

"Camino a la dimensión espiritual del paciente"

Relato de una enfermera

“Un hombre de cierta edad llegó a la clínica donde trabajo, para curarse una herida en la mano. Tenía bastante prisa y mientras lo atendía le pregunté sobre el motivo de su urgencia. ”

Aclaró que tenía que ir a una residencia de ancianos para desayunar con su mujer que vivía allí.

Llevaba algún tiempo en ese lugar y sufría de la enfermedad de Alzheimer.

Mientras terminaba de vendar la herida, pregunté si ella se alarmaría en caso de que él llegara tarde esa mañana.

- No -me dijo- ella ya no sabe quién soy

Hace ya casi cinco años que no me reconoce.

-Entonces, pregunté extrañada:

-¿y si ya no sabe quién es usted, por qué esa necesidad de ir todas las mañanas y de llegar tan puntual?

Me sonrió, y dándome una palmadita en la mano, me dijo:

«Ella no sabe quién soy yo, pero yo todavía sé muy bien quién es ella».

La enfermera confiesa que tuvo que contener las lágrimas, y mientras salía aquel hombre pensó:

«Ésa es la clase de amor que quiero para mi vida:

El verdadero amor no se reduce a lo físico o romántico.

El verdadero amor, es la aceptación de todo lo que el otro verdaderamente es, de lo que ha sido, de lo que será, y de lo que ya nunca podrá ser».

Lo que quiero destacar a partir de esta historia es que **Frankl** nunca quiso olvidarse - como aquel marido - de lo que el ser humano es; siempre se opuso a las visiones reduccionistas del hombre que se reflejan en la expresión “*nada más que*”.

¿Qué *sentido* tiene la vida?

El hombre “*no sería más que*” un mecanismo que hay que reparar o

“*no sería más que*” una víctima de su destino, **Frankl** nos da una visión optimista y completa del ser humano en la cual destaca en él

LA IMPORTANCIA DE LA DIMENSIÓN ESPIRITUAL

El hombre no sólo era cuerpo y mente sino también espíritu. Frankl

Lo espiritual suele confundirse con lo religioso; es un concepto que englobaría todo lo específicamente humano:

- La religiosidad.
- Las decisiones de la voluntad.
- La comprensión de los valores
- El desarrollo creativo.
- El sentimiento ético.
- El amor.

Lo espiritual sería fundamentalmente la capacidad inherente a toda mujer y a todo hombre de:

- Comportarse con libertad y responsabilidad.
- Adaptarse y tomar postura ante lo que no puede cambiar Y
- Encontrar oportunidades para dar sentido a su vida.

ESA DIMENSIÓN ESPIRITUAL, A DIFERENCIA DE LA CORPORAL Y DE LA PSÍQUICA, NUNCA ENFERMA. VIKTOR FRANKL

A ella apelamos en la enfermedad a veces inconcientemente, otras viendo que nuestra Vida está llegando a su fin.

Casos excepcionales puede estar parcial o temporalmente indisponible esa dimensión espiritual siempre existe en potencia, lo que garantiza al ser humano en todo momento su inviolable dignidad.

La imagen de un hombre libre que podía enfrentarse a su destino.

Un hombre que podía estar condicionado por sus circunstancias corporales, psíquicas o sociales; pero que a pesar de estar condicionado, no está determinado; porque el hombre puede situarse espiritualmente por encima de esos condicionantes y es libre para tomar una posición respecto a ellos.

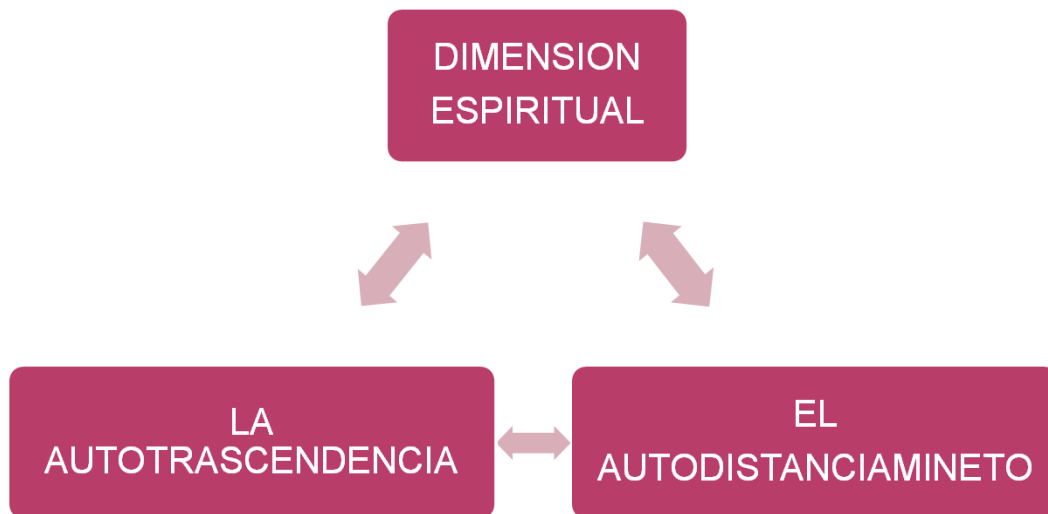
Incluso, en las situaciones más adversas, al hombre se le puede arrebatar todo menos una cosa:

