



<http://www.fantasymundo.com/galeria/imagenes/fountain/fountain03.jpg>

EL SENTIDO DE LA EXISTENCIA: DOS PERSPECTIVAS

Jairo Cardona.

maestrodelclan@hotmail.com

Generalmente podemos entender el sentido de la existencia de dos maneras, la primera, que es la más común, la explicará Frankl como la forma de afrontar cada situación concreta y que siempre se refiere a factores externos al sujeto (realizar ciertas actividades, hacer felices a otros o servir a Dios). La segunda, por el contrario, se refiere a que es uno mismo quien inventa el sentido de su propia existencia, pero, como dirá Sartre, se trata de una búsqueda constante, y no de un sentido completo o definitivo. Trataremos, entonces, de concluir cuál será el modo más conveniente de comprender el sentido de la existencia, si debemos vivir la vida simplemente sin preguntar por un sentido o debemos buscarlo, aunque dicha búsqueda nunca tenga un fin. **Palabras clave:** situación, resignación, proyecto, libertad, compromiso.

THE MEANING OF LIFE: TWO PERSPECTIVES

Generally we can understand the meaning of life in two ways, the first, that is the most common, will be explain by Frankl as the way to stand to every specific situation and that always refers to factors extern of the subject (doing certain activities, making others happy o serve to God). The second one instead, refers that is yourself who invents the meaning of its own existence, but, as Sartre will say, is about de constant searching, and not about a definitive or complete meaning. We will try therefore to conclude which will be the most convinient method of understandig the meaning of existence, if we should live the life simply without asking for a meaning or if we search for it, even if that search does not have an end. **Keywords:** situation, resingnation, proyect, freedom, compromise

Si en alguna parte escuchamos sobre “El sentido de la vida”, inmediatamente pensamos en una cuestión filosófica o psicológica pero es evidente que se trata de un tema común a toda persona, en tanto que en algún momento de la vida nos hemos preguntado por dicho sentido, es decir, por el objetivo y el significado de la propia existencia. De esta manera, si un niño pequeño le pregunta a su madre *¿mami, uno para qué vive?, la mamá le*

contestaría como la mayoría de nosotros, para estudiar, para trabajar, para tener una familia. Y si el niño la interpelara de nuevo-¿pero, para qué?- y la madre respondería- para vivir hijo, para vivir. Y es desde el sentido común que podemos decir que se trata de una pregunta filosófica en tanto que busca una respuesta coherente a una inquietud existencial que, al parecer, no necesita ni siquiera formularse ya que, en tanto que ya vivimos, no es necesario

responder al ¿por qué? o al ¿para qué?, sino asumirlo como algo obvio: estamos vivos, luego, hay que vivir. Respuestas a qué es el sentido de la vida han surgido muchas pero la mayoría están relacionadas con factores externos al hombre: vivimos gracias al azar evolutivo y sólo somos una escala más en ese proceso; vivimos gracias a la acción de un Dios creador que nos dio la vida y hacia él debemos tender; o vivimos simplemente, como comúnmente se cree, porque hay que vivir, aferrados a una lógica de la vida que no nos permite pensar otra cosa.

Trataremos entonces de exponer dos posiciones frente al sentido de la vida, las cuales nos ayudarán a pensar qué es y cómo descubrirlo. La primera posición, guiada por [Viktor Frankl](#), centrará el sentido en la resignación y en factores externos a la propia persona, es decir, descubrimos el sentido de la vida en la medida en que nos dirigimos completamente a un afuera. Dice que cuando creemos que ya no hay sentido aquello que queda afuera nos llama a vivir, y como parte de ese proceso de aceptación de una realidad concreta, interpreta el pasado como algo que hay que superar, a diferencia de Sartre que comprende la libertad del sujeto y su búsqueda de sentido como un proceso inscrito en una temporalidad continua donde el pasado, su historia, tiene un papel fundamental. De esta manera, la segunda posición, representada por Jean Paul Sartre, piensa dicho sentido como algo que podemos inventar a través de elecciones y acciones concretas, aunque pensando siempre en un devenir del sujeto mismo que lo busca.

