en la filosofía de Kierkegaard, puesto que es la condición mediante la cual el sujeto está en la obligación de reconocer sus límites y hacer elecciones que le permitan vivir de acuerdo con su ser. Así, Pardo (2015) sostiene que “la angustia en Kierkegaard es el punto de partida para una vida ética, porque al reconocer su libertad el individuo se ve comprometido a actuar de acuerdo con su propia comprensión de lo que es correcto” (p. 113). Así, la angustia no se puede describir únicamente como un estado de ansiedad, sino también como un desafío para asumir la libertad y la responsabilidad de actuar. Kierkegaard afirma que solo aquellos que se rinden al sentimiento de angustia pueden lograr la verdadera grandeza, junto con la determinación de ajustarse a sus principios.

4.1.6 La naturaleza de la angustia

Según la filosofía de Kierkegaard, la angustia es una parte fundamental del ser humano y se produce por la capacidad del individuo para elegir y por la necesidad de asumir responsabilidades por dichas elecciones. Kierkegaard (2021) presenta la angustia en estos términos “Es una característica que resulta del ser humano y su reacción ante la oportunidad de decisiones que son fundamentales” (p. 79). Este estado de insatisfacción se da cuando el ser humano se enfrenta a la heterogeneidad de su libertad, la posibilidad de elegir entre tantas opciones y la carga de elegir aquello que tiene un impacto relevante. Desde este punto de vista, la angustia acompaña a la libertad porque, además de mostrar la amplitud de las elecciones posibles, también subraya la gravedad de la responsabilidad social.

La angustia es una experiencia inevitable en quienes buscan una vida auténtica. Este estado del ser no constituye un obstáculo insalvable, sino una oportunidad para que el individuo profundice en su autoconocimiento. En otras palabras, la angustia en Kierkegaard aparece como

la experiencia del individuo que es capaz de realizar una opción entre un número infinito de posibilidades no ejercidas. Ferrater (2009) señala “La angustia en Kierkegaard es la experiencia de la libertad absoluta, una experiencia en la que el individuo se da cuenta de que sus decisiones tienen el poder de definir su existencia” (p. 245). En esta interpretación, la angustia pasa de ser una mera experiencia negativa para constituir la base de una lucha interna, apasionada, que impulsa al cambio y a la autorrealización, porque obliga al ser humano a asumirse en sus elecciones.

La noción de angustia como opresora también revela un vínculo con su dimensión creadora, ya que, como plantea Kierkegaard (1844), la angustia es el resultado del “vértigo” que surge ante la dualidad cognitiva de hacerse consciente de que existen múltiples posibilidades. En ese instante, el ser humano enfrenta la dialéctica entre decidir y no decidir, lo cual pone en evidencia tanto la libertad como el temor que conlleva. De este modo, la angustia se manifiesta como un estado ambivalente, donde placer y miedo coexisten frente a la experiencia de la libertad total.

Asimismo, la angustia tiene un carácter transformador, pues obliga al ser humano a reconocerse con sus limitaciones y a responsabilizarse por lo que hace. Según Castellano (2015):

Kierkegaard es de la opinión de que la angustia es una de las experiencias más esenciales en la vida del hombre, en vista de que les muestra una de las proyecciones del ser como actividad que tiene que ser llevada a cabo de manera consciente. (p. 112)

En este sentido, la angustia ofrece la posibilidad de que el ser humano expanda sus horizontes y crezca, no como evasión de sus objetivos, sino como una forma de dar sentido a su vida.

En Kierkegaard, la angustia tiene un significado crucial, porque es ella la que conduce a

un estado de conciencia sobre la posibilidad de ser y de alcanzar una existencia auténtica. La angustia enfrenta al ser humano con la necesidad de tomar decisiones orientadas por la razón y los valores. Como resultado, el individuo se convierte en causa de sí mismo, determinando el sentido de su vida. Echeverría (2006) coincide al afirmar que “la angustia es el reflejo de la capacidad humana que trasciende las restricciones sociales y logra construir una vida que realmente es suya” (p. 97). Así, cuando una persona experimenta angustia, además de confrontar su existencia, reafirma sus decisiones respecto a ella, lo que le permite realizarse de manera más profunda.

4.1.7 El salto de fe

Uno de los aspectos principales en las obras de Kierkegaard es el concepto de un “salto de fe”, que representa la etapa más avanzada de la fe, donde una persona está totalmente dedicada a Dios. Este tipo de acto es completamente opuesto a la racionalidad moral, ya que no requiere entendimiento sino confianza ciega. En *Temor y temblor*, Kierkegaard (1998) presenta el ejemplo de Abraham, quien es pedido por Dios para sacrificar a su hijo Isaac, y escribe “Abraham proporciona esta exhibición del salto absoluto de fe al estar preparado para matar a su hijo Isaac, lo cual está por encima de la razón y la ética” (p. 165). La esencia misma de este acto va en contra de la lógica humana y de cualquier ley moral, sosteniendo la idea del salto de fe como una sumisión absoluta a Dios.

Kierkegaard retoma la historia de Abraham para aseverar que el verdadero acto de fe no se establece por la lógica o la certeza, sino por un compromiso que trasciende la razón. Desde esta perspectiva, la religiosidad es una paradoja que relativiza la comprensión racional y acoge lo absurdo. Echeverría (2006) afirma que “Kierkegaard considera que la fe es la única relación que permite al individuo trascender sus propios límites y entrar en una relación directa con lo divino,

que transgrede cualquier forma de pensamiento” (p. 97). Al realizar esta trascendencia, el creyente no busca razones ni pruebas, sino que acepta el misterio de lo divino.

El “salto definitivo” en Kierkegaard se refiere a un tipo de fe íntima, donde el individuo se compromete de manera exclusiva y singular con Dios. Este salto, al que Kierkegaard llama “la fe caballeresca”, no puede ser compartido ni explicado, pues constituye una experiencia personal que desafía tanto a la sociedad como a la ética universal. Así, la fe de Abraham no es mera obediencia ciega a la voluntad de Dios, sino un gesto radical de amor y confianza en Él que no encuentra respaldo en la razón. Como señala García (2012):

Para Kierkegaard existe la posibilidad de moverse a través de la fe que se convierte en una relación singular entre el individuo y Dios, y esta es la posibilidad de fe que involucra un compromiso total y obediencia que supera la lógica y la ética humana. (p.34)

Este tipo de fe exige al individuo la disposición de actuar en contra de sus estándares morales habituales, adhiriéndose a un compromiso radical con lo divino.

El salto de fe también soporta la paradoja de la condición humana y la incertidumbre inherente a ella. En *Concluding Unscientific Postscript to Philosophical Fragments*, Kierkegaard (1846) plantea que la fe “es precisamente la paradoja de que el individuo, siendo un ser finito, puede relacionarse con lo infinito y con lo absoluto” (p. 72). La fe es, entonces, la creencia en la posibilidad de algo mayor, capaz de superar los límites de la razón. Este salto hacia lo divino no niega la ética, sino que la trasciende, colocándose más allá de cualquier norma.

Asimismo, el salto de fe refleja el nivel de dedicación personal en la relación con Dios. En este sentido, Aguirre (2009) sostiene que:

La verdadera fe en Kierkegaard no es una fe entendida a través de la lógica, sino una fe

puesta en práctica; un poner la fe en práctica y que conlleva que la persona se encuentre en la más profunda entrega a lo que es divino. (p. 115)

Este salto no es solo un movimiento de la mente, sino una aventura de confianza total, que transforma la vida del creyente y redefine su ser en relación con lo trascendental.

En conclusión, el salto de fe, tal como lo describe Kierkegaard, es un acto radical que supera la razón y las normas morales establecidas. Esta resolución cualitativa hacia lo divino se ubica más allá de toda expectativa racional o sociocultural, y constituye una prueba de la autenticidad y devoción personal del individuo. No se trata meramente de obedecer un mandamiento, sino de rendirse plenamente a lo divino, en un acto que redefine la naturaleza del ser y su relación con lo trascendental.

4.1.8 El concepto de fe cristiana

La fe cristiana es un aspecto central en la filosofía de Kierkegaard, que explora cómo la desesperación surge cuando el individuo no acepta su libertad y responsabilidad. En *La enfermedad mortal*, Kierkegaard (2020) señala “La desesperación es el resultado de no aceptar la propia libertad y la responsabilidad personal” (p. 95). Para Kierkegaard, la verdadera fe cristiana implica un compromiso personal con lo divino que va más allá de las doctrinas y exige una relación auténtica y profunda.

4.1.9 La fe como paradoja y contradicción

A la hora de profundizar sobre la teología de Kierkegaard, el fenómeno de la fe cristiana tiene un carácter mucho más amplio, y no se reduce al hecho de la creencia en la liturgia o las doctrinas de la religión: es una confianza que va en contra del sentido común y las costumbres sociales. Kierkegaard (2020) describe la fe cristiana como “un acto de confianza que no se

subordina a la lógica ni a las normas sociales” (p. 105). Es un tipo de creencia que tiene muchos matices porque no reposiciona la fe en fundamentos racionales o pruebas de lógica, sino que entrega todo a lo que, sin serlo, es divino. De este modo, la fe se eleva por encima del conocimiento y, al mismo tiempo, supone un tipo de devoción ciega donde la razón se ve impotente; en todas sus implicancias, el absurdo se integra como un rasgo principal a la noción de Dios y se entiende como parte del fenómeno que en verdad es la relación armoniosa con Él.

Tal como lo plantea la lectura de Kierkegaard, la fe puede ser entendida como un acto que se encuentra por encima de las concepciones del juicio humano. Para Kierkegaard, la fe en su esencia es capaz de lo que no es social o racionalmente aceptable. En *La enfermedad mortal*, dirá que “la fe en lo divino es un acto libre. Se basa en la renuncia a la razón y al deseo de estar cerciorado de lo que es posible” (Kierkegaard, 2020, p. 93). Se trata de interacciones que no solo desbordan la capacidad de la razón, sino que se encuentran fuera de las normas sociales, ya que es un encuentro singular entre la persona y Dios. De esta forma, la fe queda caracterizada como una paradoja que no tiene explicación y que, por lo tanto, puede solo ser experimentada por un solo individuo.