La elección de la actitud personal con que afrontarlas, por ejemplo, en el dolor, culpa muerte, que es esto, aceptar el autentico destino.

La Logoterapia considera al paciente en toda su humanidad dirigiéndose al centro del ser del paciente.



La Logoterapia tiene muy presentes las dos principales manifestaciones de la dimensión espiritual del ser humano



LA AUTOTRASCENDENCIA

Cuanto más se olvida un ser humano de sí mismo y se entrega, tanto más humano es. Ser hombre, significa estar preparado y dirigido hacia algo o alguien fuera de sí mismo. Hacia algo: una tarea que realizar o un sentido que cumplir. Hacia alguien: a una persona o a Dios a quien se ama. Frankl

EL AUTODISTANCIAMIENTO

La capacidad que tiene el hombre de distanciarse del mundo y de sí mismo, de tomar distancia frente a su sufrimiento, básicamente a través del sentido de humor

La Dra. **Elisabeth Lukas** recoge ejemplos conmovedores de casos de enfermedades mentales en los que **Frankl** a través del diálogo descubre esa dimensión espiritual, encontrándonos manifestaciones de la auto trascendencia y del autodistanciamiento. "Viktor Frankl y sus pacientes"

"¿Por amor a quién se domina usted?". Y él contesta de forma rotunda: "Por amor a Dios".

Manifestación bella de autotrascendencia, de un enfermo que se eleva por encima de su enfermedad por amor a Dios.

Como médico **Frankl** defendió que la Medicina nunca podía descuidar la dimensión : "Un médico que olvidara ese aspecto espiritual sólo se diferenciaría de un veterinario en una cosa: ... En la clientela."

Actualmente en la práctica terapéutica, se pretende pasar de orientarse hacia las carencias a orientarse hacia los recursos.

Lukas E, (Frankl)

“Cambio Paradigmático”

Me pregunto :

¿Cuántos profesionales de distintos ámbitos que están en contacto con las personas que sufren, tienen la misma fe en el ser humano que ostentaba Viktor Frankl, esa confianza en sus recursos espirituales?

REFLEXION

Siempre suele decirse que en la relación terapéutica debe existir una confianza inquebrantable del paciente *a su* terapeuta

Junto a ello **Frankl** enseña a los profesionales que *también* deben tener una confianza incondicional *en sus pacientes*, en sus aptitudes inquebrantables aunque, a veces, ocultas.

Es importante no olvidar *los recursos ni las necesidades espirituales de los pacientes*.

Ramón Bayés en el epílogo del libro hace referencia en materia de cuidados paliativos, la importancia cada vez mayor que se da a las necesidades espirituales de los enfermos, y que no deben ser descuidadas

Es importante reconocer la dimensión espiritual del ser humano, uno de los grandes males de nuestro tiempo es el enfermizo culto al cuerpo, a un cuerpo que debe ser bello, joven y sano; de modo que cuando se deteriora parece que la persona pierde parte de su dignidad

Se produce tal identificación con lo corporal que se olvida que hay una dimensión espiritual intacta que da sentido a la vida de los enfermos, ancianos y cualquier persona con limitaciones corporales o psíquicas.