En busca de un sentido concreto

El psiquiatra Viktor Emil Frankl publicó *El hombre en busca de sentido* en 1946 después de haber sido prisionero en un campo de concentración nazi; en su libro trata de contar la experiencia que había vivido y el drama que otros habían tenido que pasar a su lado, se trataba de una experiencia límite donde al parecer ya no se puede encontrar motivos para seguir viviendo. Internado en el campo, lo importante no era “aquello que podía esperar de la vida” (un sentido proyectado de la vida), sino más bien, lo que la vida esperaba de él, es decir, seguir viviendo y afrontar las circunstancias; éstas eran lo único real que tenía, y el único sentido que podía encontrar para su vida era buscar la forma de aceptarlas pensando cómo iba a sobrevivir. Para Frankl, es imposible definir el significado

de la vida de manera general, la vida es algo concreto, en la situación concreta de cada persona, única y distinta a la de los demás. De esta manera, aquello que llamamos “el sentido de la vida”, no es posible encontrarlo en teorías sino sólo en la vivencia propia de cada uno. En otras palabras:

Ninguna situación se repite y cada una exige una respuesta distinta; unas veces la situación en que un hombre se encuentra puede exigirle que emprenda algún tipo de acción; otras, puede resultar más ventajoso aprovecharla para meditar y sacar las consecuencias pertinentes. Y, a veces, lo que se exige al hombre puede ser simplemente aceptar su destino y cargar con su cruz. Cada situación se diferencia por su unicidad y en todo momento no hay más que una única respuesta correcta al problema que la situación plantea. (Frankl. 1993:82)

Para Frankl, por ejemplo, si un hombre descubre que está destinado a sufrir (como en el caso de los campos de concentración), debe aceptar dicho sufrimiento, debe reconocer que incluso sufriendo está solo, que nadie puede quitarle el sufrimiento o sufrir por él; lo único que puede hacer es trabajar en la actitud que va a asumir para soportar dicha situación, ya que a veces el único sentido que queda es conservar la vida. Así, lo que Frankl plantea es que debemos dejar de preguntarnos por un sentido de la vida y comenzar a tomar conciencia de que tenemos que vivir y afrontar las situaciones que se nos presentan. Así:

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. Tenemos que dejar de hacernos preguntas sobre el significado de la vida y, en vez de ello, pensar en nosotros como en seres a quienes la vida les inquiriera continua e incesantemente. Nuestra contestación tiene que estar hecha no de palabras ni tampoco de meditación, sino de una conducta y una actuación rectas. En última instancia, vivir significa asumir la responsabilidad de encontrar la respuesta correcta a los problemas que ello plantea y cumplir las tareas que la vida asigna continuamente a cada individuo (Frankl. 1993:81)

Para Frankl, corresponde solamente a cada uno encontrar el sentido de su vida, ya que es la única manera de alcanzar un significado verdadero que satisfaga esa “voluntad de

sentido”, ese deseo por encontrar el sentido. A Frankl le parece que ese sentido que el hombre puede buscar no se refiere a algún tipo de mecanismo de defensa, sino a ideales y principios. El hombre necesita algo o alguien por qué vivir, así, no se trata de tener fe o esperanza en un sentido proyectado a la distancia, sino de una cuestión de hecho.

En cuanto que el verdadero sentido de la vida se trataba de la capacidad para aceptar y afrontar situaciones concretas, Frankl pensaba que los principios morales tenían que ver con la consolidación de un sentido, aunque le pareció más bien, que cualquier connotación moral en muchas ocasiones no sería más que una excusa para ocultar algún trauma del pasado. Los principios morales, entonces, se presentarán como un freno y no como un impulso para encontrar un sentido de la vida, se trata más bien de una voluntad libre la que le ayude a actuar o a no actuar para encontrar el sentido que busca.

Sin embargo, habrá que aclarar que en el hombre no existe un “impulso moral” o un “impulso religioso”, es decir, que el hombre nunca está impulsado por una conducta moral propiamente dicha, sino que en cada caso concreto decide actuar moralmente, pero no actúa de esa manera para cumplir con algún tipo de impulso, si no que “lo hace por amor de una causa con la que se identifica, o por la persona que ama, o por la gloria de Dios” (Frankl. 1993:102). De esta manera, en tanto que el sentido de la vida debe tender hacia lo otro, para Frankl la idea de Sartre de inventar dicho sentido es inaceptable. Para el psiquiatra, no hay manera de que el hombre cree el sentido de su propia existencia, construirse a sí mismo o construir aquello que quiere ser es algo ridículo. Para la logoterapia el sentido no encontramos en ese afuera, ya está dado. En palabras de Frankl:

Por lo que se refiere al argumento de algunos pensadores existencialistas que no ven en los ideales humanos otra cosa que invenciones. Según J.P. Sartre, el hombre se inventa a sí mismo, concibe su propia "esencia", es decir, lo que él es esencialmente, incluso lo que debería o tendría que ser. Pero yo no considero que nosotros inventemos el sentido de nuestra existencia, sino que lo descubrimos. (Frankl. 1993:102).

