

CUANDO SE DEJA DE HACER PIE NOTAS SOBRE CULTURA MODERNA, CRISIS DE SENTIDO VITAL Y PSICOPATOLOGÍA

WHEN THE GROUND CANNOT BE TOUCH AN OUTLINE OF MODERN CULTURE, CRISIS OF MEANING OF LIFE AND PSYCHOPATHOLOGY

Juan García-Haro⁽¹⁾, Henar García-Pascual⁽²⁾ y Marta González González⁽³⁾

Servicio de Salud del Principado de Asturias. Asturias. España

1) FEA Psicología Clínica. Centro de Salud Mental de Adultos. Pola de Siero. Asturias

2) Enfermera Especialista en Salud Mental

3) Psicóloga Interna Residente

Cómo referenciar este artículo/How to reference this article:

García-Haro, J., García-Pascual, H. y González González, M. (2018). Cuando se deja de hacer pie. Notas sobre cultura moderna, crisis de sentido vital y psicopatología. *Revista de Psicoterapia*, 29(109), 147-167.

Resumen

Tras la desvalorización de los sistemas tradicionales de significado en el mundo occidental, ¿qué sentido dan las personas a sus vidas cotidianas y al sufrimiento que sienten en respuesta a situaciones límite? El objetivo de este artículo es analizar la crisis de sentido en la cultura moderna y sus implicaciones psicopatológicas. Para ello se divide el trabajo en cuatro partes. En la primera parte se presentan algunos de los factores culturales que más han influido en la situación actual de crisis de sentido. En la segunda parte se describe esta crisis en términos de tránsito de vivir en una cultura de la culpa a vivir en una cultura de la ansiedad y la incertidumbre. En la tercera parte se analizan las consecuencias clínicas que tiene dicho tránsito en la subjetividad y en la conducta. Por último, en la cuarta parte de este artículo, se discuten diferentes mecanismos para soslayar la ansiedad frente al sufrimiento inevitable y la falta de sentido vital. Se concluye que la falta de sentido vital puede estar en la base clínica común de numerosas modalidades de disfunción psíquica.

Palabras clave: *psicopatología, psicología existencial, sentido de la vida.*

Abstract

After the devaluation of the traditional systems of axiological meaning in the Western world, one question arises: what meaning do people give to their daily lives and to the suffering that they felt in response to limit-situations? The aim of this article is to analyze the crisis of sense in the modern culture and its psychopathological implications. For it, the work is divided in four parts. The first part presents some of the cultural factors that have most influenced the current situation of crisis of sense. In the second part this crisis is described in terms of transit from living in a culture of the guilt to living in a culture of the anxiety and the uncertainty. In the third part we analyze the clinical consequences that this change has in subjectivity and the behavior. Finally, in the fourth part, different mechanisms to avoid the anxiety in response to the suffering and the lack of vital sense are discussed. We conclude that the lack of vital sense may be in common clinical base of numerous forms of mental dysfunction.

Keywords: *psychopathology, existential psychology, meaning of life.*

Fecha de recepción: 30 de noviembre de 2017. Fecha de aceptación: 16 de enero de 2018.

Correspondencia sobre este artículo:

E-mail: juanmanuel.garciah@sespa.es

Dirección postal: C/ Alonso Ojeda, 9, 6º B. 33208 Gijón, Asturias. España

© 2018 Revista de Psicoterapia



Uno tiene la angustia, la desesperación de no saber qué hacer con la vida, de no tener un plan, de encontrarse perdido, sin brújula, sin luz adonde dirigirse. ¿Qué se hace con la vida? ¿Qué dirección se le da?

(El árbol de la ciencia, P. Baroja, 1984, p. 125).

“¿Cuál es el sentido de mi vida? Ninguno”. O bien: “¿Qué resultará de mi vida? Nada”. O bien: “¿Por qué existe todo lo que existe y por qué existo yo? Porque existimos”.

(Confesión, Lev Tolstói, 2011, p. 54).

Sentimos que aun cuando todas las posibles cuestiones científicas hayan recibido respuesta, nuestros problemas vitales todavía no se han rozado en lo más mínimo.

(Tractatus logico-philosophicus, L. Wittgenstein, 2012, p. 144).

INTRODUCCIÓN

Si algo permanece invariable en la vida cotidiana de las personas es la preocupación por el sufrimiento (y la felicidad) y la pregunta por el sentido de la vida. Se trata sin duda de viejas cuestiones filosóficas y religiosas, pero también mundanas y existenciales. Sólo una conciencia zarandeada, esto es, sin ninguna densidad de sujeto, atraviesa la vida sin hacerse estas preguntas básicas.

Desde una perspectiva filosófica se han ensayado diferentes respuestas. El nihilismo (Nietzsche) y el existencialismo (Sartre) cancelan cualquier posibilidad de sentido vital que no sea una entrega a la vida mundana y la libertad. Por otro lado, se ha cuestionado el *sin sentido* o *contra sentido* de la misma pregunta. Así, para la filosofía analítica la pregunta por el sentido de la vida representaría un intento inútil de sobrepasar los límites del lenguaje (véase aquí la filosofía del primer Wittgenstein, 2007, 2012). Desde el punto de vista religioso, se ha colocado a Dios y al mundo del más allá detrás del sentido último y justificación de la vida (véase el islam, el judaísmo y el cristianismo).

Pero aunque se considere que la pregunta es un sin-sentido (filosofía analítica), lo cierto es que tenemos que contar con ella, “porque queramos o no, *está ahí*, existe, re-siste” (Ortega, 1972, p. 64). Además, su modo de estar ahí es particular, pues está sin hacer, y la persona sumergida en su tráfago, lidiando con ella, teniendo que decidir instante a instante qué hacer con su vida, aunque solo fuera para querer salir de ella. Se quiera o no, la vida (también la muerte) es una tarea, un problema a resolver; “la vida –dice Ortega– es quehacer, ¡y da mucho quehacer!” (Ortega, 1980, p. 98). Y lo más importante: no vale hacer cualquier cosa, sino que hay que elegir adecuadamente.

Existen diferentes usos o acepciones de los términos “sentido” y “vida”. En relación al “sentido” tendríamos: el sentido de los órganos sensoriales, el sentido como cada una de las dos posibilidades que puede tomar un objeto en una dirección determinada, el sentido aplicado a una acción, un sueño, un texto, etc. Sobre el término “vida”: tendríamos la vida orgánica por un lado y la vida humana (Ortega)

por otro (sin perjuicio de que esta última sea también vida orgánica). Ambas acepciones del término vida se pueden relacionar. Desde un punto de vista reduccionista la vida humana se podría reducir a categorías de la vida orgánica (científicamente acotadas) pero eso sí, a costa de perder la existencia y la significatividad biográfica. Dentro de la acepción “vida humana” que es la que aquí interesa tendríamos: la vida individual (el sentido de mi vida concreta o de una existencia biográfica particular), la vida de un grupo social (el sentido de una secta, un colectivo profesional, una ciudad, etc.) o incluso la vida de la humanidad entera (el sentido de la vida).

En este trabajo utilizamos la acepción “sentido” como “dirección o propósito” y la acepción de “vida” como “vida humana individual” (la de cada cual), pues es la realidad primaria o realidad radical vivida, la única en la que todo acontece; pues las demás son solo abstracciones (Ortega, 1972).

Por lo que aquí respecta, que es el análisis psico(pato)lógico y clínico, interesa la preocupación mundana y sobretodo individual y personal, vale decir íntima e intransferible, por el sentido –dirección o propósito– de la vida; la de cada persona, la mía, la tuya, la de él, la de ella. Vale aquí el dicho: *No me interesa el sentido de la vida, es el sentido de mi vida lo que me preocupa*. Como decía Unamuno: “Nada es más universal que lo individual” (Unamuno, 2011, pp. 29-30).

Con lo dicho hasta ahora no se quiere transmitir la idea de que la preocupación mundana por y búsqueda de un sentido vital sea la expresión de una necesidad antropológica-universal del ser humano, ni que la actitud contenida en el dicho *no vale la pena vivir sin dirección o propósito*, sea una cuestión eterna, pero sí que en las sociedades modernas mucha gente vive angustiada por la falta de un sentido o proyecto de vida, sobre todo (aunque no sólo) en momentos de crisis y sufrimiento trágico. Efectivamente, *sin sentido, la vida es como un barco a la deriva y las horas pasan sin un hilo conductor*.

En contra de quienes piensan que se aborda aquí un tema metafísico sin relevancia para la clínica psicopatológica y la psicoterapia, se podría decir aquello de que no hay nada más práctico que tener un sentido –dirección o propósito– vital. Quién se pregunta por el sentido de su vida, pone su propia vida ordinaria en juego. De cómo resuelva o elabore el sujeto esta cuestión, pensamos que dependerá en gran medida su bienestar psicológico o su estado de salud mental (también su felicidad).