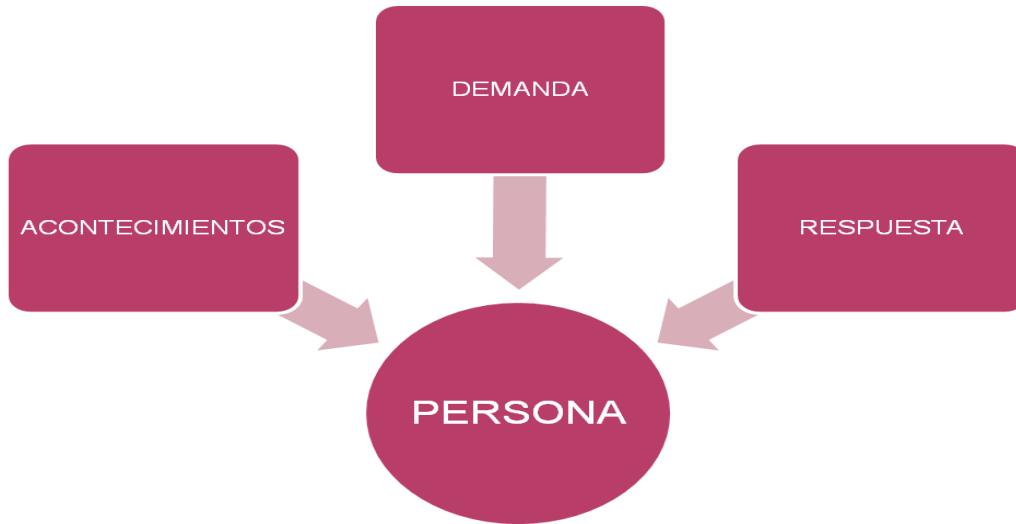
La vida humana es tan valiosa como para que, por el mero hecho de haber perdido alguien una extremidad, la vida misma dejara de tener sentido.

Ello nos lleva a hablar de la segunda idea y que también considero que es una **muy buena noticia**.

“NO HAY NINGUNA SITUACIÓN EN LA VIDA QUE REALMENTE CAREZCA DE SENTIDO”. Frankl

El sentido de la VIDA

Cada acontecimiento con que tenemos que enfrentarnos, cada persona con la que nos encontramos, nos plantea una demanda, una cuestión a la que tenemos que responder haciendo algo. Frankl



Se descubre cuando somos conscientes de que, entre las diferentes posibilidades que tenemos para actuar en ella, sólo una es la más acertada, la más valiosa para nosotros, y también para los demás, teniendo en cuenta la situación total.

Por ello en La Logoterapia se habla de respuestas más o menos llenas de sentido según que nos aproximemos más o menos a esa respuesta más adecuada.

“Toda situación en la vida tiene sentido porque cualquier situación permite realizar valores, realizar cosas valiosas.”

La vida así vista es una constante tarea, una misión que sólo nosotros podemos realizar. “*Celebremos la vida*”. Dice Alex Rovira.

A pesar de lo que debemos enfrentar en la enfermedad y ante la pérdida de nuestra propia vida, hagamos, ver al mundo que nuestra vida tubo SENTIDO, muriendo con dignidad, habiendo aceptado el final de los tiempos. J.Fadrique

Existen tres caminos por los que toda mujer y todo hombre pueden encontrar sentido a su vida. Frankl:



Estos caminos se corresponden con las tres clases de valores que distinguía Frankl:

1. Los valores de creación.
2. Los valores de vivencia y
3. Los valores de actitud.

Valores de Creación

Son aquellas acciones en las que el hombre “da” al mundo algo de sí mismo y los podríamos reconocer por ejemplo y muy claramente en nuestro trabajo profesional, en nuestras tareas ordinarias. Y también de modo especial en la creación artística.

Valores Vivenciales

Harían referencia a aquellos casos en que el hombre “acoge” lo que el entorno le ofrece: al vivenciar la belleza de la naturaleza o del arte, de la cultura y al vivenciar el amor por alguien.

Entre estos valores destaca sin duda el amor,

Cuando hacemos algo útil, cuando gozamos de la existencia, cuando amamos y somos amados, parece fácil encontrar el sentido de la vida.

¿Qué ocurre cuando la vida impone inapelablemente circunstancias dolorosas que no pueden evitarse?

Cuando enfrentamos personalmente situaciones de sufrimiento, enfermedad o muerte:

¿Puede la vida tener un sentido, mantener el sentido en todas sus condiciones y circunstancias?

Frankl pensaba que sí y ello porque estas situaciones inevitables en todo caso nos permiten realizar desde nuestra libertad interior y en base a lo que el llamaba el **“poder de obstinación del espíritu”**

Para la Logoterapia los más excelentes:

VALORES DE ACTITUD

De valiente aceptación y afrontamiento, con dignidad y altura moral, de las circunstancias que nos han sido impuestas, sacando de ellas *“el mejor partido posible”*. *“Cuando un hombre descubre que (en un momento determinado de su vida) su destino es sufrir, ha de ACEPTAR dicho sufrimiento, pues ésa es su sola y única tarea...Su única oportunidad reside en la actitud que adopte al soportar su carga.”* **Frankl** *Adoptando una actitud adecuada puede transformar el sufrimiento en algo positivo y darle sentido.*

La realización humana se consigue creando, amando, gozando y también sufriendo con la actitud correcta.