A su vez, Kierkegaard señala que en lo absoluto no hay lógica o ética que buscar, lo que considera la fe cristiana como una “paradoja”. De acuerdo con Jiménez (2012), “la fe en Kierkegaard es un acto que desafía toda lógica humana; es una paradoja en la que el individuo se entrega a lo divino sin la necesidad de pruebas o razones” (p. 122). Este tipo de fe rápidamente pierde valor a nivel ético convencional, ya que el acto de tal fe es un grado de honor en el que las cosas superan la moral de lo que un ser humano acepta. La paradoja de la fe es que, aunque parece irracional visto desde un ángulo humano, es la fe la que ofrece el supremo sentido de la relación con Dios. Así, el sentido del control racional desaparece y deja lugar a la plena

confianza en el ser supremo.

La fe cristiana en Kierkegaard viene marcada por el acto de una auto renuncia. Todo lo inexplicable debe ser asumido sin ninguna interpretación o simbología que lo empañen; así, la fe no busca razones ni garantías. Aranguren (1976) afirma que “la fe cristiana en Kierkegaard es tanto una rendición radical donde uno admite que no sabe y disfruta lo que no puede entender” (p. 76). Dicha fe se tiene que dar en medio de lo que es esencial, considerando incluso que otorga al individuo espacio para un contacto sin prejuicios con el principio o ser supremo.

Como sostiene Kierkegaard, el individualismo cristiano es la forma de ser en las relaciones con Dios. En esta obra, Kierkegaard se arroja a la defensa de que la fe no necesita buscar razones o la lógica de sus creencias; más bien, es la que se abre a la totalidad de lo divino. Aguirre (2009) menciona que “para Kierkegaard, la fe es el vínculo más profundo entre el ser humano y Dios, esa relación no se puede entender, solo se puede vivir” (p. 97). Es decir, quien se acomete con fe, apenas se acompasa con un espíritu que es capaz de desechar reglas humanas y hasta la lógica con tal de establecer una relación con lo que es infinito y verdadero. En esta acción de fe, el hombre se carga de sentido y de libertad, pues bajo esta fe lo divino, como toda lógica, es contradictorio y la acción se eleva fuera de la imaginación y la expectativa social.

4.1.10 La relación personal con lo divino

En la filosofía de Kierkegaard, la fe no es un conjunto de rituales o creencias instituidas por las iglesias, sino algo interno y privado. Kierkegaard (2020) escribió “La fe auténtica se vive en lo individual y no en concepto de sistemas institucionales” (p. 123). Esta perspectiva también enfatiza la relación exclusiva y directa con lo divino, donde uno no tiene que depender de dogmas doctrinales. En pocas palabras, para Kierkegaard, la fe adecuada está en oposición a ideales institucionales en función de la religión: la fe es concepción concreta y la experiencia de

Dios. Este enfoque contrasta drásticamente con la idea de que la fe puede ser sostenida o entendida en el mismo sentido que la multitud, ya que es una experiencia individual que cambia la vida.

La sustitución kierkegaardiana de lo divino por la religión institucional se explica en su búsqueda de contacto con lo divino en la interioridad del individuo. En este sentido, Aranguren (2005) afirmó “Kierkegaard considera que la fe auténtica no puede ser institucionalizada, ya que la relación con él es personal y está enraizada en la singularidad de cada existencia humana” (p. 45). Para Kierkegaard, el acto de creer consiste en un acercamiento particular hacia el absoluto que no puede ni debe ser sustituido ni mediado por estructuras y rígidos rituales. No existe en creencias o reglamentos sociales, sino en la inaudita experiencia de quienes establecen una relación con el todo, en oposición a los parámetros dispuestos y las creencias de la sociedad.

De igual manera, Kierkegaard resalta que la fe es un acto de responsabilidad y libertad que solo surge desde el individuo. A su juicio, la fe genuina no puede ser entendida como la adulación de la retórica de los poderosos, sino como una decisión racional y decente que una persona toma. García (2012) señaló “Kierkegaard destaca que la fe es subjetiva, es una elección que cada persona debe hacer en su vida en busca de significado” (p. 67). Este entendimiento de la fe como un acto individual de libre albedrío se opone a la noción que define la religión como tener una forma adecuada o verdadera de ser. La fe para Kierkegaard es la mayor expresión del poder y autonomía del hombre, en cuanto que establece una relación con Dios no atada a pautas exteriores, sino al vínculo interior de cada persona.

El requisito de la fe personal también implica un cierto grado de desconexión con la protección que pueden ofrecer las instituciones religiosas. Así, para Kierkegaard, al convertir la fe en un tema singular, le da la carga de responsabilidad a la persona por encima de cualquier

normativa o disposición. Tal fe es, por tanto, un acto de autoafirmación y autenticidad cuya resolución se encuentra en la persona misma y no en esquemas institucionales de fe.

Ferrater (2009) explicó “Para Kierkegaard la fe de cada cual es lo propio de su autenticidad; para él este acto de fe, que es absoluto y personal, es en el que el individuo se encuentra a sí mismo” (p. 314). De esta manera, la fe se transforma en el medio de la autorrealización, de forma tal que el sujeto puede desarrollar su vida sin importar la validación o el juicio social, sino en función de su propia fe.

Por último, Kierkegaard sostiene que la fe auténtica desconfía de las organizaciones y de la necesidad humana de tener certezas y de buscar seguridad en la religión. La fe cristiana, según Kierkegaard, debe ser vivida como una aceptación de la paradoja y de la tensión que la falta de certidumbre genera. Como toda relación personal e intransferible, la fe personal escapa a las soluciones simplistas y elementales que las doctrinas y los ritos puedan ofrecer. Echeverría (2006) sostuvo “Kierkegaard nos habla de una fe que no necesita de dogmas ni del ritual, sino de un sentido genuino, donde cada persona debe creer a ciegas en Dios sin tener que recurrir a la razonabilidad o a la religión” (p. 82). Esta forma de vivir la fe no solo se opone a las instituciones, sino que también reta a cada persona a asumir el riesgo de un compromiso real con Dios, que exprese su genuina individualidad y su libertad.

4.2. Existencialismo francés de Jean Paul Sartre

Sartre, uno de los principales representantes del existencialismo, introduce la idea de que "la existencia precede a la esencia" como un principio fundamental en su filosofía.

Esta afirmación desafía las concepciones tradicionales sobre la naturaleza humana y el propósito de la vida, subrayando la libertad radical y la responsabilidad que acompañan a nuestra existencia.

4.2.1. El significado de "Existencia precede a la esencia"

De acuerdo con la filosofía de Sartre, el concepto de que “la existencia está por encima de la esencia” es uno de los principios más básicos en la teoría existencialista. Esta controversia indica que los seres humanos no tienen una naturaleza o rol predeterminados antes de su existencia; al contrario, cada persona es un creador de su esencia a través de sus acciones y decisiones. En este sentido, mientras que los objetos manufacturados tienen una esencia y un uso destinado dado por sus creadores, los humanos no tienen un objetivo fijo cuando son traídos al mundo. Más bien, es a través del ejercicio de la libertad que el ser humano descubre lo que es y lo que será. Sartre (2005), en *El existencialismo es un humanismo*, elaboró esta idea afirmando:

El humanismo y el existencialismo como humanismo afirman que el hombre no está dotado de ninguna naturaleza que pueda decirse que lo precede. Porque la esencia del hombre no es algo que se dé desde el principio, sino que se construye por sus actos. (p. 28)

Esta cita enfatiza el hecho de que, mientras un objeto hecho por el hombre tiene su uso determinado por su diseño, un ser humano se autocrea a través de sus decisiones. Sartre encarna el rechazo a una visión esencialista de la naturaleza humana y, en cambio, postula que el libre albedrío y la autodefinición serían los rasgos definitorios de una persona. En otras palabras, todos los seres humanos tienen una identidad que no es preexistente, sino que se forma a lo largo de su vida.

El principio “la existencia precede a la esencia” plantea que los seres humanos son libres y responsables de su vida. Sartre considera que cada individuo crea su vida y debe rendir cuentas por las decisiones adoptadas en ese proceso. Esta concepción implica que la libertad es simultáneamente un derecho y una carga, porque, como no existe un objetivo o sentido implícito,

cada ser humano debe vivir su existencia con significado. Fernández (2010) explicó “Para Sartre la libertad es total, y, por lo tanto, cada decisión que se toma implica una opción total en cuanto a la estructuración de la existencia” (p. 56). Ello resulta ser liberador y productivo, ya que lleva a que muchas personas superen los parámetros de su cultura o de la sociedad en la que viven y dirijan el rumbo de su vida.

Por la misma razón, la noción de que la existencia precede a la esencia implica que cada acción, cada acto, cada hecho ayuda en la definición de una persona. La identidad, para Sartre, no es algo que se posee, sino un proceso que se construye con cada decisión. En este contexto, cada decisión es importante, ya que desempeña un papel en la formación de una imagen del “yo” y también en la relación del “yo” con el mundo. Martínez (2015) señaló “Sartre argumenta que cada ser humano es responsable de crear su propia esencia a través de sus decisiones, y que esta construcción es un proceso de toda la vida” (p. 72). Esta visión también se refleja en la identidad del sujeto que, al decidir, se convierte en autor de sí mismo, en una identidad no dada, sino adquirida en el proceso de vivir, de decidir y comprometerse.

Por último, Sartre, aplicando este principio, proporcionó a la humanidad un recurso para rechazar las ideas de determinismo y esencialismo predominantes en la filosofía y la religiosidad tradicionales. No hay un “yo” para Sartre en el sentido de una esencia otorgada, sino que un ser humano es “lo que se hace a sí mismo”. Sartre (2005) polemizó contra la idea de que el ser humano tiene una esencia otorgada por Dios o la naturaleza, y afirmó que la existencia precede a la esencia y que la identidad se forja a través de la libertad y la acción (p. 115). Así, el existencialismo sartriano tiene como objetivo que cada persona asuma la responsabilidad completa sobre su vida y que la libertad sea recibida como una oportunidad de definir su esencia.