¿Qué hacemos frente al sufrimiento y la falta de sentido vital?

El objetivo de este artículo es analizar la crisis de sentido en la cultura moderna y sus implicaciones psicopatológicas. Para ello se divide el trabajo en cuatro partes. En la primera parte se presentan algunos de los factores culturales que más han influido en la situación actual de crisis de sentido. En la segunda parte se describe esta crisis en términos de tránsito de vivir en una cultura de la culpa a vivir en una cultura de la ansiedad y la incertidumbre. En la tercera parte se analizan las consecuencias clínicas que tiene dicho tránsito en la subjetividad y en la conducta.

Por último, en la cuarta parte de este artículo, se discuten diferentes mecanismos para soslayar la ansiedad frente al sufrimiento inevitable y la falta de sentido vital. Finalmente se cierra el trabajo con algunas de las principales conclusiones. No se trata de dar respuestas acabadas sino inducir a la reflexión en torno a cuestiones mundanas que como aguas subterráneas corren bajo el suelo kárstico de la condición humana y la clínica moderna.

ALGUNAS CUESTIONES TEÓRICAS SOBRE LA CRISIS DE SENTIDO VITAL

A finales del siglo XIX se produce una crisis de los grandes sistemas de verdades-valores propios de la cultura occidental. Esta crisis resulta de la confluencia de varios elementos culturales que funcionan paralelamente.

1. En filosofía a finales del siglo XIX y principios del XX se habla de la *muerte de Dios* (garante o fundamento metafísico del orden axiológico-moral vigente hasta entonces en la cultura occidental), de *nihilismo* (disolución de la fe en los valores supremos, desorientación radical y pérdida de sentido en la existencia), de decadencia de la religión y moral cristianas (Nietzsche, 1988, 1990a, 1990b, 2015).

2. En sociología, M. Weber en la primera década del siglo XX advertía del peligro del proceso de burocratización creciente de la vida social en las sociedades occidentales (Weber, 1992). Este proceso de burocratización corría paralelo al avance de una racionalización de la vida cotidiana según una racionalidad medios-fines, también llamada científico-técnica o *instrumental* según la célebre expresión de la Escuela de Fráncfort y la Teoría Crítica (Horkheimer, 2002; Horkheimer y Adorno, 2009). Esta racionalidad medios-fines estaría más interesada en los procedimientos que hacen eficaz y exitoso un asunto que en el asunto mismo. Aquí la razón deviene instrumento al servicio de la lógica del poder y la dominación. El avance de esta racionalidad en las sociedades modernas dará como resultado la pérdida de toda significatividad del mundo y al mismo tiempo un abandono de la creencia de que la ciencia y la técnica iluminarán el sentido del mundo. A esto lo denominaba Weber “desencantamiento del mundo” (Weber, 1992). En esta misma línea crítica, aunque con un tono mucho más pasional, cabe situar la postura de Unamuno (1976), que ya a principios del siglo XX decía que la razón mata a la vida. Este proceso de modernización-burocratización tendría su reflejo en el tránsito de una *ética de la intención o de la convicción* a una *ética de la responsabilidad* (Weber, 1992). Como se sabe, mientras la primera ética entiende que determinadas acciones tienen que ser realizadas/evitadas por su valor intrínseco sin atender a las consecuencias (racionalidad con arreglo a valores, cuyo polo negativo sería el dogmatismo y el totalitarismo), la segunda entiende que el valor de las acciones está en sus resultados (racionalidad con arreglo a fines, cuyo polo negativo sería el pragmatismo y el conformismo). En la actualidad predomina una racionalidad instrumental basada únicamente en la anticipación y cálculo de resultados más que en una reflexión sobre el valor de los fines y los proyectos vitales (individuales o

colectivos) a cuyo servicio debieran ponerse los medios y a la luz de los cuales debieran cobrar sentido. Entre paréntesis interesaría señalar que a la *ética de la responsabilidad* le convendría mejor el nombre de *ética de las consecuencias* pues pareciera que la primera, la ética de la intención, es una ética no-responsable y que la segunda no estuviera basada en ningún principio axiológico, como de hecho es el ideal de la eficacia.

3. La ciencia positivista, queriendo abarcar la inteligencia de la totalidad del universo, paradójicamente, es impotente para dar una solución a los asuntos humanos que de verdad importan. Es la crisis moderna de las ciencias que sepulta el misterio del “mundo de la vida”, bajo una ingente colección de hechos científicos. Por decirlo con la terminología del “último Husserl” (1935-1937), el de *La crisis de las ciencias europeas y la fenomenología trascendental* (Husserl, 1991), a finales de la modernidad el “mundo de la vida” (*Lebenswelt*) queda recubierto por el manto del “mundo de la ciencia”. Para la ciencia positivista la cuestión del sentido y valores vitales no entra en consideración. Esta crisis de las ciencias (crisis epistemológica) significará una crisis antropológica que se expresa en la incertidumbre sobre qué somos y para qué somos. Un ejemplo de esta pérdida de significatividad antropológica de la ciencia lo encontramos en el libro del fundador de la Sociobiología, E. O. Wilson (2016) *El sentido de la existencia humana* pues si bien su título apunta al “sentido” su contenido no es más que una colección de “hechos” científicos.

4. Según la sociología posmoderna, la crisis y búsqueda de sentido se agudiza en la llamada *modernidad líquida*. En esta todo cambia vertiginosamente y no hay amarras en las que situar la confianza y la seguridad (Bauman, 2017). Más si cabe para quienes hacen su vida en estos tiempos de cultura digital o de la hipertecnología de Internet (Pérez Tapias, 2003) y donde “cada vez se espera más de la tecnología y menos de nosotros mismos” (Miró, 2017, p. 52). La modernidad líquida es un tiempo sin certezas, donde las relaciones humanas son transitorias y volátiles, libres de compromisos, y donde los relatos colectivos que otorgaban sentido a la historia y a las vidas individuales han perdido su densidad y cohesión.

DE LA CULTURA DE LA CULPA A LA CULTURA DE LA ANSIEDAD Y LA INCERTIDUMBRE

Si a escala individual los significados personales influyen en la aparición de unas u otras emociones, a escala social los diferentes sistemas culturales modelan también las emociones, pero no sólo en un sentido superficial, afectando sólo a la tendencia a sentir con mayor/menor probabilidad una u otra emoción, sino en sentido fuerte, sustancial, vale decir ontológico, en el sentido de que la realidad y la concepción que tenemos de las emociones; su vivencia fenomenológica, su significado, su modo de expresión y de gestión, etc., es diferente en cada cultura y momento socio-histórico.

La cultura es fundamental no sólo para la comprensión del funcionamiento

psicológico humano (véase la teoría histórico-cultural de Vygotski), sino también para la comprensión clínica del malestar psíquico y sus disfunciones. Esto sería así porque la “cultura” designa el mundo humano cuajado o sedimentado de significados, valores, usos y costumbres históricamente contruidos y compartidos por los miembros de una misma sociedad. Este mundo humano informaría acerca de cómo connotar y tratar (normativamente) con las cosas. La cultura así concebida construye y modela la experiencia vivida y la subjetividad. Por otro lado, la sedimentación u objetivación de significados, usos y costumbres en una determinada sociedad sería un resultado al que se llega a través de procesos acumulativos complejos de negociación y construcción sociales y personales (Berger y Luckmann, 2006; Gergen y Gergen, 2011; Hacking, 2001).

De especial interés para la comprensión de la clínica moderna resulta la cuestión de la interpretación socio-histórica del sufrimiento humano. Desde una perspectiva llamada *psicología cultural-existencial* (Sullivan 2013, 2016), se afirma que la cultura es al mismo tiempo una fuente de amenazas y de soluciones a tales amenazas. Daniel Sullivan plantea dos hipótesis que serían interesantes respecto a lo que aquí concierne. En primer lugar afirma que las sociedades con alta carga en cultura religiosa presentan una mayor tendencia de sus miembros a sentir culpa, mientras que las sociedades más secularizadas se asocian a una mayor tendencia a sentir ansiedad e incertidumbre. En segundo lugar afirma que las sociedades colectivistas en comparación con las sociedades individualistas presentan la misma tendencia. Estas hipótesis surgen de los trabajos de Nietzsche sobre la desvalorización de los sistemas tradicionales de significado axiológico y de Weber sobre el problema de la teodicea. En términos sociológicos las teodiceas son discursos religiosos que intentan justificar y explicar la imperfección del mundo, esto es, situaciones marginales límites, como el problema del mal, el sufrimiento, la injusticia o de la muerte. Son intentos desde la teología de entender los sucesos negativos que inciden y amenazan el sentido de la vida. Weber diferenció tres grandes teodiceas: la doctrina de la predestinación, la dualista y la del karma. También habló de dos modalidades de salvación: el ascetismo intramundano y el misticismo contemplativo (Weber, 2014).