“No existe nada que fortalezca más a un hombre que lucha contra las dificultades o debe soportar algo inevitable, que el sentimiento de tener una tarea o misión única y ser insustituible para realizarla” **Frankl**

La persona que sufre de forma inevitable hay que recordarle que afrontar el sufrimiento, la enfermedad y, en última instancia, la muerte también es una tarea, probablemente la más importante de su vida.

Al cumplir esa tarea con dignidad puede transmitir la lección más valiosa a sus seres queridos que ineludiblemente también deberán pasar por esas situaciones en un futuro.

RELATO:

Una enfermera con una grave dolencia le inhabilita para desempeñar su trabajo. Al conversar con ella **Frankl** descubre que lo que realmente le desespera no es tanto su enfermedad como su incapacidad para trabajar, pues ama su profesión por encima de todo.

Frankl le hace ver que en su trabajo sería fácil encontrar a alguien que le pudiera sustituir. Sin embargo, que una persona tan trabajadora como ella consiguiera dejar de trabajar sin desesperarse eso sí que sería un logro que sería muy difícil de imitar.

Y a continuación le dice:

“En el momento mismo en que usted empieza a desesperarse por su situación...está haciendo como si el sentido de una vida humana estribara en poder trabajar muchas horas; pero con ello le está negando usted a todos los enfermos y desvalidos su derecho a la vida o su justificación para existir.

En realidad, tiene ahora una oportunidad de oro: mientras que hasta ahora, con relación a todos los seres humanos cuyo cuidado le fue confiado, no pudo hacer otra cosa que asistirles clínicamente, a partir de ahora tiene la oportunidad de ser algo más; un ejemplo (para ellos) y para todos los seres humanos”.

Es cierto que sufrir con la actitud correcta es difícil.

Y es verdad que hablar de estos temas debe hacerse con humildad.

Pareciera fácil hablar del sufrimiento cuando uno no sufre gravemente.

En la vida cotidiana encontramos personas enfermas o en situaciones difíciles que nos demuestran la insondable capacidad del hombre para elevarse sobre su sufrimiento y desde ese sufrimiento crecer y madurar hasta convertirse en un nuevo ser:

Un ser con mayor libertad interior a pesar de la dependencia exterior.

Un ser que modifica su escala de valores y da importancia a lo verdaderamente esencial de la vida.

Un ser que en su sufrimiento presta un servicio a otros, un ejemplo, provocando en ellos un cambio existencial.

Todas estas personas se caracterizan porque han encontrado un sentido al sufrimiento.

Pero ¿cómo llegar a esa situación?

Las duras experiencias con sus compañeros de cautiverio en la atención que les prestaba
“...Cualquier intento de restablecer la fortaleza interna del recluso bajo las condiciones de un campo de concentración pasa antes que nada por el acierto en mostrarle una meta futura...”

Frankl

“El hombre en busca de sentido”,

La respuesta típica que solía dar este hombre a cualquier razonamiento que tratara de animarle, era: “Ya no espero nada de la vida”.

¿Qué respuesta podemos dar a estas palabras...

Lo que de verdad necesitamos es un cambio radical en nuestra actitud ante la vida.

Tenemos que aprender por nosotros mismos y, después, enseñar a los desesperados que en realidad no importa que no esperemos nada de la vida, sino si la vida espera algo de nosotros.”

Es decir, el cambio radical de perspectiva que plantea la Logoterapia es el siguiente: ante una situación dolorosa no te preguntes qué puedes esperar de la vida sino pregúntate lo que espera la vida de ti.
Y el fruto de ese cambio de actitud es la paz, la serenidad.

En un periódico una carta al director que reflejaba esa paz

“Soy madre de una niña de 7 años muy malita de cáncer. Ni un solo día la he oído una queja, ni ha preguntado un porqué de su enfermedad. Cuando no aguanta más el dolor, sus mejillas se llenan de lágrimas. Nosotros nos desconsolamos. Sin duda ella es más valiente que nosotros. Todas las mañanas me acerco a su cama y doy gracias por el tesoro de hija que hemos recibido. A su lado hemos comprendido como se puede ser feliz y sufrir a la vez. Somos felices porque su presencia entre nosotros llena nuestros días. Y a la vez sufrimos porque no podemos hacer nada para retenerla con nosotros y nos cuesta ver como se va apagando lentamente.”

“Hemos comprendido cómo se puede ser feliz y sufrir a la vez”.