4.2.2. La libertad radical y la responsabilidad.

La frase “la existencia es anterior a la esencia” supuso una carga de entendimiento sobre la libertad que fue interesante en la filosofía de Sartre y que podría incluso resultar a la vez emancipadora y angustiante. Sartre (2005) afirmó:

El hombre está condenado a ser libre; porque una vez que es dejado en el mundo, es responsable de todo lo que hace. De tal forma, en un sentido absoluto, cada hombre se autorrealiza por la acción. Así su esencia no viene dada, sino que viene siendo creada. (p. 30).

Esta libertad no significa solo la capacidad de elegir dentro de las opciones ofrecidas, sino de definir por sí mismo la propia humanidad. Cada ser humano se enfrenta al reto de dar, a través de sus actos, de forma tácita, la elaboración de su esencia, construcción que se dinamiza de manera permanente donde el ser y el sentido de ser tienen cada vez un significado distinto.

La libertad radical es una carga inmensa, ya que significa la responsabilidad completa por las decisiones que se toman y las acciones que las acompañan. Para Sartre, esta libertad es causa de la angustia existencial: la angustia de que no hay un camino trazado en la vida, que hay que buscar hacia dónde ir. Fernández (2010) explicó “Sartre argumenta que la libertad es total y cada decisión es una decisión de dar forma a su vida. Esto es a la vez liberador e inquietante porque significa que no se puede culpabilizar a nadie por sus decisiones” (p. 63).

Esta carga de la responsabilidad de la autodefinición implica que cada persona tiene que lidiar con la dura y fría realidad de que, al final de todo, es cada uno quien decide qué desea ser. Esa lectura de la libertad, entonces, no es solo una capacidad de elegir, sino un gran peso en el que el individuo forja su destino. En realidad, el ser humano se convierte en objeto de responsabilidad ya que él también puede crear significado o sentido a un mundo que carece de

uno. Sartre es tajante al decir que la libertad forja al hombre y lo hace absolutamente responsable por ello. Sartre (2005) sostuvo “El hombre es lo que él se hace a sí mismo. Esto quiere decir que cada uno de nosotros debe inventar su propia esencia, y la libertad que esto conlleva también implica una responsabilidad inmensa” (p. 35). Esta afirmación es una declaración fuerte de que la autodefinición de uno compromete a ese individuo a algo más grande: a la sociedad en sí misma, porque en cada acto de autodefinición, uno está definiendo la humanidad en el mismo acto de hacerlo.

La noción de libertad radical que tiene Sartre se traduce, en conexidad, en un apelo a la autenticidad. Esta libertad que configura nuestra existencia significa que podemos vivir de manera consciente y hacer elecciones consistentes con nuestros valores y creencias en lugar de atribuirnos a expectativas externas o reglas. Aranguren (2005) señaló que, para Sartre, “la libertad es poder vivir de una forma auténtica y hacer cosas coherentes con el conjunto de las cosas que uno cree y decide en particular que es el sentido que tiene la vida” (p. 90). Por lo tanto, la autenticidad se presenta como una valoración de esta libertad radical, porque solo mediante elecciones auténticas el individuo es capaz de crear su propia vida trascendental y, con ello, representar el ideal de lo que debe ser la humanidad. La consigna que lanza Sartre a cada uno es que asuma este reto: redefinirse e identificarse a sí mismo en el mundo, porque es la única forma de hacer honor a la libertad que se nos ha dado.

Con la libertad no se descuentan responsabilidades. No hay razones que se puedan aducir. No hay un propósito que se explique de la misma manera en la que él lo hace. Sartre sostiene que cada individuo carga con las consecuencias de sus actos debido a que no existe ningún justificante externo que lo explique. Sartre estableció que cada ser humano es el único responsable de sus decisiones. Martínez (2015) afirmó “Sartre nos enfrenta con la idea de que la

libertad conlleva una responsabilidad que no puede ser delegada; la construcción de la propia identidad es un proyecto que recae completamente sobre los hombros del individuo” (p. 27). Lo que intenta decir es que la fe en uno mismo es lo que se requiere para alcanzar el verdadero sentido del existir. Entonces, las decisiones no son opcionales, sino obligatorias.

La posición de Sartre respecto a la libertad radical es que esta constituye la esencia del hombre y, por tanto, es su destino. Esta creación de la propia esencia y las decisiones relativas a esta creación son una carga, pues cada decisión tomada no solo define al yo, sino también a la humanidad misma. Sartre promueve la libertad como un tema principal: tal estado activa la responsabilidad voluntaria por uno mismo y por las propias acciones. Desde este punto de vista, Sartre propone otro problema: el de cómo abordar la vida, donde en cada momento la elección que se debe hacer es una elección de entender y asumir la libertad y la responsabilidad. Para Sartre, entender la libertad sería la razón mínima de existir y, al mismo tiempo, el fundamento de una vida con sentido.

4.2.3. La impactante imprudencia de la libertad

En la perspectiva filosófica de Sartre, la angustia es una consecuencia inevitable de los niveles de libertad existentes en el ser humano. Sartre es claro en este aspecto: el reconocimiento de esto le provoca angustia a todo ser humano que, incluso al trasladarse a una sociedad, no se puede definir por sí solo dejando de lado la economía y la religión. Se constituye en lo definitorio de la existencia. Sartre (2005) afirmó “Las cosas no son lo que son. Las construcciones de los seres humanos son las palabras y sus definiciones, por lo cual su significado cambia dependiendo de su contexto y base histórica” (p. 62). En vez de constituirse como un empoderamiento, el poder absoluto se torna en algo que angustia a un ser humano, ya que se establece como una carga institucional no solo dentro de una esfera, sino a nivel de todas

las esferas.

La angustia existencial que en ocasiones se traduce en el “vértigo de la libertad” y que Sartre describe resulta en el instante en que el ser humano es capaz de comprender que no hay un referente o un modelo que organice su hacer. En vez de acogerse a unos valores o normas ya formuladas, el individuo tiene el reto de construir sus propios valores y encontrar significado en la vida por sí mismo. Fernández (2010) explicó que “La angustia en Sartre se relaciona con la ausencia de una esencia fija. El ser humano necesita inventar su vida en el vacío de sentido preestablecido y por lo tanto ser absolutamente responsable de todas sus decisiones” (p. 75).

En este sentido, el ser humano se enfrenta, en soledad, a la tarea de autolegitimarse y queda expuesto a las reglas, consecuencias y derrotas que produce la angustia. Sartre plantea que la angustia aparece si la condición de ser libre es parte de la existencia. La libertad total implica no únicamente poder optar entre alternativas, sino hacerse cargo del valor que otorga esa potencialidad. Esta actividad de creación no solo afecta a la persona, sino a la concepción que existe sobre la humanidad. Aranguren (2005) afirmó “Cumpliendo acciones, no solo el ser humano se hace a sí mismo, se hace también la esencia que hay de ser humano, porque con cada acción se establece un modelo que se puede aceptar o no por los demás” (p. 101). De este modo, la angustia que se siente no solo viene del peso de la responsabilidad de uno, sino también del hecho de que lo que se decide afecta al mundo.

El temor, entonces, se enfrenta como uno de los potenciales de cometer errores y de garantizar la ausencia de certezas. La ausencia de cualquier cosa que pueda justificar nuestras decisiones en un sentido absoluto significa libertad absoluta y no hay un propósito externo sobre lo que deberíamos ser. Según Sartre, el hombre está “condenado a ser libre”, lo que significa que no tiene la opción de escapar de la necesidad de dar un significado a su vida, y esa libertad

resulta ser una lucha de toda la vida.

Por otro lado, la noción de angustia en Sartre podría entenderse como una forma o un incentivo para la autenticidad. En situaciones donde las normas absolutas están ausentes, el individuo es libre de actuar de manera auténtica, ya que la decisión tomada será de acuerdo con sus valores y creencias. Definir la propia vida es abrumador porque significa comprometerse auténticamente con la existencia en todos sus matices. García (2012) señaló:

Sartre argumenta que la existencia de la libertad empuja a la persona hacia una forma de vida auténtica porque obliga a cada persona a elegir quién y qué quiere ser y a soportar las consecuencias de sus elecciones, independientemente de lo que otros puedan esperar que haga (p. 92).

A la luz de esto, la ansiedad puede ser vista como una fuerza intencional, una condición que impulsa a un individuo a ser real y a trabajar en la definición de sí mismo.

En conclusión, la postura de Sartre sobre la angustia la describe como un resultado inevitable del radicalismo que define la condición humana. Esta libertad, por otro lado, conlleva la carga de tener que dar significado y formar una identidad incluso cuando no existe ninguna esencia previa de la cual partir. La angustia, aunque aterradora, también es un potencial para el verdadero ser y el verdadero compromiso. Al abrazar la radicalidad y las responsabilidades que conlleva, la humanidad es capaz de definir aspectos instrumentales de su existencia basados en los valores que sostiene y, al hacerlo, participar en la construcción de una humanidad que encarne libertades individuales y creativas.

4.3. El existencialismo en la filosofía de Martin Heidegger

Heidegger, con su obra *Ser y Tiempo* (1927), redefine el existencialismo al ofrecer una interpretación radicalmente nueva de la existencia humana. Heidegger desafía las concepciones

tradicionales del ser, introduciendo conceptos que han influido profundamente en el pensamiento filosófico. A continuación, se presenta un análisis detallado de las principales ideas de Heidegger, con citas textuales y estudios adicionales que iluminan su pensamiento.

4.3.1. El concepto de "ser-en-el-mundo"

La obra de Heidegger ha tenido una gran influencia en la interpretación que se ha hecho de la filosofía. Una interpretación que se vio notablemente expandida gracias a la obra *Ser y tiempo*. Debemos destacar que, en este contexto, el concepto de “ser-en-el-mundo” es fundamental para la filosofía existencial en la medida que es central para la obra de Heidegger. Heidegger (1927) afirmó:

Un hombre no se encuentra simplemente en el mundo como un objeto situado en un entorno, sino que, de hecho, es a través de la existencia del hombre que el mundo en el que viven los seres humanos se convierte para él en la realidad (p. 80).