Pues bien, a juicio de Sullivan, los trabajos de Nietzsche y Weber sobre la cultura moderna (quedarían fuera de su análisis otros dos colosos de la crítica moderna como son Marx y Freud), vienen a sugerir el hecho de que los sistemas culturales cumplen un rol de protección/potenciación de ciertas emociones, como son por ejemplo la ansiedad y la culpa. Estas dos emociones podrían llamarse “existenciales” en el sentido de que surgen cuando algún valor esencial para la existencia de la persona resulta cuestionado por sucesos trágicos (Sullivan, 2013, 2016). La muerte, los sucesos traumáticos, la vejez, etc., serían situaciones que pueden activar estas emociones. Si se mira bien, todos estos sucesos tienen en común el hecho de escapar en más/menos al control personal. Ante ellos cabe decidir qué sentido darle y qué disposición vital tomar. Como dijo J-P. Sartre: *el*

hombre ha de hacer algo con lo que han hecho de él. Añádase ahora lo siguiente: y será en cierto sentido o grado lo que elija hacer con sus condiciones fácticas. Esta sería la dimensión electiva de la libertad personal.

Aquellos sistemas culturales que promueven una interpretación del sufrimiento como consecuencia de una falta moral (locus de control interno) enfrentan a las personas a temas de culpa. Esta sería la tesis de fondo de la teodicea cristiana del pecado original, pues entiende que allí donde hay sufrimiento debe haber maldad y culpa (véase san Agustín), pues Dios no permitiría el sufrimiento allí donde no hubiera una falta anterior. Esta relación pecado-sufrimiento puede verse por lo demás en los mitos religiosos (véase el relato bíblico del paraíso; el pecado de Adán y Eva fue el origen el sufrimiento que hay en el mundo y la causa de que exista la muerte). En cambio, las culturas que promueven una interpretación del sufrimiento como consecuencia de fuerzas ajenas que escapan al control personal (locus de control externo) tienden a enfrentar a las personas a la ansiedad y la incertidumbre en respuesta a sucesos negativos (Sullivan, 2013, 2016).

Pues bien, con la desvalorización de los sistemas tradicionales de significado en el mundo occidental, y la emergencia triunfante del discurso científico, se verifica que el poder de estos sistemas para guiar la vida de los individuos e inducir emociones autoconscientes tales como la culpa o la vergüenza, disminuye. Se podría decir que la carencia de un sistema tradicional de legitimación de valores se asocia con las vivencias de culpa/indignidad en un sentido lineal: esto es, a menor proporción de *mundo verdadero* (Nietzsche, 2015) o de *significado cósmico* (Yalom, 1984), o de *cultura religiosa* (Sullivan, 2013, 2016), menor probabilidad de sentir culpa/indignidad ante una conducta indebida o ante una falta moral. Como dijo Nietzsche (2015), muerta la verdad metafísica (platónico-cristiana), no hay lugar para la penitencia, el resentimiento o la culpa. Esta idea la sintetiza Dostoievski en la famosa frase de *Los hermanos Karamázov: Si Dios no existe, todo está permitido* (Dostoyevski, 2015). Siguiendo en el contexto literario, se podría tomar al personaje Raskólnikov en la obra de Dostoievski (2012) *Crimen y castigo* de finales del XIX como el último gran representante de la culpa moral, ligada ésta a la transgresión de normas de los sistemas tradicionales de valores de Occidente y a una subjetividad aún nucleada en torno a la vivencia conflictiva de culpa-pecado o falta personal. Permítase situar aquí junto a este personaje ruso a Ana Ozores de la novela *La Regenta* (Alas Clarín, 2006) cuyos núcleos culpógenos, si bien enmarcados en una personalidad histérica, son también notables. Por tanto, se perfilarían en la cultura moderna dos emociones nucleares contrapuestas: la culpa-moral y la ansiedad-existencial.

El tema de la angustia existencial ante la vida es una constante en la literatura y el arte del siglo XX y de lo que llevamos de XXI. En el contexto literario se aprecia en los conflictos de los personajes de las novelas de Kafka, Camus, Sartre o Beckett. También entre las novelas de Miguel de Unamuno o Pio de Baroja. La crisis de identidad en la cultura moderna es la especialidad del novelista M. Frisch. En el

teatro se destacará a Brecht. En el mundo del cine cabría destacar las películas de Bergman, Antonioni, Tarkovsky, y más recientemente de Andersson, Kaurismäki, Kawase o Malick. En la poesía, Rainer Maria Rilke, llamado a veces “el poeta de la muerte” y Pessoa ocuparían un lugar destacado. Esta angustia y la incitación a vivir el presente (el aquí y ahora) sería también la que espoleta la poesía del persa Omar Jayyam allá en los siglos XI y XII (Jayyam, 2007).

Lo que viene a plantear Sullivan es el paso de una cultura de la culpa a una cultura de la ansiedad y la incertidumbre en nuestras sociedades occidentales (menos religiosas y más individualistas). En esto sigue la senda de Dodds (1983) que también describe en la antigua Grecia el paso de una cultura de la vergüenza a una cultura de la culpa. Ahora bien, dicho tránsito no ha de verse en términos absolutos. Que en el presente la ansiedad esté desplazando a la culpa no quiere decir que la vivencia conflictiva de la culpa, e incluso otras emociones (vergüenza, rivalidad, odio, envidia) no estén presentes, aquí y ahora, a escala individual-biográfica en más/menos en nuestras vidas. Como es evidente, no se trataría de una cuestión de exclusión sino de dominancia cultural.

Desde un punto de vista clínico cabría hipotetizar que una *cultura de la culpa*, con sus nociones básicas (norma, transgresión, conflicto, remordimiento, conciencia moral, temor al castigo, reparación, perdón, etc.), y con el tipo de subjetividad que en torno a ella se configura, será caldo de cultivo o sustrato valorativo para el desarrollo de determinadas manifestaciones clínicas de malestar o disfunción psíquica. Entre estas se podrían situar los síntomas y trastornos obsesivo-compulsivos, depresivos, histéricos y las conductas suicidas. En el otro extremo, una *cultura de la ansiedad y la incertidumbre* será caldo de cultivo para el desarrollo de sentimientos de indefensión, trastornos de ansiedad, estrés postraumático y acaso procesos paranoides. A efectos clínicos, la consecuencia de lo anterior sería un aumento de las ansiedades persecutorias en detrimento de las vivencias conflictivas de culpa/indignidad. Efectivamente, *en salud mental y en la clínica psicoterapéutica de hoy en día se verifica un aumento de las vivencias de sentirse amenazado-atacado por el otro, a quién en la distribución de posiciones de poder se coloca en la casilla de objeto malo-perseguidor, en detrimento de las de sentirse culpable o apesadumbrado ante el tribunal (metáfora kantiana) de la propia conciencia.*

Se preguntará el lector: ¿qué relación clínica hay entre el ocaso de la cultura de la culpa y los síntomas paranoides? A modo de hipótesis se ensaya la siguiente respuesta. Ante el declinar de las teodiceas, cuando ocurre algo que nos hace sufrir intensamente, nos viene la pregunta: ¿por qué a mí? Entonces nos asalta inmediatamente la idea de que el otro (no ya Dios como sucedía en otras épocas, véase la historia de Job) es la causa (tiene la culpa) de nuestra desgracia. Esta idea puede ser pasajera o quedarse por el contrario instalada en la mente. Si el sujeto la cultiva cognitiva-verbalmente en su espacio íntimo ocurrirá que tras la condena acusatoria y destructiva que el yo dirige al otro, éste acabe adquiriendo elementos de temor amenazante y retaliativos. Sería algo así como *porque deseé la destrucción de X,*

temo ahora el retorno de su venganza.