La paz sólo se obtiene “transformando el sufrimiento en un logro humano”, Frankl

Dándole sentido; nunca desahogando el dolor mucho menos demostrando una agresividad que aumente todavía más lo absurdo de un acontecimiento trágico.

Con un sentido, el hombre está capacitado hasta para el sufrimiento.

“El hombre no decrece por el sufrimiento sino por el sufrimiento sin sentido”, Frankl
“Quien tiene un por qué para vivir, es capaz de soportar cualquier cómo”

Nietzsche

“El sentido no es otra cosa que la posibilidad de cambiar la realidad mediante el amor”. Elisabeth Lukas

Cuando no descubrimos qué sentido tiene, el sufrimiento conduce a la desesperación. El sentido es la posibilidad más valiosa que podemos realizar en cada situación. Cambiar la realidad externa cuando es posible y cuando ésta se nos impone de una forma inapalable cambiarnos a nosotros mismos. Y todo ello mediante el amor

**Y finalmente LA TERCERA GRAN IDEA,
LA TERCERA BUENA NOTICIA QUE FRANKL NOS TRANSMITE ES QUE
ES POSIBLE SER FELIZ.**

A pesar del dolor, del sufrimiento, de la culpa, del mundo.

Estaríamos equivocados al pensar que puede alcanzarse la felicidad fácil, rápida y directamente.

Quizás el problema del hombre de hoy es que vive obsesionado por el éxito.

Éste incluiría salud, riqueza, poder, placer, autorrealización...

Y además pensamos que todas condiciones favorables se nos deben.

Por ello nos sentimos insatisfechos cuando no se dan esas circunstancias.

“La vida no nos adeuda placer; sólo nos ofrece sentido”, es decir, en todo momento nos da la posibilidad de darle sentido. **Frankl**

Por ello nos anima a vivir menos preocupados del éxito y más atentos a dar sentido a nuestra vida.

De esta manera podemos llegar a la plenitud dentro del mayor fracaso.

Así esta experiencia diaria nos demuestra que son compatibles tanto la plenitud y el fracaso, como en su polo opuesto el éxito y la desesperación

Todos conocemos personas que no han sabido encontrar sentido a su éxito y no son felices teniendo todos los motivos para serlo.

Frankl también nos recuerda que estamos equivocados cuando nos empeñamos en encontrar la felicidad directa y rápidamente.

La felicidad nunca se consigue directamente; sino que aparece indirectamente como consecuencia de la realización de valores.

No podemos encontrar la felicidad directa e inmediatamente sino que únicamente lo que podemos hacer es provocar motivos para sentirnos felices en base a los valores realizados.

A la felicidad verdadera queremos provocarla de forma rápida y forzada la perdemos, si la perseguimos se nos escapa.

Por ello las personas más felices son aquellas que no se preocupan por el éxito, por la autorrealización o por la felicidad, sino las que se entregan en todo momento a tareas llenas de sentido.

“Estoy totalmente de acuerdo con Viktor Frankl: la autorrealización nunca puede ser un objetivo, sino que debe ser el efecto colateral de la propia devoción hacia metas y actos altruistas”.

Abraham Maslow

Gran defensor de la autorrealización

Muchas veces nos preguntamos: ¿qué quiero de la vida?, ¿por qué no soy feliz?

La Logoterapia, en cambio, nos hace preguntarnos:

¿Qué me pide la vida en cada momento?.

Si, guiados por nuestra conciencia, respondemos

Adecuadamente a esa pregunta, la vida nos encontrará en el mundo actuando a su favor y la felicidad se dará como consecuencia.

Por estos motivos, decimos que en definitiva, que la Vida no es solo placer, sino, esa búsqueda incansable de encontrarse sentido, por ello debemos esforzarnos primero por encontrarla nosotros, para luego devolverla a los pacientes, que han perdido la capacidad de enfrentar su vida con un actitud, que los lleve a sentir también que en el peor de los momentos podemos encontrar esa instancia llamada Felicidad que muchas veces podemos traducirla en la Paz , que encontramos habiéndole dado un sentido trascendente a nuestra enfermedad, aceptando con dignidad, **el ser paciente.**

Bibliografía: Viktor Frankl, El hombre en busca de Sentdo, 19

Julio Fadrique Ramirez

Existencialismo & Logoterapia

Tanatología Existencial

Enfermería Escolar PAO-OMS

Entrenador Deportivo, UBA, Ciencias Medicas aplicadas al deporte

Docente Tutor y docente administrador, www.aibarra.org

www.julio-fadrique-ramirez.qapacity.com