De hecho, este punto se distancia bastante del entendimiento clásico sobre la naturaleza humana que presenta un individuo aislado que observa el mundo desde afuera e interactúa con este. Por el contrario, sostiene que esta totalidad del ser en el mundo, esta inmersión, es lo que caracteriza a la humanidad. En este sentido, la relación con el mundo no es algo superfluo o meramente accesorio a la existencia, sino que es el fundamento de la existencia que estructuralmente da lugar al entendimiento del yo y del otro.

El “ser-en-el-mundo” de Heidegger define nuestra idea de inmersión. El ser humano no solamente habita un mundo en donde vive, sino que a su vez se transforma a raíz de la interrelación que tiene día a día con ese mundo. Este concepto incluye la crítica a la dicotomía sujeto/objeto y argumenta que, en realidad, ser humano y ser mundo están interrelacionados. Dreyfus (1991) señaló:

Heidegger siempre ha insistido en el hecho de que los seres humanos son siempre seres situados en un contexto, y este contexto es determinante para la forma en la que los seres humanos perciban el mundo, el cual se ve constantemente influenciado por la actividad (p. 49).

Así, desde esta noción sobre el ser que es propuesta por el propio Heidegger, no se puede ver el ser como un organismo que permanece en estado de quietud. Por el contrario, se plantea que el ser es una implicación que posee poder transformador en su constante interacción con el mundo. En esta concepción, el mundo no es un telón en donde el ser humano desempeñe un papel activo en un entorno en el que todo es de un movimiento incesante.

Ahora bien, en Heidegger el concepto de ser-en-el-mundo comienza a tomar un carácter fundamental y único desligado de la existencia de los seres humanos, o el *Dasein*, que es como lo representa. Según este autor, el *Dasein* se relaciona con el mundo de una manera integral, en particular con la forma como este lo vive y lo entiende; la vida que lleva incluye dicha inmersión. Aranguren (2005) afirmó: “Heidegger sostiene que la existencia humana no puede ser considerada de forma aislada del mundo que la rodea, porque para que podamos entendernos y entender el mundo que nos rodea hay una relación con nuestro ambiente” (p. 67). En este modo, dice Heidegger, no se puede concebir una comprensión de la existencia humana como mera presencia en el mundo, ya que esta debe ser buscada en el modo de vivir y en el modo de estar en relación con el mundo de una manera activa.

Al hablar de un “ser-en-el-mundo”, se sugiere la idea de que el ser humano es un ser de posibilidades que va más allá de lo que existe en un tiempo y lugar determinado, sino que también atiende a lo que se podría llegar a ser y, para ello, se relaciona con el mundo. Bajo esta interpretación, el ser humano se entiende como un ente en proceso y en desarrollo, lo que lo

diferencia de la visión tradicional de un ser inmóvil y separado. Heidegger subordina el enfoque hacia el futuro a la caracterización de los seres humanos, mediante la cual uno dará sentido a su existencia. Para él, cada decisión y cada relación con el mundo juegan un papel en la definición del yo. Ferrater (2009) señaló:

Parece que Heidegger sitúa al hombre en la posición primordial donde la interfaz forma la realidad y, por ende, la existencia; cada experiencia se vuelve central para definir al hombre. Así, cada rayo de posibilidad modelado por el pasado y el presente se convierte en existencia (p. 318).

Por lo tanto, el pensamiento de Heidegger sobre el “ser-en-el-mundo” permite reconstruir de forma diferente la relación del hombre con su medio ambiente. El ser humano según Heidegger no es solo un ser que observa y que por ahí interactúa con algunas partes del ambiente, más bien se vehiculiza en la idea de estar en este mundo de modo tal que toda su concepción acerca de sí mismo y de la realidad en general parte de esta inmersión. Esto no solo reitera la interconectividad del individuo y el mundo, sino que también refuerza la noción de que la existencia humana es un proceso evolutivo continuo de autocreación a través de la participación con el mundo. García (2012) sostuvo:

Heidegger ofrece una visión del hombre que no solo está limitada por una definición moderna de alienación —estamos solos—, sino que Hombre y Mundo están en una relación de coproducción donde el significado se produce a través de una continua participación en la relación (p. 104).

En otras palabras, el “ser-en-el-mundo” aparece como un principio esencial que da la oportunidad de revisar la esencia del ser humano en el plano de lo existencial y su locus en el ser.

4.3.2. La Angustia y la "Nada"

Para la filosofía de Heidegger, el análisis de la angustia y el nihilismo es fundamental para la comprensión de su concepción de la existencia humana. Para Heidegger, la angustia se presenta como una experiencia que pone de manifiesto que en la vida no existe un sentido ni una razón última. Heidegger (1927) afirmó “La angustia revela la nada en la que se basa la existencia humana, mostrando que no hay un fundamento último o sentido que preexista” (p. 21). Para Heidegger, esta experiencia de la angustia es un encuentro con la ausencia de sentido en la existencia. La angustia es, entonces, una revelación de la nada que, en este caso, es el estado en que los seres humanos se percatan de que no hay ninguna vida o estructura ordenada que contenga un sentido objetivo. Este encuentro con la nada, aunque resulta perturbador, es propicio para que la persona adquiera una conciencia de su libertad total y de su capacidad para engendrar ideas en una realidad que no cuenta con más elementos que sus principios.

Heidegger sostiene que la angustia no es un sentimiento pasajero que se pueda evitar, sino que es la misma libertad y la opción de autodefinirse lo que está en juego. Esto quiere decir que angustiarse es un fenómeno que hace a la persona consciente de la esencia de su libertad, que no está dirigida por alguna razón o sentido dado, sino que, singularmente, está en una carencia a ser suplida. Ferrater (2009) señaló “No es para Heidegger angustia condición negativa; es a la vez el sentido de la angustia cuya libertad hay en el ser para significar en encuadre de un mundo sin esencia” (p. 305). A través de esta experiencia, el individuo llega a comprender que la existencia constituye una multiplicidad de posibilidades para su acción y creatividad, y que el deber de definir lo que da sentido a la vida depende únicamente de sí mismo.

La angustia no es un estado nihilista puro; al contrario, es esta nada la que da pie al entendimiento de que el sujeto es responsable de la creación de significado. Heidegger podría afirmar que esta “nada” es, en realidad, la condición de posibilidad de la humanidad, un espacio en el que el ser humano puede formar su vida mediante decisiones. En esta línea, la nada se vuelve un aspecto positivo: una oportunidad para la autodefinición y el desarrollo. Dreyfus (1991) afirmó “La nada que se enfrenta en la angustia es el fundamento de la libertad; al tenerla frente a sí, el sujeto entiende que puede significar lo que desee, es un mundo sin orden” (p. 82). Es así como la nada se realiza como el principio de la autenticidad, porque donde no hay sentido absoluto, surge un sentido creado por el ser humano desde un lugar de descompromiso.

La angustia humaniza, pero, para que sea viable su valor, el método de la angustia debe ser creíble al invocar la historia social. Como se señala, esta no se sitúa en la frontera entre la angustia y el camino de la vida, sino que descubre que la condición infinita facilita al hombre aceptar la sensación de ser y debe darle forma a su fin, evitando así el sentimiento de miedo y múltiples temores.

Para Heidegger, la angustia, en el núcleo de su pensamiento, es una experiencia por medio de la cual se percibe la libertad y también la carga que lleva consigo el hecho de tener que producir un sentido en un mundo que carece de verdades definitivas. Esta confrontación con la nada lleva al sujeto a una bisagra en la que puede decidir, si así lo quiere, vivir una vida auténtica o vivir una vida superficial. La nada, en tanto que permite al ser humano despojarse de toda ilusión de un sentido predefinido, posibilita una existencia en la que se elige libremente y se da sentido a la vida. Aranguren (2005) indicó que el tema de la angustia en Heidegger no es simplemente un estado de desesperación, sino un recordatorio de que el ser humano es libre y, al mismo tiempo, responsable de dar un sentido a su vida en un mundo lleno de dudas. En este

marco, la angustia y la nada tienen igualmente un sentido: no solo la ausencia de un sentido absoluto, sino también un ofrecimiento para una vida donde cada uno se define como quiere y se reconoce como ser humano.

4.3.3. La Muerte como *dimensión fundamental*

En *Ser y Tiempo*, Heidegger no define la muerte (*Tod*) simplemente como un final biológico, sino como una “posibilidad” existencial fundamental que “completa” el ser humano. Heidegger (1927) articula la muerte como “la posibilidad más radical” (p. 245). Para Heidegger, la existencia del hombre tiene solo una certeza, y al mismo tiempo es la predicción más individualista y la más general: la muerte, o la ausencia de vida como tal. Como tal, no es simplemente un punto final, sino un horizonte que indica cómo las personas perciben y viven su vida. Al no comprender la muerte como una necesidad constante e ineludible, el individuo necesita construir una vida que sea genuina y que interprete completamente sus acciones.

La muerte es, desde el punto de vista heideggeriano, el último recurso para que el ser humano se vea forzado a vivir de forma auténtica. Al enfrentarse a la posibilidad de la muerte, el hombre es llevado a pensar sobre el porqué de la existencia de su vida y si realmente la vive. Heidegger argumenta que la conciencia de la muerte empuja a una persona a tomar decisiones de vida que son consistentes con sus creencias fundamentales y a no comprometerse con normas sociales u otras influencias externas. Reiterando a Ferrater Mora (2009) “La muerte, para Heidegger, es el trasfondo que permite al individuo asumir la responsabilidad de su propia existencia; es el encuentro, la confrontación con la finitud lo que permite una vida auténtica y autodirigida” (p. 320). Así, la muerte se convierte en una expresión que impulsa al hombre a conquistar su libertad y actuar de manera que sus obras y acciones sean la parte más alta de su identidad y compromisos personales.