Estamos ante la dialéctica *locus de control interno frente a externo* como explicación del fracaso y del sufrimiento psicológico-vital. De acuerdo a las consideraciones culturales de Sullivan, se plantea que en las sociedades que saturan menos en *cultura religiosa* muchas personas tienden a interpretar el sufrimiento, sobre todo cuando este es inesperado (véase un accidente o un trauma), como causado por el otro humano o la fatalidad. Es decir, que la culpa en tiempos seculares-modernos se carga menos en la maltrecha mochila de la conciencia como se hacía antes, mientras tendería a proyectarse y a colgarse en la percha de la intencionalidad (las malas intenciones) del otro, a quién se considera ahora responsable de la desgracia vivida. La consecuencia inmediata será un alivio de la culpa que se paga con la vivencia de sentirse dañado o perjudicado por los otros (temor paranoide). En el otro extremo, si no se encuentra a nadie a quién cargar la culpa se corre el riesgo de caer en la indefensión, la fatalidad y acaso del estrés postraumático. El resultado es que cada vez es menos probable que el sujeto intente explicar el sufrimiento inesperado y los sucesos negativos de su vida como una consecuencia de una falta o culpa moral. Frente a la pérdida de densidad de la culpa en la regulación de la vida cotidiana, emerge la angustia, la desazón, la duda, la perplejidad, la preocupación, la inseguridad o la zozobra existencial (May, 2000). También las crisis de identidad (Berger y Luckmann, 1997).

Con todo, y sin ser contradictorio con lo planteado, se podría decir que en cierto modo se sigue viviendo en tiempos modernos en una *cultura de la culpa*. Pero no ya de una culpa asumida (culpa depresiva), sino de una culpa proyectada en otras personas. Culpa invertida. En efecto, evitar la responsabilidad personal y culpar a otras personas o a las circunstancias por el fracaso de nuestras conductas-proyectos o de nuestra situación vital está de moda. A esta cultura de la excusa que domina la sociedad actual se la ha llamado *cultura de la inocencia* (Bruckner, 2005), aunque aquí se prefiere llamarla siguiendo a Sartre *cultura de la mala fe* (Sartre, 1992, 1996).

CUANDO SE DEJA DE HACER PIE

En las sociedades modernas o posmodernas el suelo de los fundamentos últimos, de las *creencias*, por utilizar un concepto central de (la segunda navegación) de Ortega (véase *Ideas y creencias*, 1977) se tambalea bajo los pies. Los valores que regulaban-disciplinaban la vida social y moral de las personas dejan globalmente de funcionar (al menos en el espacio occidental). Estos son desplazados por valores internos, subjetivos, individuales, basados en el cálculo egoísta y la previsión del interés, en el culto al hedonismo y en la búsqueda y sobrevaloración la felicidad individual (véase Lipovetsky, 2015). Esta pérdida de los fundamentos introduce la dimensión de la ansiedad, la inseguridad, la duda, la incertidumbre, etc. Se vive en tiempos modernos con la sensación de dejar de hacer pie en tierra firme, de caer en la duda. Como dijo Ortega “En la duda se está como se está en un abismo,

es decir, cayendo. Es, pues, la negación de la estabilidad. De pronto sentimos que bajo nuestras plantas falla la firmeza terrestre y nos parece caer, caer en el vacío, sin poder valernos, sin poder hacer nada para afirmarnos, para vivir. Viene a ser como la muerte dentro de la vida, como asistir a la anulación de nuestra propia existencia” (Ortega, 1977, p. 30). “Lo dudoso es una realidad líquida donde el hombre no puede sostenerse, y cae. De aquí el “hallarse en un mar de dudas”” (Ortega, 1977, p. 31). Como dijo Heidegger: *La familiaridad cotidiana se derrumba* (Heidegger, 2006). *Desorientación vital* lo llamaba Ortega (1958). *Se tiene la amenazante sensación que inunda al montañero cuando de pronto se ve cubierto por una espesa niebla y pierde la orientación del camino.*

En este nuevo contexto cultural el sujeto navega a la deriva, sin rumbo fijo, como un Ulises sin patria, sin nada a lo que agarrarse, perdido como un náufrago en la circunstancia a la que ha sido arrojada, sin un sextante que lo oriente en el laberinto de la incertidumbre, sin faros que guíen la conducta. Se tomará prestada aquí la expresión de Ortega: “llevarse a sí mismo en vilo, sostener el propio ser” (Ortega, 1966, p. 232) para aludir a este modo de ser y estar en el mundo. “Sentimiento de naufragio” lo llamaba Ortega (véase Rodríguez, 2007). Cada persona tiene que enfrentarse a los embates de la vida sin un sistema de verdades-valores objetivo que lo oriente y consuele en la travesía existencial. Los elementos de seguridad y la confianza de las personas de las sociedades pre-modernas son desplazados por la desorientación respecto a las cuestiones fundamentales de la vida. Mientras se avanza hacia una sociedad gestionada cada vez más por la técnica y la “racionalidad instrumental” (Horkheimer, 2002), unas preguntas se hacen inevitables: *¿quién soy yo?, ¿qué hacer con mi vida?, ¿cómo debería vivir?, ¿qué metas, qué valores, qué proyectos elijo?, ¿qué hace que la vida merezca la pena?* Son preguntas que asaltan al yo y que rápidamente cada uno de nosotros y de nosotras intentamos sacudirnos. Son preguntas que nos lanza la vida; preguntas sobre valores y proyectos, y por tanto, sobre angustia y ética existencial. El mismo Tolstói estaba atrapado por esta forma de desesperación según se deduce de su *Confesión* (Tolstói, 2011). Este escrito autobiográfico representa un viaje angustioso en la búsqueda del sentido de la vida personal. Esta angustia y ética existencial se puede palpar también en la obra de Camus *El mito de Sísifo* donde el autor se pregunta si merece la pena vivir o si es mejor la opción del suicidio (Camus, 2006).

Se precisa pues un nuevo suelo cultural que reclame nuevos valores capaces de afirmar la vida, eso sí, asumiendo que no hay tierra firme que pisar ni morada metafísica o científica bajo la que resguardarse. Construir este nuevo suelo vital-cultural, de valores intramundanos, intrahistóricos, constituye la tarea de nuestro tiempo.

Como ha señalado la filósofa V. Camps (2016), lo que caracterizaría a nuestro tiempo sería ese moverse entre dos aguas turbulentas: la de la falta de convicciones firmes y la del exceso de creencias o prejuicios apasionados. Como señala Bakewell (2017), hablando del filósofo francés del siglo XVI; M. de Montaigne, famoso por

sus *Ensayos* (1984 a, b), vivir con cierta dosis de duda, perplejidad, inseguridad, incertidumbre respecto a las verdades y valores establecidos, cuestionándose todo, siendo escéptico, es una actitud necesaria para vivir serenamente. Esta es la coda del libro de Camps *Elogio de la duda* (2016). La actitud vital anterior –dice Camps– no sería incompatible con la necesidad de mantener cierto número de convicciones fuertes tales como los valores éticos consagrados culturalmente, entre ellos los de libertad, igualdad y dignidad.

En el mundo actual no hay respuestas sagradas (o no las hay sin ingenuidad) y cada persona ha de construir la suya sin que quepa transferir la solución a otro. En este sentido, el pluralismo creciente moderno ofrece un mercado de discursos (seculares y religiosos) para quienes persiguen certezas a las que anclar el barco de su existencia; o mejor, supuestas certezas socavadas todas ellas por dicho pluralismo (Berger, 2016). Con todo, sería en el ámbito del mundo de la vida cotidiana donde se realiza y tiene densidad la vida humana. El sentido estaría en la correlación orteguiana *yo/circunstancia* que es el espacio vital, social-histórico, donde se realiza la vida humana (Ortega, 1966, 1974). Esta conclusión sería contraria a la *Logoterapia* (de *logos*, significado, sentido o propósito) de V. E. Frankl (1988, 1990, 1996, 2008), conocida como la tercera escuela vienesa de psicoterapias (las dos primeras serían el psicoanálisis de Freud y la Psicología Individual de Adler), pues al mantener este autor una concepción objetivista del sentido, vale decir una visión solidificada de los valores, cree que el sentido puede y debe ser descubierto como se descubre una esencia bajo una capa de contingencia. Sin embargo, desde una óptica existencial *ya no se trataría de descubrir un sentido verdadero sino que el verdadero sentido de la vida sería el que uno construye en un contexto social-histórico determinado (mundanidad), y a menor escala, en una psico-biografía personal-intima*.

Ante esta situación de crisis cultural braceamos sin descanso para mantenernos a flote (Ortega, 1966, 1974). A fin de no desfondarnos en el intento, pensamos, construimos creencias, producimos cultura, elaboramos proyectos (individuales y colectivos). Son estos los botes salva-vidas sobre los que nos lanzamos para no hundirnos en el vacío incierto de ser. Como es evidente, ante el hecho de que la vida no nos es dada acabada, sino vacía, indeterminada, y que *vivir consiste en decidir de continuo lo que vamos a ser-hacer* (Ortega, 1966, 1974), no puede el sujeto dejar de construir y anticipar proyectos que le orienten en su travesía vital. *Se podría decir incluso que sin proyectos no hay vida humana (biográfica), aunque haya vida (biológica)*.