Heidegger también resalta que la muerte es lo que da paso a la “nada” y a la carencia de un último soporte en la existencia. La muerte, al enfrentar al ser humano a lo que puede ser la “nada absoluta”, le permite ver la vida en su complejidad efímera. Esta realidad no debe llevar al individuo a la desesperación, sino a un entendimiento mayor de su libertad y de la posibilidad de crear un sentido desde sí mismo. Dreyfus (1991) afirmó “Heidegger esboza la muerte como una oportunidad porque es solo cuando se acepta que se es finito, que se puede llevar conmigo valores y un sentido que he elegido” (p. 98). La muerte, así, no es solo una conclusión inevitable, sino una invitación a la autenticidad que estimula al ser humano a apropiarse del sentido de su vida.

En este sentido, la muerte es para Heidegger una condición que permite a la persona estar siempre alerta acerca de su carácter finito y le recuerda que tiene que actuar todos los días realizando actos de autodefinición. Al reconocer la muerte como la posibilidad más lejana, el ser humano finalmente se aparta de la ilusión de la inmortalidad o de la búsqueda de significado absoluto y opta por vivir según su propia concepción del universo. García (2012) sostuvo:

Heidegger plantea que la muerte es la posibilidad más radical y por tanto el individuo está libre de malas expectativas y no le toca nada más responder porque es dueño de su vida y es responsable de darle un significado (p. 152).

Este punto de vista realza la individualidad de la persona y su capacidad de diseñar una vida auténtica, donde cada decisión y cada paso dado deben ser una expresión de la libertad y la responsabilidad personal.

A modo de conclusión, de acuerdo con Heidegger, la muerte no se presenta solamente como el cese de la vida biológica, sino también como una posibilidad que está siempre presente en el ser. El ser humano siempre es empujado a actuar con verdad y conciencia a través del

horizonte de la muerte; es en la lucha con esta posibilidad donde surge la necesidad de autodefinición. Aceptar la muerte como una parte inherente de la vida permite romper con un estilo de vida vacío y ser una persona que desea ser: alguien realmente libre, con un sentido del deber, y testigo de cómo tal vida se manifiesta naturalmente.

4.3.4. La Autenticidad y la Elección

En la filosofía de Heidegger, el concepto de autenticidad es esencial para comprender la forma en que el ser humano puede vivir de manera genuina y significativa. Heidegger (1927) describe la autenticidad como una condición biológica donde cada sujeto es consciente de su muerte y mantiene una existencia basada en una comprensión personal del significado de su existencia. Heidegger (1927) señaló:

La autenticidad se logra cuando un individuo se resigna a su degradación, en otras palabras, su muerte definitiva y vive con su propia comprensión de lo que significa la vida, y no lo que la sociedad espera que se conforme (p. 278).

Esto subraya la necesidad de introspección y la capacidad de ser independiente y crearse a sí mismo en lugar de vivir una existencia pasiva y superficial. Sin embargo, la autenticidad de este tipo no califica solo como una cierta forma de vida, sino como una promesa de perseguir el yo y asumir plena responsabilidad por cada camino elegido.

Vivir genuinamente la vida de uno es, según Heidegger, comprender completamente el hecho de que uno es mortal. La muerte, como una opción interminable siempre en el horizonte, recuerda al hombre que su existencia tiene un límite y que cada acción conlleva una gran carga de significado. Esta conciencia de tales limitaciones es la base de la autenticidad porque permite a la persona apreciar su libertad y participar en elecciones que la representan auténticamente.

Ferrater (2009) señaló “La autenticidad en Heidegger proviene de enfrentar la muerte, lo que impulsa al individuo a la necesidad de adaptarse a su concepto de vida y no a lo que imponen las normas heredadas de la sociedad” (p. 327). Por lo tanto, es posible afirmar que como respuesta a la amenaza de la muerte, la autenticidad urge a una persona a darle sentido y vivir de acuerdo con sus valores fundamentales.

Más adelante, Heidegger sugiere que la autenticidad conlleva una apreciación de la libertad. En otras palabras, la vida auténtica es cuando la persona deja de estar sujeta a estándares impuestos externamente y actúa de acuerdo con sus propios deseos y creencias. Heidegger (1927) afirmó “Para un cumplimiento consistente del ser de uno, se debe tener autoconciencia del ejercicio de la libertad de uno y de las decisiones que constituyen el yo activo” (p. 290). En este sentido, por lo tanto, está claro que la autenticidad no se trata de seguir un camino preestablecido o aceptar de manera acrítica las normas culturales existentes, sino de crear una vida que sea fiel a uno mismo y a sus ideales. Un postulado que surge de esta descripción es que la existencia auténtica es aquella que se reinventa continuamente, donde cada elección y acción es una oportunidad para encarnar el propósito de la vida.

Como señaló Heidegger, la autenticidad también es una lucha constante en contra de la *bull*a o de las demandas del mundo que a veces impiden a uno ser. De manera cotidiana, el ser humano puede sufrir el efecto del colectivo y así perder su verdadera imagen y el uso de su grado de libre albedrío. A este horizonte, Aranguren (2005) agregó “La autenticidad en Heidegger es el estadio donde el ser humano lucha por su descolonización de la sociedad para formar una vida con valores hechos de sus manos y deseos” (p. 156). Estar libre de las presiones sociales no significa estar apartado del mundo del todo; es más, estar libre de las construcciones hegemónicas le permite a uno polarizar importancia, ofrecer opciones y controlar decisiones

sobre cómo transmitir lo que es importante para él o ella.

Heidegger también enfatiza que la autenticidad necesita ser desarrollada y trabajada continuamente a través de una reflexión constante sobre uno mismo y una disposición a enfrentar las incertidumbres de la existencia. La vida en su pleno compromiso auténtico es un ciclo de cambio constante, ya que un individuo frente a la muerte y su libertad toma conciencia de que tiene que actuar de acuerdo con sus valores en cada instancia. Dreyfus (1991) sostuvo:

La autenticidad en Heidegger es una lucha interminable por la libertad interior de uno, acompañada de una disposición a lidiar con la dureza de la vida, especialmente la muerte que, de manera muy característica, es un recordatorio de los límites de la vida humana (p. 112).

La autenticidad, por lo tanto, no es un objetivo final que se alcanza permanentemente, sino más bien una forma de ser que implica tomar decisiones todos los días y esfuerzos adicionales para evolucionar y redefinirse.

Desde la óptica de Heidegger, la autenticidad se presenta como una forma de existencia en la que el hombre se reconoce como un ser libre, pero también mortal, y toma decisiones que denotan algún entendimiento del propósito de la vida, su comprensión personal. La vida genuina es la que motiva a particulares a vivir como quieren en lugar de ser seguidores de las masas y ser responsables de una vida significativa. De manera similar, los seres humanos que se dice que viven auténticamente parecen ser personas que son creadores en lugar de seguidores y, por lo tanto, son individuos hechos a sí mismos, completamente moldeados no por la opinión de los demás, sino por su propio sentido de existencia.

4.4. Viktor Frankl y su influencia personal en la logoterapia

Viktor Frankl (1905-1997), neurólogo y psiquiatra austriaco, es conocido principalmente

por su desarrollo de la logoterapia, un enfoque terapéutico centrado en la búsqueda de sentido en la vida. Su vida estuvo marcada por experiencias personales que influyeron profundamente en su teoría. Frankl creció en Viena, donde se interesó por la psicología desde temprana edad, especialmente a través de sus estudios sobre el psicoanálisis freudiano y la psicología individual de Alfred Adler. Frankl (1969) expuso estas influencias iniciales, aunque posteriormente desarrolló sus propias ideas que lo llevaron a divergir de ambos enfoques, situando el sentido de la vida como un factor central en la salud mental.

La vida de Frankl cambió drásticamente cuando, durante la Segunda Guerra Mundial, fue deportado a varios campos de concentración nazis, entre ellos Auschwitz. En estos campos, Frankl experimentó de primera mano el sufrimiento extremo, la pérdida y la desesperación. Fue en este contexto donde formuló muchas de las ideas que fundamentan la logoterapia. Frankl observó que quienes lograban encontrar un propósito para vivir, incluso en las peores circunstancias, tenían mayores probabilidades de sobrevivir. En su obra más conocida, *El hombre en busca de sentido*, Frankl (2006) reflexionó sobre su experiencia y describió cómo la búsqueda de sentido permitió a muchas personas soportar condiciones de vida inimaginables. Frankl (2006) afirmó “A un hombre se le puede arrebatar todo salvo una cosa: la última de las libertades humanas —la elección de la actitud personal ante un conjunto de circunstancias— para decidir su propio camino” (p. 64).

4.4.1. La logoterapia como la Tercera Escuela Vienesa de Psicoterapia

Tras la guerra, Frankl desarrolló la logoterapia como una forma de psicoterapia que se centra en ayudar a los individuos a encontrar sentido en sus vidas. Este enfoque fue denominado la “tercera escuela vienesa de psicoterapia”, en contraste con el psicoanálisis de Sigmund Freud y la psicología individual de Alfred Adler. Mientras que Freud enfocaba su teoría en el principio

de placer y la motivación de las personas para evitar el dolor, y Adler en el principio de poder y la lucha por la superioridad, Frankl (1969) argumentó que el ser humano está fundamentalmente motivado por una “voluntad de sentido”.

La propuesta de la logoterapia y las explicaciones de sus representantes es que las personas no solo buscan placer o poder, sino que buscan significado, que es su objetivo más profundo y primario.

El autor se apartó del freudismo al afirmar que la búsqueda del sentido trasciende las necesidades biológicas y sexuales del individuo. En vez de considerar al ser humano como alguien guiado exclusivamente por deseos reprimidos en su inconsciente o por un gran sentimiento de inferioridad, Frankl sostenía que cada persona es capaz de realizar elecciones y llevar a cabo acciones que le dan un propósito en la vida. Por consiguiente, la logoterapia se apoya en tres principios fundamentales: la libertad de la voluntad, la voluntad de sentido y el sentido de la vida. Estos principios reúnen completamente distintas ideas sobre el ser humano, su naturaleza y comportamiento. Frankl argumentó que el individuo es capaz de sufrir y transformar ese sufrimiento en un crecimiento constructivo y comprensión de sí mismo.