No hay criterios objetivos (ni inmanentes ni trascendentes) que no sean los que eligen y construyen los sujetos (individual y colectivamente). Como ya se ha dicho, la tarea de construir un sentido vital, se haría en relación dialéctica a unas circunstancias socio-históricas objetivadas (unas formas de vida culturalmente organizadas, con su inventario de problemas o tareas y su manual de soluciones sedimentadas) y a las demás personas que nos rodean pues no es posible construir

un sentido sino es en colaboración con el sentido que dan los demás. En efecto, los relatos que construimos para “dar sentido” a nuestras acciones y sucesos vitales, a nuestra vida, a nuestra identidad, a nuestra historia, están soportados o entretejidos por los relatos (lenguaje) que construyen otras personas más/menos importantes del contexto. Esto es, *los ladrillos con los que construimos materialmente el sentido de nuestras vidas son las conversaciones que tenemos con personas cercanas y significativas, aunque también con nosotros mismos*. Estas conversaciones tienen efectos reales en cuanto a modelar la experiencia vivida, de modo que más que reflejar o representar la experiencia, la configuran. La conversación terapéutica sería un espacio social moderno de construcción y re-construcción de relatos y experiencias sobre los asuntos humanos o sobre la realidad radical vivida (conflictos, dilemas, pérdidas, fracasos, trastornos, enfermedades, identidades personales, etc.). Véase en este sentido el enfoque de la *Terapia narrativa* (White, 2002, 2016; White y Epston, 1993).

ALGUNAS MANIFESTACIONES CLÍNICAS DE LA CRISIS DE SENTIDO VITAL

¿Hasta qué punto la preocupación por la de pérdida o falta de sentido vital (de *frustración existencial* como lo llama Frankl) es importante en psicopatología y cuál es su papel en la génesis de las disfunciones psíquicas? En este punto apenas existe investigación empírica en Psico(pato)logía Existencial. Con todo, importa subrayar que una serie de autores procedentes del ámbito de la filosofía (Universidad de Granada) están reflexionando sobre las llamadas *patologías o enfermedades de la civilización occidental*. Estos trabajos se sitúan en el interesante nexo entre filosofía-psicopatología. Esta línea de pensamiento toma como base la analítica existencial, que como se sabe parte a su vez del análisis de los existencialistas de la ontología fundamental de Heidegger plasmados en su obra *Ser y tiempo* (Heidegger, 2006). Apuntan estos autores a que vivimos en una época de desasosiego y desconsuelo, o como lo llama Barroso Fernández, de *nihilismo neurasténico* (Barroso Fernández, 2011). Este nihilismo neurasténico sería, parafraseando a Ortega, *el sentir o el tema de nuestro tiempo* (Ortega, 1958). Los autores apuntan hacia una psicopatología y una terapia que hunde sus raíces en el magma de las prácticas socio-históricas y las formas de vida (maneras de ser y pensar) culturalmente objetivadas. Se asume que *cada época histórica tiene sus disfunciones y cada tiempo necesita su terapia*. Para una revisión de estos trabajos véase Sáez Rueda, Pérez Espigares y Hoyos Sánchez (2011) y Sáez Rueda (2009, 2015).

Las personas tienden a la búsqueda (aunque mejor sería decir “construcción”) de significados encajando los acontecimientos novedosos o incongruentes de sus vidas en un marco de referencia que le sirva de explicación. Cuando los acontecimientos vividos no se pueden encajar en esquemas previos se produce una situación de malestar e insatisfacción que irá creciendo hasta que se logre su acomodación en un patrón reconocible más amplio (aquí las nociones acomodación/asimilación

piagetianas sirven de esquema). Evidentemente, no se puede vivir en un vacío de sentido. Esto implica aceptar la perspectiva de que somos sujetos hermenéuticos, capaces de interpretar una y la *misma* situación en diferentes formas o mediante diferentes tramas de sentido (perspectivismo). *Voluntad de sentido* lo llama la Logoterapia (Frankl, 1988). Ahora bien, superada la psicología interiorista, se excusaría decir que la construcción del sentido se haría desde la actitud de estar abierto al mundo. Vale decir *mundo de la vida* (Husserl), *ser-en-el-mundo* (Heidegger), *ser-en-situación* (Jaspers) o *yo-en-la-circunstancia* (Ortega). Según este punto de vista, se reclamaría insertar los asuntos de la psicopatología en el discurrir natural y espontáneo de la vida misma, esto es, una vuelta a la *cotidianeidad* o *mundanidad* como antídoto ante la tendencia subjetivista de pensar y repensar reflexiva-mente la vida mientras se ignora la participación en el mundo, lo cual solo llevaría a la parálisis y al sin-sentido.

Desde una perspectiva histórica y psicológica, sabemos que atribuir sentido sirve para soportar el sufrimiento trágico y hacer frente a la amenaza existencial de la muerte. Decía M. Eliade, hablando de las culturas arcaicas; si se soporta es porque no es absurdo. El padecimiento sólo perturba en la medida en que su causa permanece todavía ignorada. En cuanto se descubre la causa del sufrimiento puede ser incorporado a un esquema o sistema de significado, adquiere un sentido. Muchas veces este sentido se ha nucleado en torno a la transgresión de una norma, una falta personal o una culpa religiosa (Eliade, 1972). Desde la Logoterapia, se defiende que el sufrimiento deja de ser en cierto modo sufrimiento en el momento en que se encuentra un sentido. Así pues, encontrar un andamio de sentido, una viga de explicación, ayuda a afrontar los embates de la vida y a recuperar una cierta sensación de dominio y de propósito vital. No en vano el enfoque de *formulación de casos* (Caro y Montesano, 2016) parte del supuesto de que siempre se puede buscar sentido al sufrimiento y que la tarea central del terapeuta es ayudar a las personas a crear significados que permitan soportar el sufrimiento sin sucumbir ante él.

Desde una Psico(patolo)gía Existencial se plantea una visión del sujeto humano que consiste en estar enfrentado de continuo a cierta dosis de amenaza psicológica y ansiedad existencial que resulta en última instancia, aparte de otras preocupaciones existenciales básicas como el miedo a la muerte, al enfrentamiento con el sufrimiento trágico y la falta de sentido vital. En efecto, cada persona no tiene otro remedio que estar-ahí-haciendo-algo para sostenerse en la existencia, enfrentando o achicando la falta-de-sentido que se infiltra inevitablemente por todos los poros de su ser. Este estar-ahí-haciendo-algo consiste en la activación de diferentes defensas psicológicas como es el caso entre otras de la reafirmación de una visión cultural del mundo y un determinado sentido de la vida, según propone la teoría integrada de defensa psicológica (véase Hart, 2014).

En base a las propuestas anteriores, se puede decir que la crisis de sentido es un suelo fértil sobre el que germina la ansiedad y la incertidumbre como reacciones ante el afronte de sucesos trágicos de la vida. El miedo o intolerancia a la

incertidumbre, como miedo global a lo desconocido por venir, más allá del miedo-a-la-muerte y del miedo-a-la-vida (a la tarea y responsabilidad de construir un proyecto de vida), aunque teniendo en la finitud temporal y vulnerabilidad personal su base existencial, se ha postulado también como dimensión transdiagnóstica subyacente a diferentes procesos y trastornos psicopatológicos (véase Carleton, 2016).

Esta angustia vital-mortal, hasta entonces defendida, estaría en el trasfondo de muchos de los problemas que presentan las personas que buscan ayuda profesional. No es que la angustia de la vida no existiera antes sino que al caer las defensas “hasta ahora útiles” se manifiestan las preguntas de la vida. Sucede a las defensas como a las hojas otoñales, que cuando caen dejan entrever lo que se ocultaba tras la frondosidad del bosque.

Desde la clínica existencial, Frankl ha relacionado la falta de sentido vital (*complejo de vacuidad*) con la aparición de numerosas condiciones clínicas: intentos y suicidios consumados, psicopatías, adicciones, alcoholismo, trastornos alimentarios y disfunciones sexuales (Frankl, 2008). Añádase a la anterior lista las adicciones a las nuevas tecnologías y al sexo. Como decía Frankl: *cuando hay un vacío existencial, los síntomas se apresuran a llenarlo*. Hay estudios que muestran la relación entre falta de sentido vital y desarrollo de diferentes procesos psicopatológicos (Glaw, Kable, Hazelton e Inder, 2017). Por otro lado, la relación entre *falta de sentido vital, desesperanza y suicidio* es una de la mejores establecidas en Psico(pato)logía Existencial (Gallego-Pérez y García-Alandete, 2004; García-Alandete, Gallego-Pérez y Pérez-Delgado, 2009). Aunque resulta difícil encerrar todas estas condiciones clínicas en la jaula de un único término aglutinador, proponemos aquí el término de *clínica de la falta de sentido vital* o *clínica del vacío existencial*. Nos parece un término más descriptivo y útil que el de *Neurosis* o *depresión noógena* que sería el que propuso Frankl y que a nuestro juicio estaría contaminado de connotaciones religiosas.