De acuerdo con Frankl, el sentido de la vida no es algo abstracto o filosófico, sino algo que tiene su utilidad práctica y puede ser hallado en la vida misma. Su enfoque subraya cuán importante es buscar un sentido en el trabajo, en la vida de los otros y, lo que es más importante, en la forma en que uno decide enfrentar los diversos desafíos que la vida presenta. Frankl (2006) señaló “La vida nunca deja de tener sentido, incluso en situaciones de sufrimiento; es –junto con tantas demás cosas– posible encontrar un sentido, incluso en el caos” (p. 101). Esta visión de la vida contrasta de forma notable con la de Freud y la de Adler, debido al hecho de que la vida está llena de posibilidades, sin importar lo desesperada que cada cosa o situación pueda parecer.

La logoterapia se sitúa como una terapia que va más allá del simple placer y poder, que reside en la capacidad del individuo de encontrar sentido en todas las circunstancias. Frankl creía que el poder de la logoterapia radica precisamente en la capacidad de hacer que una persona vea la vida como algo que tiene un propósito. Frankl (1969) afirmó “Cada hombre puede no preguntar sobre todo el sentido de la vida, sino del sentido de su vida, tal como es, a saber, en cada situación que tiene que enfrentar” (p. 85). Como de costumbre, esta técnica terapéutica radical, que se construyó sobre sus relatos de primera mano y una base clínica científica, aseguró a la logoterapia como uno de sus logros principales en el ámbito de la práctica psicoterapéutica existencial.

4.4.2. Libertad y Responsabilidad

Los dos conceptos de libertad y responsabilidad están inseparablemente vinculados cuando el ser humano se involucra internamente en el proceso psicoterapéutico. Según Frankl, la condición humana permite elegir las reacciones y actitudes hacia cualquier situación, sean cuales sean las condiciones externas. Esta capacidad de elegir es inherente a ser libre, y ser libre conlleva la carga de la responsabilidad. Frankl, aprovechando su experiencia en campos de concentración, afirmó que las personas no tienen tanto control sobre sus vidas, pero siempre pueden decidir cómo van a reaccionar ante esa situación. Frankl (2006) expresó “La última libertad humana es elegir la actitud en cualquier conjunto de circunstancias, orientando cómo esa persona percibe el mundo y a sí misma” (p. 64).

De acuerdo con la logoterapia, esta libertad no es solo una capacidad pasiva, sino una fuerza activa que permite al individuo tomar decisiones que definan su identidad y su sentido de vida. Frankl considera que, por la existencia de esta libertad, es imperativo forjar en cada uno de nosotros un propósito para nuestra existencia. La vida se trata de moverse y buscar un propósito.

El objetivo de la vida es, desde la perspectiva de Frankl, la autojustificación; la semejanza muestra todo para moverse hacia la meta última de la existencia. La responsabilidad, en la perspectiva de Frankl, implica que más allá de ser capaces de elegir, debemos responder a las acciones en la realidad. Dada su importancia, la responsabilidad constituye para Frankl un componente inseparable de la libertad; porque todo individuo es capaz de tomar decisiones, estas decisiones son morales y siempre tienen implicaciones. En este contexto, Frankl (1969) sostuvo “Vivir significa asumir la responsabilidad de encontrar las respuestas correctas a los problemas de la vida, y cumplir las tareas que la vida asigna a cada individuo” (p. 87). Para este autor, la libertad y la responsabilidad van de la mano porque la vida se trata de cumplir las tareas que sean requeridas.

4.4.3. La libertad de elección en el proceso de adquisición de sentido

El sentido de la vida que se busca en el marco de la logoterapia se fundamenta en la premisa de que todo ser humano puede decidir por sí mismo el sentido de su existencia. Para Frankl, la libertad de elección es más que “un simple acto de voluntad. Es un deber —un deber responsable— que implica un compromiso interno a los propios principios y una apertura a superficies externas a sí mismo, a otras personas y al mundo en su totalidad”. En ese sentido, la libertad no es solo la capacidad de tomar decisiones, sino también la respuesta ética. Frankl (2006) argumenta que la vida se ve como significativa cuando un ser se compromete en elecciones conscientes y actúa de acuerdo con este sentido de propósito. Frankl (2006) escribió “Un hombre está obligado a elegir a quién servir —según qué estándar de dignidad— cómo superar las dificultades que la vida presenta” (p. 93).

Esta propuesta de la libertad es a la vez una refutación de los axiomas del determinismo, que sostiene que todo lo que hace el hombre está prefigurado por ciertas circunstancias. Frankl,

en cambio, nos recuerda que un hombre tiene la libertad de decidir qué significado perseguir y las acciones que seguirán. Incluso en los ejemplos más extremos, como fue en los campos de concentración, Frankl pudo identificar que la gente consideraba necesaria encuadrar la esperanza de que todo sufrimiento tuviera un sentido. La libertad y la responsabilidad son, a su vez, el poder que todos tenemos en la vida, la autodirección, que puede sustentarse en las elecciones que son objetivos y valores de las personas. Para Frankl, la libertad es apenas válida si está debidamente balanceada y se ha ejercido de forma responsable.

La libertad y su correlativa responsabilidad ética establecen que cada persona debe cargar con las consecuencias de sus actos. Frankl (1969) sostuvo “La irresponsabilidad es una condena al vacío del sentido tal cual; en cambio, se debe llegar a entender que es desde la responsabilidad sobre nuestras elecciones que podemos llegar a construir una vida que valga la pena” (p. 92). La ética, entonces, no es algo que se imponga desde fuera, sino que se elige como respuesta comprometida a la vida.

La logoterapia de Frankl se centra en la libertad y la responsabilidad que tiene el ser humano en la tierra. Una persona puede crear un sentido de vida por sí misma. Al mismo tiempo, hay energías, que nos recuerda cada una de sus elecciones. Si, en la medida en que un individuo dado asume sobre sí mismo la responsabilidad de esta libertad, entonces puede encontrar un sentido de propósito y significado en su vida. Debido a esta perspectiva, la logoterapia se convierte en un camino hacia la autotrascendencia, donde la persona no solo actúa para satisfacer sus deseos, sino que también actúa de una manera que mejora la vida de los demás y del planeta.

4.4.4. El vacío existencial

El concepto de “vacío existencial” se entiende mejor en términos del contexto sociocultural en el que fue creado, es decir, la sociedad contemporánea en su dinámica. Por lo

tanto, es útil analizar el sentido de vacío existencial y su relevancia en el mundo contemporáneo.

El vacío de Frankl no depende únicamente del individuo, sino que se basa en la noción fundamental de los valores y normas de la sociedad. Encontramos este sentido en la búsqueda del propósito que incomprensiblemente se ha reubicado en una utopía. Como expone Frankl (2006), este desequilibrio resulta lo suficientemente fuerte como para llevar a la dependencia. Al desear abarcar el todo, olvidamos que somos pequeños detalles que construyen el conjunto. Cuando se combinan, los individuos se pierden a sí mismos y su propósito en la sociedad: un estado completo de desorientación. Con esto, se busca también controlar el comportamiento humano.

Un sentido de vacío existencial se intensifica cuando las sociedades son más materialistas, individualistas y seductoras, ya que puede verse como perjudicial en ofrecer propósito. Frankl señaló que, a medida que las personas buscan el placer y la comodidad, tienden a evitar mirar hacia adentro y entenderse a sí mismas. Frankl (1969) escribió “La era moderna ha traído una generación que intenta gratificar su instinto más básico equipada con un número creciente de medios, pero aún se siente estéril en un sentido en el que parece que algo falta desde dentro” (p. 72). Tal sentido de vacío puede resultar en comportamientos negativos como el abuso de sustancias o un sentido de derrotismo para las personas que luchan con estos tipos de deficiencias y que demasiado rápido tratan de buscar una resolución.

La logoterapia propuesta por Frankl considera que un individuo no debe dejar que el vacío existencial sea llenado por alguna forma de distracción o por la evitación de este, sino que debe ser confrontado y transformado en un impulso para encontrar significado. Frankl considera que el punto vacío es un indicador de que los seres humanos tienen placeres inmediatos y temporalmente saciantes, pero necesitan mirar más allá de ello. Este vacío puede surgir más

como un inicio hacia la búsqueda de ese significado que es capaz de traer dirección y satisfacción a la existencia. Frankl (2006) observó “El vacío existencial, que es identificado y reconocido como tal, es la primera base para una mayor autotranscendencia, que es el núcleo de la acción orientada hacia el significado y propósito de la vida” (p. 83).

4.4.5 La “triada trágica” y el sentido de la vida

La triada trágica, otro término que es habitual en la logoterapia, se trata de tres fenómenos humanos que son fundamentales para todos los hombres y mujeres: el sufrimiento, la culpa y la muerte. Según Frankl, esos aspectos, que a la mayoría les producen frustración y desesperanza, tienen el potencial de convertirse en fuentes para la búsqueda de significado. El sufrimiento, la culpa y la muerte –en lugar de ser percibidos como obstáculos–, Frankl los considera oportunidades de autocomprensión y superación personal. Tal cambio permite mejores maneras de enfrentar crisis, impulsando a una persona a buscar razones incluso dentro de los problemas.

a) Sufrimiento. Frankl sostiene que el sufrimiento es una parte inevitable de la existencia humana y que, al enfrentarlo con una actitud de aceptación y valentía, se puede encontrar un significado profundo. El sufrimiento, en la visión de Frankl, tiene el potencial de llevar al individuo a descubrir aspectos de sí mismo que no podrían surgir de otra manera. Frankl (2006) afirmó “El sufrimiento se convierte en oportunidad de crecimiento cuando uno encuentra un propósito para soportarlo” (p. 114). La logoterapia no busca eliminar el sufrimiento, sino enseñar a las personas a transformarlo en una fuente de fortaleza, permitiéndoles confrontar las circunstancias adversas con una actitud resiliente y de aprendizaje.

b) Culpa. La culpa, al igual que el sufrimiento, puede servir como un impulso hacia el autoconocimiento y la mejora personal. Frankl considera que la culpa es una señal de que el

individuo ha fallado en cumplir con sus propios valores y estándares, y que, al aceptar esta realidad, puede redirigir su vida hacia la reconciliación y el crecimiento. La culpa, entonces, se convierte en un recordatorio de la responsabilidad de vivir de acuerdo con el propósito personal. Frankl (1969) sostuvo “La culpa, si se enfrenta con sinceridad, puede guiar a la persona hacia un cambio positivo y hacia la construcción de un carácter más ético y comprometido” (p. 96).

c) Muerte. La muerte, como límite final de la existencia, es el recordatorio constante de la finitud humana y, para Frankl, un motivo esencial para buscar sentido en cada momento. Enfrentar la realidad de la muerte permite al individuo reconocer el valor del presente y la importancia de vivir. Frankl sostiene que la consciencia de la muerte lleva a la persona a valorar más cada elección y cada día. Frankl (1969) expresó “La muerte es lo que da significado a la vida, porque nos recuerda que el tiempo es limitado y que debemos utilizarlo para crear algo de valor” (p. 103). La muerte, lejos de ser una fuente de desesperación, se convierte en un impulso para vivir de manera significativa.