Antes de continuar interesa precisar dos cuestiones esenciales sobre esta *clínica de la falta de sentido vital* o *clínica del vacío existencial*.

1. La falta de sentido vital no siempre sería una condición patogénica, así sin más, ni bajo las condiciones clínicas anteriores (psicopatías, adicciones, etc.) se encontraría siempre la alfombra del vacío existencial. Dicho de otro modo: *ni todas las formas psicopatológicas derivan de un sentimiento de vacío existencial, ni a la inversa; dicha vivencia de vacío o carencia de sentido vital es en todos y cada uno de los casos, patógena* (Frankl, 1990).

2. Antes de cristalizar en un trastorno clínico al uso, el sentimiento de carencia de sentido vital cursaría desenganchándose del mundo de la vida a través de la experiencia del *aburrimiento* (falta de interés por el mundo) y de la *apatía* (ausencia de iniciativa para hacer algo o para cambiar alguna cosa en el mundo) (Frankl, 1990). Según lo anterior y ahora desde el punto de vista preventivo, convendría anticiparse a tomar estas dos experiencias (de aburrimiento y apatía) como mani-

festaciones de una pérdida de valores o crisis de sentido vital en ciernes. Traducido al lenguaje médico: como signos de alarma de la “incubación” de un trastorno mental.

Pues bien, ante esta angustia de la falta de sentido, las personas pondrán en marcha diferentes estrategias de afrontamiento ante la misma. Estas serán histórico-culturales en tanto que objetivadas en una sociedad determinada. Pero también individuales en base a la historia biográfica de cada persona. Más con independencia de si son histórico-culturales o individuales, cada sujeto ha de hacerlas suyas; esto es, convencerse personalmente de su utilidad.

Ante este panorama en el que los “individuos zozobran en mares tormentosos y no tienen postes de amarraduras, boyas o faros de los que puedan depender” (May, 2000, p. 161), ¿qué soluciones se han intentado?

ALGUNOS INTENTOS DE SOLUCIÓN FRENTE A LA FALTA DE SENTIDO VITAL

1. Desde una perspectiva sociológica tenemos la propuesta de la *deseccularización de la conciencia* (Berger) que Martín Huete interpreta en términos de *teologización de la conciencia* (Martín Huete, 2010). Consiste básicamente en reinstaurar el *nomos religioso* y sus nociones nucleares (lo sobrenatural, la trascendencia, la teodicea, etc.) que el proceso de *modernización-secularización* eliminó de las estructuras sociales de sentido. Se apuesta por la instauración de una nueva cosmovisión que, desde la legitimación, aporte a las personas un consuelo existencial y moral frente al fracaso de las cosmovisiones seculares modernas. Este intento de solución llamado *teologización de la conciencia* merece en nuestra opinión una valoración radicalmente negativa pues supone una vuelta a la metafísica platónico-religiosa.

Sea como sea, cabe hacerse la pregunta: ¿a qué se debe tanto éxito del discurso religioso? La respuesta que dio Freud en 1927 en *El porvenir de una ilusión* nos parece que sigue siendo válida en nuestros días. Dijo lo siguiente: “Pero la indefensión de los hombres continúa, y con ello perdura su necesidad de una protección paternal y perduran los dioses, a los cuales se sigue atribuyendo una triple función: espantar los terrores de la Naturaleza, conciliar al hombre con la crueldad del destino, especialmente tal y como se manifiesta en la muerte, y compensarle de los dolores y las privaciones que la vida civilizada en común le impone” (Freud, 1974, p. 2969). En la misma línea se pronunciaba Fromm cuando analizaba la función socio-psicológica de la religión. Concluía lo siguiente: “Para resumir, la religión desempeña una función triple; para toda la humanidad, consuelo por las privaciones que impone la vida; para la gran mayoría de los hombres, estímulo para aceptar emocionalmente su situación de clase; y para la minoría dominante, alivio para los sentimientos de culpa causados por el sufrimiento de aquellos a quienes oprime” (Fromm, 1984, p. 26). Por tanto, el éxito de la religión se explicaría en base a sus múltiples funciones prácticas-vitales; esto es, ayuda a

soportar mejor la tarea de existir.

2. Sin abandonar esta línea de propuestas culturales de solución frente a la clínica del vacío existencial, se puede situar también aquí la búsqueda de refugio en las opciones políticas totalitarias de diferente signo ideológico (véase el *Miedo a la libertad* de Fromm, 1990), ahora llamadas populistas, o en las opciones religiosas fundamentalistas (Berger, 2016). A este respecto convendría señalar dos tentaciones que tiene la persona para evitar la ansiedad de la falta de sentido, ninguna de las cuales parece recomendable: *querer hacer lo que otras personas hacen* (conformismo) o *hacer lo que otras personas quieren que haga* (totalitarismo) (Frankl, 1996, 2008).

3. Otra solución, disfuncional, para llenar la sensación de vacío existencial sería la entrega a un patrón frenético de hiper-actividad. Se buscaría aquí refugio en el trabajo o en el consumo compulsivos. Aquí la compulsividad sería una defensa o antídoto contra la angustia existencial de la vida (Yalom, 1984). Este patrón de hiper-actividad ocurriría además bajo la sombra de dos condiciones: 1) una suerte de sacralización del tener frente al ser según criticó Fromm (1978), y 2) una racionalidad medios-fines según denunció la Escuela de Fráncfort y la Teoría Crítica (Horkheimer, 2002; Horkheimer y Adorno, 2009).

A modo de excursus. Consideramos que este patrón moderno de hiper-actividad tendría su antecedente histórico en el trabajo compulsivo incesante de las sectas puritanas de los siglos XVI y XVII y que según la hipótesis de M. Weber (2013) estaría a la base del capitalismo moderno. En nuestra opinión, entre las utilidades que podría haber aportando el trabajo compulsivo a los miembros de dichas sectas estaría el componente emocional de servir a amortiguar las angustias apocalípticas dominantes en la época (Delumeau, 2002) y sobre todo, la inseguridad y angustia de salvación en la que habían quedado a consecuencia del dogma calvinista de la predestinación. Este componente de disminución de la angustia vendría dado a través de la lógica de obtención de señales de tranquilidad religiosa, de saberse elegido a través del éxito material (Bericat, 2001). El trabajo incesante y el ahorro extremo funcionaron así como un antídoto frente a la angustia de la predestinación calvinista. Si se mira bien, esta solución del ascetismo intramundano contiene en su lógica un rechazo de los afectos y la sexualidad que conecta con el desplazamiento de la moral cristiana de los aspectos más corporales y mundanos de la condición humana.

4. Interesa ahora posar la atención sobre la línea de reflexión sociológica del filósofo coreano Byung-Chul Han (2012) sobre la *positivización* del mundo de comienzos del siglo XXI. Dice que en la sociedad actual se aspira a potenciar o intensificar la *positividad* del poder-hacer: hiperproducción, hiperrendimiento, hipercomunicación, hiperactividad, etc. Ante la falta de negatividad, este exceso de positividad sin límites acaba decantando en nuevas formas de violencia inmanentes al sistema mismo. “Así, el sujeto de rendimiento se abandona a la *libertad obligada* o a la *libre obligación* de maximizar el rendimiento” (Han, 2012, pp. 31-32). A esta

violencia la llama Byung-Chul Han, *neuronal*, por oposición a la violencia viral que surge del enfrentamiento con la negatividad de lo otro. Esta creciente cultura de la positividad, nucleada en torno a una especie de imperativo del rendimiento y carente de autonomía individual, genera individuos fracasados y depresivos. Bajo el epígrafe de esta violencia neuronal (aunque mejor sería llamarla emocional) sitúa una serie de condiciones psicopatológicas como la depresión, el trastorno por déficit de atención con hiperactividad, el trastorno límite de la personalidad y el síndrome de desgaste ocupacional, que aquí serán entendidas como precipitados clínicos de una crisis de la cultura occidental que sufre no tanto los efectos de la represión como del exceso de positividad.

Cabe situar en esta línea de *positivización* del mundo moderno al movimiento de la *Psicología Positiva*, nucleada en torno a un yo mentalista omnipotente capaz de imponerse a la materia y al mundo y curar directamente la enfermedad, atraer la riqueza y la salud y conseguir la felicidad perpetua y que decanta en una suerte de “individualismo positivo” (Cabanas Díaz y Sánchez González, 2012) y sin ningún tipo de agenda comunitaria ni compromiso ético transformador de las condiciones socio-políticas que subyacen a los conflictos y sufrimientos humanos. Esta *Psicología Positiva*, por su propia lógica (véase el imperativo cultural moderno a la felicidad perpetua), no sólo no solucionaría ningún problema psico(pato)lógico, sino que agravaría los ya existentes, y generaría además nuevos conflictos (para una revisión crítica véase Pérez Álvarez, 2012, 2013, 2014).

5. Desde una perspectiva científicista se ensaya la solución de la *naturalización o medicalización del sufrimiento vital-mundano*. Este proceso consistiría en una forma de reducción de la actividad psico(pato)lógica a realidades objetivistas biomédicas (de tipo genético, bioquímico o neuroendocrino) que arranca a finales del XIX y que decanta históricamente en la actual psiquiatría farmacológica. No desarrollamos aquí esta perspectiva pues su presentación crítica forma parte de otro trabajo (García-Haro, García-Pascual y González González, en preparación). Bastará con señalar que esta propuesta de solución fracasa estrepitosamente en su intento de evitar la angustia existencial frente al sufrimiento trágico y la falta de sentido vital. Si lo consigue, es a través del *adormecimiento químico* del sujeto psicológico.

A MODO DE CODA

El objetivo de este artículo era analizar la crisis de sentido vital en la cultura moderna y sus implicaciones clínicas. La preocupación por el sufrimiento (o la felicidad) es uno de los signos más definitorios de nuestro tiempo. Según el modo como se conciba desde el punto de vista de la cultura y del sentido de la vida, su efecto patogénico en la persona puede verse amortiguado/aumentado. Así, a lo largo de la historia, las teodiceas, y antes los mitos, eran intentos cósmico-religiosos de explicar y consolar a las personas que sufrían sucesos más/menos traumáticos asociados al sufrimiento. Sin embargo, a finales del siglo XIX se produce un

proceso de *secularización-modernización* de la sociedad occidental (Weber), que junto a la racionalidad científico-técnica creciente (Escuela de Fráncfort), decanta en una desvalorización de los sistemas tradicionales de significado axiológico (Nietzsche). Se inicia así un tiempo de crisis cultural de sentido vital que se expresará en el tránsito de una *cultura nucleada en torno a la falta personal y la culpa* a una *cultura moderna nucleada en torno a la ansiedad y la incertidumbre* (Sullivan). Desde un punto de vista psicológico caracterizaría a esta nueva cultura psicológica las vivencias de inseguridad, duda, perplejidad, desorientación, incertidumbre y ansiedad existencial en respuesta al sufrimiento y a los sucesos trágicos de la vida. Siendo así, la tarea de la vida en tiempos modernos se hace más difícil de sobrellevar. Más si cabe si se vive en tiempos *líquidos* (Bauman) y bajo el imperio de la *positivización* (Han).

Ante la crisis moderna de sentido vital: ni fundamentalismo dogmatista ni relativismo pragmatista, ni escepticismo ni irracionalismo, ni objetivismo cientificista ni subjetivismo idealista, ni conformismo ni totalitarismo, ni teologización-metafísica ni naturalización-biomédica (mecanicista) del sufrimiento. *Mientras la teologización de la conciencia diviniza el sentido del sufrimiento psicológico, la naturalización reduccionista lo cosifica, reduce el sufrimiento vital-mundano a mero síntoma de una enfermedad biológica que ha de ser yugulado farmacológicamente.* Superación crítica o dialéctica de las tensiones entre los contrarios. Esta superación tendría como consecuencia la adopción de nuevos valores inmanentes a la tarea de vivir; nuevas coordenadas existenciales para orientarse en el mundo y dar sentido a la vida y al sufrimiento trágico inevitable. En definitiva, *nuevas vigas para sostener el ser sin necesidad de invocar viejos valores trascendentes metafísicos ni falsos utopismos cientificistas que como buenos disolventes eliminan el contexto mundano de la vida personal significativa.* “¡Salvémonos en el mundo! - “¡Salvémonos en las cosas!””, decía Ortega (Ortega, 1966, p. 221). Pensamos que estas nuevas direcciones de valor y sentido han de partir de asumir como paisaje natural de nuestro tiempo la crisis de los sistemas tradicionales de significado axiológico (incluyendo aquí la crisis del positivismo científico) en el mundo actual y de colocar en el centro del escenario clínico a la persona y su condición de totalidad y su libertad-responsabilidad para lo que hace con su conducta, su yo y su vida.

En definitiva, se trataría de insertar el sufrimiento vital y los asuntos de la clínica psicopatológica en el contexto fenomenológico de la vida biográfica (mundanidad) y de las prácticas sociales y culturalmente objetivadas que le son propias (García Prada, 1988). Esto es, ensamblar la psicopatología en el entramado de las estructuras del mundo de la vida y de la existencia cotidiana (Schutz y Luckmann, 2009).

Aunque no es este el espacio para desarrollarlo, dejamos aquí señalado, a modo de advertencia para navegantes, que desde el punto de vista de la ayuda psicoterapéutica, esta *clínica de la falta de sentido vital* o *clínica del vacío*

existencial sería la manifestación clínica que trataría de abordar la Logoterapia de Frankl (1988, 1990, 1996, 2008) y la Psicoterapia Existencial de Yalom (1984, 2000, 2008). Efectivamente, el enfoque existencial de la clínica y la condición humana encajaría bien con esta petición de coordenadas epistemológicas y antropológicas.

Referencias bibliográficas

- Alas Clarín, L. (2006). *La Regenta*. Barcelona, España: Círculo de Lectores.
- Bakewell, S. (2017). *Cómo vivir. Una vida con Montaigne*. Barcelona, España: Ariel.
- Baroja, P. (1984). *El árbol de la ciencia*. Madrid, España: Alianza.
- Barroso Fernández, O. (2011). Patologías del criterio en la era de la Globalización. En L. Sáez Rueda, P. Pérez Espigares, P. e I. Hoyos Sánchez (Eds.), *Occidente enfermo. Filosofía y Patologías de la Civilización* (pp. 93-113). Alemania: Grin Verlag.
- Bauman, Z. (2017). *Modernidad líquida*. Madrid, España: Fondo de Cultura Económica.
- Berger, P. L. (2016). *Los numerosos altares de la modernidad. En busca de un paradigma para la religión en una época pluralista*. Salamanca, España: Sigueme.
- Berger, P. L. y Luckmann, T. (1997). *Modernidad, pluralismo y crisis de sentido. La orientación del hombre moderno*. Barcelona, España: Paidós.
- Berger, P. L. y Luckmann, T. (2006). *La construcción social de la realidad*. Buenos Aires, Argentina: Amorrortu.
- Bericat, E. (2001). Max Weber o el enigma emocional del origen del capitalismo. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, 95, 9-36.
- Bruckner, P. (2005). *La tentación de la inocencia*. Barcelona, España: Anagrama.
- Cabanas Díaz, E. y Sánchez González, J. C. (2012). Las raíces de la psicología positiva. *Papeles del Psicólogo*, 33, 172-182.
- Camps, V. (2016). *Elogio de la duda*. Barcelona, España: Arpa.
- Camus, A. (2006). *El mito de Sísifo. Ensayo sobre el absurdo*. Buenos Aires, Argentina: Losada.
- Carleton, R. N. (2016). Into the unknown: A review and synthesis of contemporary models involving uncertainty. *Journal of Anxiety Disorders*, 39, 30-43.
- Caro, C. y Montesano, A. (2016). Una mirada a la formulación de caso en psicoterapia: introducción conceptual y perspectiva de futuro. *Revista de Psicoterapia*, 27 (104), 5-22.
- Delumeau, J. (2002). *El miedo en Occidente (Siglos XIV-XVIII). Una ciudad sitiada*. Madrid, España: Taurus.
- Dodds, E. R. (1983). *Los griegos y lo irracional*. Madrid, España: Alianza.
- Dostoievski, F. M. (2012). *Crimen y castigo*. Madrid, España: Cátedra.
- Dostoyevski, F. M. (2015). *Los hermanos Karamázov*. Madrid, España: Alianza.
- Eliade, M. (1972). *El mito del eterno retorno*. Madrid, España: Alianza/Emecé.
- Frankl, V. E. (1988). *La voluntad de sentido*. Barcelona, España: Herder.
- Frankl, V. E. (1990). *Logoterapia y análisis existencial*. Barcelona, España: Herder.
- Frankl, V. E. (1996). *El hombre en busca de sentido*. Barcelona, España: Herder.
- Frankl, V. E. (2008). *Ante el vacío existencial. Hacia una humanización de la psicoterapia*. Barcelona, España: Herder.
- Freud, S. (1974). El porvenir de una ilusión. En S. Freud, *Obras Completas, Tomo VIII* (pp. 2961-2992). Madrid, España: Biblioteca Nueva.
- Fromm, E. (1978). *¿Tener o ser?* México, DF: Fondo de Cultura Económica.
- Fromm, E. (1984). *El dogma de Cristo*. Barcelona, España: Paidós.
- Fromm, E. (1990). *El miedo a la libertad*. Barcelona, España: Paidós.
- Gallego-Pérez, J. F. y García-Alandete, J. (2004). Sentido en la vida y desesperanza en un grupo de estudiantes universitarios. *NOUS. Boletín de Logoterapia y Análisis Existencial*, 8, 49-64.
- García Prada, J. M. (1988). El "mundo de la vida" (Lebenswelt) y los niveles de la experiencia. *Revista de Psiquiatría y Psicología Humanista*, 25, 29-44.
- García-Alandete, J., Gallego-Pérez, J. F. y Pérez-Delgado, E. (2009). Sentido de la vida y desesperanza: un estudio empírico. *Universitas Psychologica*, 8, 2, 447-454.