La triada trágica está asociada con el problema de la búsqueda de sentido que coloca al sujeto frente a la dimensión de la vida y la cuestión de por qué, deber o necesidad, hacer alguna búsqueda entre esas situaciones que pueden ser contemporáneas al menos. En logoterapia, Frankl aprecia en sus pacientes el hecho de sufrir, la culpa y la muerte no solo como algunos factores negativos, sino como problemas que podrían ser afrontados con la actitud correcta. Esta perspectiva transforma las experiencias adversas en un potencial campo de mejora porque se adquiere una perspectiva que no busca la ausencia de adversidades, sino la superación de estas. Frankl (2006) opinó “La vida se vuelve significativa cuando enfrentamos los desafíos planteados por la triada trágica y respondemos a ellos con coraje y compromiso para asegurar que la tragedia se convierta en victoria” (p. 129).

4.4.6 La logoterapia y la confrontación con la muerte

La muerte es un tema omnipresente tratado en la logoterapia de Viktor Frankl, la cual él no ve como algo a temer, sino más bien como una oportunidad para la autenticidad y la autoconciencia. Para Frankl, la conciencia de la propia muerte es un impulso útil que empuja a uno hacia una existencia más plena y rica. Él cree que el hombre moderno tiende a apartarse del reconocimiento de su mortalidad, pero una vez que se acepta esta verdad, proporciona la oportunidad para vivir la vida desde una perspectiva donde uno es consciente de las cosas que realmente importan.

Esta es una verdad simple de la vida, pero según Frankl es difícil de comprender, ya que afirma que la muerte no tiene que ser vista como algo aterrador, sino más bien como un factor motivador. Frankl (2006) escribió “La muerte no es un punto final; es un signo de exclamación, que ilustra perfectamente el hecho del carácter invaluable de cada momento” (p. 132).

El pensamiento y las ideas del autor se centran en la creencia de que, aunque la vida es difícil o incierta, y el sufrimiento parece ser inescapable, siempre hay una salvación que reside en el interior. A diferencia del enfoque convencional de la vida, en el que la asignación del sufrimiento se ve como una forma de redención, aquí es vista como un constante estado de confrontación. El propio Frankl sufrió en carne propia el genocidio de los judíos a manos de los nazis. Esta vivencia lo llevó a reforzar sus creencias, asociando el sentido de la vida con el sufrimiento que puede gestar amor o conocimiento. Como expresa en su libro, hay que aprender a valorar el día a día. Si bien esta idea es sencilla, no se relaciona con lo fácil de poner en práctica. En sus últimas reflexiones sobre el suicidio y la libertad, el autor vuelve a enfatizar que todas las decisiones tienen una relación intrínseca con lo que uno es y el sentido que se le otorga a cada una de las acciones.

4.4.7 Técnicas terapéuticas de la logoterapia

La logoterapia de Viktor Frankl utiliza una serie de técnicas terapéuticas que permiten a las personas lidiar con el vacío existencial, la ansiedad y otros problemas emocionales. Estas técnicas no solo alivian los síntomas, sino que también animan a los pacientes a encontrar un sentido en sus vidas. Las técnicas primarias de la logoterapia incluyen la intención paradójica, la de reflexión y el diálogo socrático.

Intención paradójica. Esta técnica permite a los pacientes que viven en un estado de miedo y desesperación saber que existe otra forma de afrontar la situación y, en lugar de huir de ella, tendrán que “invitarla”. Frankl creó la intención paradójica para que el paciente no solo enfrente sus temores, sino que, de forma consciente, tome la decisión de hacer aquello que más teme. Por ejemplo, una persona con insomnio que teme no poder dormir podría ser instruida para intentar permanecer despierta intencionalmente. De esta manera, el paciente enfrenta su fobia y, por lo tanto, se rompe la excitación asociada con la anticipación de esa fobia. Frankl (2016) afirmó “Cuando el miedo se convierte en deseo, el miedo pierde su valor funcional al bloquear al paciente en el logro de metas” (p. 89). En este caso, el individuo es capaz de conquistar su fobia o comportamiento obsesivo desde un punto de vista de aceptación en lugar de resistencia.

De-reflexión. La de-reflexión es un método que anima a los pacientes a cambiar su atención hacia el mundo exterior, aplicándose principalmente en casos de ansiedad, fobias y auto involucramiento. Frankl argumenta que al concentrarse y prestar atención a actividades y personas fuera de uno mismo, los individuos pueden reducir el enfoque en sí mismos, que a menudo es problemático y agrava los síntomas. Esta técnica también puede ser aplicada en pacientes que sufren de disfunciones sexuales; dichos pacientes a menudo alcanzan un nivel de ansiedad con respecto al rendimiento donde se enfocan en sus miedos y expectativas. Álvarez

(2017) señaló “La de-reflexión involucra al paciente en el proceso de dar, desconectando así al individuo de la autoconciencia negativa para permitir una actividad más genuina y libre” (p. 54). A medida que la atención es desplazada por los terapeutas, los pacientes pueden aprender a vivir de una manera más relajada y se reduce el pánico provocado por la auto examinación.

Diálogo socrático. Respecto a esta técnica, permite al terapeuta hacer preguntas a su paciente en función de los valores y creencias que nota en él, evidenciando que el terapeuta es paciente en sus afirmaciones, incluso tratando de que el paciente llegue a sus propias reflexiones. El diálogo socrático también permite al paciente encontrar de manera natural lo que tiene sentido para él en la vida y, por lo tanto, requiere pensar en su vida y propósitos. Esta técnica es especialmente útil cuando se utiliza con personas que están sufriendo de una crisis de sentido, puesto que actúa como una sesión de auto terapia donde guía a una persona en busca de propósito. García (2018) indicó “En el diálogo socrático en logoterapia se observa que el paciente se siente como alguien que no lleva a cabo una acción bajo presión por lo exterior, sino que la acción es parte de sí” (p. 111). Siempre que un paciente realiza un acto de auto indagación, también es una etapa donde aprende a centrarse en sus propios valores.

4.4.8 Logoterapia en el Tratamiento del Sufrimiento

La logoterapia es capaz de asistir a los pacientes en la búsqueda de significado en la presencia del sufrimiento, facilitando así que enfrenten el dolor, el trauma o las adversidades desde una perspectiva de crecimiento. A diferencia de otros métodos que pretenden erradicar o atenuar el sufrimiento, la logoterapia propone que el individuo lo interprete como una oportunidad para aprender y crecer. Frankl (2016) señaló “El sufrimiento adquiere un nuevo significado cuando uno lo transforma en logro y en una oportunidad para lograr más” (p. 132). Esto pone de relieve la peculiaridad del ser humano para lidiar con el sufrimiento.

La logoterapia ha tenido un impacto positivo en la vida de quienes padecen enfermedades terminales, como se demuestra en esta sección. En el enfoque de Frankl, el paciente no se opone a la tragedia de su vida, e incluso encuentra significado en las etapas finales.

En estos casos, el sufrimiento se convierte en una oportunidad para la autotrascendencia. El paciente puede alejarse de su propio ser en el proceso de reconciliación y reflexión con el objetivo de crear un legado que perdure más allá de uno mismo. La logoterapia, como señalan algunos testimonios, proporciona un marco de aceptación que permite encontrar sentido en el tiempo restante. López-Corona (2020) afirmó “La logoterapia ayuda a poner un último propósito en la mente de una persona, brindando paz para la aceptación de un final y valor para el momento final” (p. 82).

4.4.9 La logoterapia y resiliencia

Los sentimientos de dolor y debilidad también son fundamentales para el desarrollo de la resiliencia. Por lo tanto, la logoterapia está en directa conexión con este concepto, ya que permite a las personas encontrar un sentido en el sufrimiento y en las adversidades, fortaleciendo así su capacidad para enfrentar pruebas futuras. En cuanto a la logoterapia, la resiliencia no solo significa resistir al dolor, sino que implica convertir las páginas difíciles en páginas de valor. Gracias a su habilidad de localizar su razón de ser en medio de los conflictos, los seres humanos pueden superar tales desafíos y, más que eso, emerger con un propósito más definido en la vida. Frankl (2016) afirmó “La resiliencia emerge cuando el ser humano se decide a hacer un sentido de sus adversidades, lo cual lo habilita a atravesar esas adversidades y vivir en plenitud” (p. 140).

Este enfoque hace que la logoterapia sea una herramienta poderosa en cualquier tipo de construcción y desarrollo de la vida. La logoterapia enseña que el sufrimiento no es una barrera, sino una posibilidad de crecer y alcanzar el ser uno mismo. Como resultado de la aceptación y

transformación del dolor, los pacientes encuentran un significado que trasciende sus condiciones, y esto es lo que les permite vivir una vida auténtica, que antes era su potencial no cumplido. Como observa Fuentes Carranza (2019), “La logoterapia introduce una dimensión completamente diferente de ver el sufrimiento, que permite a las personas no solo soportarlo, sino también usarlo como un camino hacia su autorrealización, así como la autotranscendencia” (p. 121).