- García-Haro, J., García-Pascual, H. y González González, M. (manuscrito en preparación). *Naturalización biomédica del sufrimiento vital-mundano. Una perspectiva crítica*.
- Gergen, K. J. y Gergen, M. (2011). *Reflexiones sobre la construcción social*. Barcelona, España: Paidós.
- Glaw, X., Kable, A., Hazelton, M. y Inder, K. (2017). Meaning in life and meaning of life in mental health care: an integrative literature review. *Issues in Mental Health Nursing*, 38, 3, 243-252.
- Hacking, I. (2001). *¿La construcción social de qué?*. Barcelona, España: Paidós.
- Häfner, H. (1962). *Vivencia de la culpa y conciencia*. Barcelona, España: Herder.
- Han, B-C. (2012). *La sociedad del cansancio*. Barcelona, España: Herder.
- Hart, J. (2014). Toward an integrative theory of psychological defense. *Perspectives on Psychological Science*, 9 (1), 19-39.
- Heidegger, M. (2006). *Ser y tiempo*. Madrid, España: Trotta.
- Horkheimer, M. (2002). *Crítica de la razón instrumental*. Madrid, España: Trotta.
- Horkheimer, M. y Adorno, T. W. (2009). *Dialéctica de la ilustración. Fragmentos filosóficos*. Madrid, España: Trotta.
- Husserl, E. (1991). *La crisis de las ciencias europeas y la fenomenología trascendental*. Barcelona, España: Crítica.
- Jayyam, O. (2007). *Robaiyyat*. Madrid, España: Hiperión.
- Lipovetsky, G. (2015). *La era del vacío. Ensayos sobre el individualismo contemporáneo*. Barcelona, España: Anagrama.
- Martín Huete, F. (2010). Antropología teológica y teología inductiva en Peter L. Berger. La teologización de la conciencia moderna. *Veritas*, 22, 205-225.
- May, R. (2000). *El dilema del hombre. Respuestas a los problemas del amor y de la angustia*. Barcelona, España: Gedisa.
- Miró, M. T. (2017). Mindfulness y el problema de la integración de las psicoterapias. *Revista de Psicoterapia*, 28 (108), 39-58.
- Montaigne, M. (1984a). *Ensayos Completos I*. Barcelona, España: Orbis.
- Montaigne, M. (1984b). *Ensayos Completos II*. Barcelona, España: Orbis.
- Nietzsche, F. (1988). *La genealogía de la moral*. Madrid, España: Alianza.
- Nietzsche, F. (1990a). *Así habló Zaratustra*. Madrid, España: Alianza.
- Nietzsche, F. (2015). *Crepúsculo de los ídolos*. Madrid, España: Alianza.
- Nietzsche, F. (1990b). *La gaya ciencia*. Madrid, España: Poesía y Prosa Popular.
- Ortega y Gasset, J. (1958). *El tema de nuestro tiempo*. Madrid, España: Revista de Occidente.
- Ortega y Gasset, J. (1966). *¿Qué es filosofía?* Madrid, España: Revista de Occidente.
- Ortega y Gasset, J. (1972). *El hombre y la gente. Tomo I*. Madrid, España: Revista de Occidente.
- Ortega y Gasset, J. (1974). *Unas lecciones de metafísica*. Madrid, España: Revista de Occidente.
- Ortega y Gasset, J. (1977). *Ideas y creencias*. Madrid, España: Revista de Occidente.
- Ortega y Gasset, J. (1980). *Sobre la razón histórica*. Madrid, España: Revista de Occidente/Alianza Editorial.
- Pérez Álvarez, M. (2014). *Las terapias de tercera generación como terapias contextuales*. Madrid, España: Síntesis.
- Pérez Tapias, J. A. (2003). *Internautas y naufragos. La búsqueda del sentido en la cultura digital*. Madrid, España: Trotta.
- Pérez-Álvarez, M. (2012). La psicología positiva: magia simpática. *Papeles del Psicólogo*, 33, 183-201.
- Pérez-Álvarez, M. (2013). La psicología positiva y sus amigos: en evidencia. *Papeles del Psicólogo*, 34, 208-226.
- Rodríguez, R. (2007). Naufragio y inhospitalidad. Un apunte sobre el nivel de radicalidad de Ortega y Heidegger. En J. Lasaga, M. Márquez, J. M. Navarro y J. San Martín (Eds), *Ortega en pasado y en futuro. Medio siglo después* (pp. 135-153). Madrid, España: Biblioteca Nueva.
- Sáez Rueda, L. (2009). *Ser errático. Una ontología crítica de la sociedad*. Madrid, España: Trotta.
- Sáez Rueda, L. (2015). *El ocaso de Occidente*. Barcelona, España: Herder.
- Sáez Rueda, L., Pérez Espigares, P. y Hoyos Sánchez, I. (Eds.). (2011). *Occidente enfermo. Filosofía y Patologías de la Civilización*. Alemania: Grin Verlag.
- Sartre, J-P. (1992). *El existencialismo es un humanismo*. Barcelona, España: Edhasa.
- Sartre, J-P. (1996). *El ser y la Nada. Ensayo de ontología y fenomenología*. Buenos Aires, Argentina: Losada.
- Schutz, A. y Luckmann, T. (2009). *Las estructuras del mundo de la vida*. Buenos Aires, Argentina: Amorrortu.
- Sullivan, D. (2013). From guilt-oriented to uncertainty-oriented culture: Nietzsche and Weber on the history of theodicy. *Journal of Theoretical and Philosophical Psychology*, 33, 107-124.

- Sullivan, D. (2016). *Cultural-existential psychology: the role of culture in suffering and threat*. Nueva York, NY: Cambridge University Press.
- Tolstói, L. (2011). *Confesión*. Barcelona, España: Acanalado.
- Unamuno, M. de (2011). *Mi confesión*. Salamanca-Madrid, España: Sígueme-Universidad Pontificia Comillas.
- Unamuno, M. de. (1976). *Del sentimiento trágico de la vida*. Madrid, España: Espasa-Calpe.
- Weber, M. (1992). *El político y el científico*. Madrid, España: Alianza.
- Weber, M. (2013). *La ética protestante y el espíritu del capitalismo*. Madrid, España: Akal.
- Weber, M. (2014). *Sociología de la religión*. Madrid, España: Akal.
- White, M. (2002). *El enfoque narrativo en la experiencia de los terapeutas*. Barcelona, España: Gedisa.
- White, M. (2016). *Guías para una terapia familiar sistémica*. Barcelona, España: Gedisa.
- White, M. y Epston, D. (1993). *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Barcelona, España: Paidós.
- Wilson, E. O. (2016). *El sentido de la existencia humana*. Barcelona, España: Gedisa.
- Wittgenstein, L. (2007). Conferencia sobre ética. En C. Gómez (Ed.), *Doce textos fundamentales de la Ética del siglo XX* (pp. 112-122). Madrid, España: Alianza.
- Wittgenstein, L. (2012). *Tractatus logico-philosophicus*. Madrid, España: Alianza.
- Yalom, I. D. (1984). *Psicoterapia Existencial*. Barcelona, España: Herder.
- Yalom, I. D. (2000). *Psicoterapia existencial y terapia de grupo*. Barcelona, España: Paidós.
- Yalom, I. D. (2008). *Mirar al sol. La superación del miedo a la muerte*. Buenos Aires, Argentina: Emecé.