V.DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Los resultados obtenidos en esta investigación refuerzan la conexión teórica y práctica entre los principios existencialistas y la logoterapia de Viktor Frankl. A lo largo del análisis, se demostró que las ideas centrales del existencialismo, como la libertad, la responsabilidad y la búsqueda de sentido, están profundamente arraigadas en los fundamentos de la logoterapia. Estas ideas no solo se reflejan en la teoría de Frankl, sino también en su aplicación clínica, tal como lo evidencian los estudios analizados.

Uno de los hallazgos más relevantes es cómo la filosofía de Kierkegaard sobre la subjetividad y la angustia se integra en la logoterapia. Kierkegaard afirmó que “la angustia es la realidad misma de la libertad, un estado en el que lo único que existe es la posibilidad” (Kierkegaard, 1844, p. 62). Este concepto se refleja en la práctica logoterapéutica, donde el sufrimiento se aborda como una oportunidad para encontrar significado. Los estudios revisados, como el de Delgado (2020) en pacientes terminales, demuestran que el enfoque de la logoterapia permite a los individuos enfrentar situaciones extremas con un sentido renovado, validando así la hipótesis de que el sufrimiento puede ser un medio para descubrir un propósito profundo.

Además, la filosofía de Sartre también encuentra eco en la logoterapia. Sartre sostuvo que “la existencia precede a la esencia” (Sartre, 2005, p. 28), subrayando la libertad del individuo para construir su propio sentido de vida. Esta idea es central en la logoterapia, que enfatiza la capacidad del ser humano para tomar decisiones significativas incluso en circunstancias adversas. Los hallazgos de Park y McCune (2015), quienes observaron una mejora en la resiliencia emocional de estudiantes universitarios gracias a la logoterapia, respaldan esta concepción. Al permitir a los estudiantes definir sus metas y enfrentar el estrés académico con una perspectiva de crecimiento, la logoterapia reafirma la influencia del existencialismo en su

enfoque terapéutico.

Otro aspecto relevante es la validación de los principios de Frankl en contextos clínicos internacionales. Los estudios de Schumann y Müller (2018) en pacientes oncológicos destacan que, al enfocarse en valores personales y en la búsqueda de sentido, los pacientes lograron una mayor aceptación de su enfermedad y una motivación renovada para enfrentar el tratamiento. Esto confirma la hipótesis de que los principios existencialistas de libertad y responsabilidad personal son fundamentales en el desarrollo de la logoterapia y su aplicación efectiva en diversos contextos terapéuticos.

Sin embargo, también es importante destacar los desafíos y limitaciones identificados. Aunque la logoterapia ha demostrado ser efectiva en numerosos estudios, su éxito depende en gran medida de la disposición del individuo para reflexionar y comprometerse con la búsqueda de sentido. Como se observó en los antecedentes, algunos participantes pueden encontrar difícil abrazar esta filosofía debido a barreras culturales o psicológicas. Además, aunque los principios de Frankl están arraigados en el existencialismo, su aplicación en contextos clínicos requiere adaptaciones específicas para abordar las necesidades individuales y culturales.

Finalmente, los resultados de esta investigación no solo validan las hipótesis planteadas, sino que también resaltan la relevancia de integrar la filosofía existencialista en enfoques terapéuticos modernos. La logoterapia no solo se presenta como un método efectivo para abordar problemas psicológicos, sino también como un puente entre la filosofía y la psicoterapia, demostrando cómo los conceptos filosóficos pueden enriquecer y transformar la práctica clínica. Esta integración interdisciplinaria abre nuevas posibilidades para futuras investigaciones y aplicaciones, promoviendo un enfoque más holístico y significativo en el campo de la salud mental.

VI. CONCLUSIONES

6.1. El existencialismo es un tema recurrente y forma parte esencial de la práctica de la logoterapia de Viktor Frankl.

6.2. Existe un vínculo sólido entre la base filosófica de la logoterapia y su implementación práctica, lo que refuerza su carácter interdisciplinario.

6.3. Los tres aspectos centrales del existencialismo —la libertad, la responsabilidad y la búsqueda de sentido— son también los conceptos fundamentales de la logoterapia y constituyen herramientas para afrontar y superar el dolor.

6.4. La filosofía de Søren Kierkegaard, en particular la relevancia otorgada a la experiencia subjetiva y la ansiedad como caminos hacia la libertad, se refleja claramente en la práctica de la logoterapia.

6.5. El sufrimiento y la búsqueda de significado se presentan como conceptos estrechamente ligados, hasta el punto de volverse sinónimos en el marco de la logoterapia.

6.6. La logoterapia integra la libertad y la autodefinición propuestas por Jean-Paul Sartre, reforzando la idea de que cada individuo puede dar sentido a su vida, especialmente en momentos críticos.

6.7. La literatura evidencia que la logoterapia puede aplicarse en múltiples contextos y con personas de distinta índole, mostrando su versatilidad y relevancia clínica.

VII. RECOMENDACIONES

7.1. Revisar fuentes menos conocidas sobre Viktor Frankl en el ámbito filosófico y clínico, especialmente aquellas que aborden su concepto de dimensión noológica y la relación entre sufrimiento y crecimiento.

7.2. Considerar obras poco citadas de Kierkegaard y Sartre como recurso para alcanzar una comprensión más profunda de la libertad y la responsabilidad en la logoterapia.

7.3. Establecer el foco de futuras revisiones en la aplicación de la logoterapia en contextos socioculturales, como comunidades rurales o tribales, con el fin de evaluar su pertinencia y adaptabilidad.

7.4. Comparar la logoterapia con otras corrientes terapéuticas, tales como la terapia cognitivo-conductual o el mindfulness, para identificar tanto sus limitaciones como sus posibilidades de aplicación.

7.5. Investigar el proceso de llegada y asimilación de la logoterapia en Latinoamérica, analizando cómo ha sido entendida y reinterpretada en diálogo con la filosofía local.

7.6. Promover líneas de investigación interdisciplinarias que vinculen filosofía y psicología, abriendo nuevos focos de comprensión en torno a la logoterapia y sus implicaciones existenciales.

VIII. REFERENCIAS

- Aranguren, J. L. (2005). *Introducción a la ética*. Alianza Editorial.
- Castellano, J. (2015). *La paradoja de la fe en Kierkegaard*. Editorial Trotta.
- Delgado, M. (2020). El rol de la logoterapia en pacientes terminales: Un estudio en el Hospital Nacional Dos de Mayo. *Revista Peruana de Psicología*, 24(2), 102–115.
- Di Cesare, D. (2003). *Kierkegaard y el problema de la fe*. Ediciones Cátedra.
- Dreyfus, H. L. (1991). *Ser en el mundo: Comentario sobre la primera división de Ser y tiempo*. Ediciones Siglo XXI.
- Echeverría, L. (2006). *La filosofía de la fe en Kierkegaard*. Editorial Herder.
- Evans, C. S. (1998). *Kierkegaard's ethic of love: Divine commands and moral obligations*. Oxford University Press.
- Ferrater Mora, J. (2009). *Diccionario de filosofía*. Alianza Editorial.
- Fernández, P. (2010). *Jean-Paul Sartre y el concepto de libertad absoluta*. Editorial Herder.
- Frankl, V. E. (1946/1985). *El hombre en busca de sentido*. Herder. (Obra original publicada en 1946).
- Frankl, V. E. (1969). *Psicoterapia y humanismo*. Plaza & Janés.
- Frankl, V. E. (1992). *La presencia ignorada de Dios: Una nueva perspectiva en la psicoterapia*. Herder.
- Frankl, V. E. (2001). *La logoterapia y el análisis existencial* (3.^a ed.). Editorial Herder.
- García, C. (2012). *Heidegger y el concepto de existencia*. Ediciones Cátedra.
- Guignon, C. y Pereboom, D. (2001). *Existentialism: Basic writings*. Hackett Publishing.
- Heidegger, M. (1927). *Ser y tiempo* (J. Gaos, Trad.). Fondo de Cultura Económica.
- Jiménez, A. (2012). *La paradoja en la filosofía de Kierkegaard*. Editorial Trotta.

- Kierkegaard, S. (1844). *El concepto de la angustia* (M. Jiménez, Trad.). Ediciones Akal.
- Kierkegaard, S. (1846). *Concluding Unscientific Postscript to Philosophical Fragments*. Princeton University Press.
- Kierkegaard, S. (2019). *Temor y temblor* (J. Pérez, Trad.). Editorial Losada.
- Kierkegaard, S. (2020). *La enfermedad mortal* (J. Pérez, Trad.). Editorial Losada.
- Kierkegaard, S. (2021). *El concepto de la angustia* (J. Pérez, Trad.). Editorial Losada.
- Langer, S. K. (1957). *Philosophy in a New Key: A Study in the Symbolism of Reason, Rite, and Art*. Harvard University Press.
- MacIntyre, A. (1984). *After Virtue: A Study in Moral Theory*. University of Notre Dame Press.
- Macquarrie, J. (1984). *Existencialismo*. Editorial Losada.
- Martínez, A. (2015). *La construcción de la identidad en Sartre*. Alianza Editorial.
- Park, J. y McCune, R. (2015). Logotherapy and emotional resilience in college students. *Harvard Journal of Psychological Studies*, 17(1), 67–85.
- Paredes, J. y Salinas, R. (2017). El impacto de la logoterapia en el tratamiento de la ansiedad en jóvenes universitarios peruanos. *Revista de Psicología de la UNMSM*, 23(3), 198–210.
- Sartre, J.-P. (2005). *El ser y la nada* (J. Valmar, Trad.). Editorial Losada. (Trabajo original publicado en 1943).
- Sartre, J.-P. (2006). *El existencialismo es un humanismo* (V. Prati, Trad.). Alianza Editorial. (Trabajo original publicado en 1946).
- Schumann, K. y Müller, G. (2018). The role of logotherapy in depression management among cancer patients. *German Journal of Psychotherapy*, 45(1), 52–65.
- Thompson, L. y Bradley, H. (2020). Logotherapy for post-traumatic stress disorder in military veterans: A case study analysis. *British Journal of Therapeutic Studies*, 36(4), 221–235.

Torres, C. y Ramos, P. (2019). El existencialismo y la resiliencia en jóvenes de zonas vulnerables de Lima. *Investigación Psicológica*, 30(2), 123–137.