Como habíamos dicho antes, para Frankl no puede existir un sentido en términos generales, ya que dicho sentido difiere en cada

persona, en cada época y momento. Lo que importa entonces es el significado concreto de la vida de cada individuo en una situación concreta, cada uno tiene una misión en la vida, algo que cumplir, algo que sólo él puede hacer. Así, como lo afirma Frankl, lo que necesita el sujeto no es preguntar por el sentido, sino darse cuenta de que él es el sentido para lo otro (hacer algo, querer a alguien, tener fe en Dios) y debe responder a eso:

Como quiera que toda situación vital representa un reto para el hombre y le plantea un problema que sólo él debe resolver, la cuestión del significado de la vida puede en realidad invertirse. En última instancia, el hombre no debería inquirir cuál es el sentido de la vida, sino comprender que es a él a quien se inquiere. En una palabra, a cada hombre se le pregunta por la vida y únicamente puede responder a la vida respondiendo por su propia vida; sólo siendo responsable puede contestar a la vida. De modo que la logoterapia considera que la esencia íntima de la existencia humana está en su capacidad de ser responsable (Frankl. 1993:110).

De este modo, la capacidad de ser responsable se convertirá en un pilar de la logoterapia, en donde se tendrá como presupuesto, “en primer lugar, que el presente ya es pasado y, en segundo lugar, que se puede modificar y corregir ese pasado: este precepto enfrenta al hombre con la *finitud* de la vida, así como con la *finalidad* de lo que cree de sí mismo y de su vida” (Frankl.1993:111). La idea es que el sujeto se reconozca como responsable ante la sociedad, ante su conciencia o ante Dios, como a cada uno le parezca. Tal responsabilidad también ayuda a comprender al sujeto el sentido potencial de su vida, pero teniendo en cuenta la afirmación reiterada de Frankl: el sentido sólo puede encontrarse afuera como algo que responde a situaciones concretas y no como una inalcanzable realización personal. En otras palabras:

Al declarar que el hombre es una criatura responsable y que debe aprehender el sentido potencial de su vida, quiero subrayar que el verdadero sentido de la vida debe encontrarse en el mundo y no dentro del ser humano o de su propia psique, como si se tratara de un sistema cerrado. Por idéntica razón, la verdadera meta de la existencia humana no puede hallarse en lo que se denomina autorrealización. Esta no

puede ser en sí misma una meta por la simple razón de que cuanto más se esfuerce el hombre por conseguirla más se le escapa, pues sólo en la misma medida en que el hombre se compromete al cumplimiento del sentido de su vida, en esa misma medida se autorrealiza. En otras palabras, la autorrealización no puede alcanzarse cuando se considera un fin en sí misma, sino cuando se la toma como efecto secundario de la propia trascendencia. No debe considerarse el mundo como simple expresión de uno mismo, ni tampoco como mero instrumento, o como medio para conseguir la autorrealización. (Frankl. 1993:112)

Finalmente podemos concluir que la logoterapia de Frankl pretende restaurar la capacidad del individuo para gozar de la vida tal como es, la capacidad de sufrir si fuera necesario, encontrando incluso un sentido a ese sufrimiento. De esta manera, la gente tendría que ser feliz con su vida y la infelicidad se entendería como un síntoma de desajuste: “el sentido de la vida es de tipo incondicional, ya que comprende incluso el sentido del posible sufrimiento” (Frankl. 1993:115). En cierta medida podría considerarse que lo que en el fondo pretende Frankl es invertir el sentido del vacío existencial para pensar, no en lo que falta sino en lo que hay.

Sartre, la existencia como proyecto

Para Sartre, al contrario de Frankl, el sujeto tiene el constante desafío de crear un sentido en tanto que es libre, no es otra cosa que lo que él mismo se hace. Pero “¿qué queremos decir con esto sino que el hombre tiene una dignidad mayor que la piedra o la mesa? Pues queremos decir que el hombre empieza por existir, es decir, que empieza por ser algo que se lanza hacia un porvenir, y que es consciente de proyectarse hacia el porvenir” (Sartre.1984:60). En otras palabras, el hombre no está hecho de forma definitiva como la piedra sino que se construye a sí mismo a través del tiempo. O dicho de otra forma: “el hombre no es nada más que su proyecto, no existe más que en la medida en que se realiza, no es por lo tanto más que el conjunto de sus actos, nada más que su vida” (Sartre. 1984: 78).

Para Sartre, el hombre está condenado a ser libre, ya que no es el fundamento de su

libertad, no puede “no ser libre”; y además él mismo es libertad en tanto que elige. Es libre de elegir entre una y otra opción, aunque se angustia por la responsabilidad que conlleva dicha libertad, se angustia porque nada ni nadie lo respalda en su elección y porque, una vez elegida una opción determinada, no sabe a ciencia cierta si eligió correctamente. Sin embargo, cabe aclarar que la libertad que Sartre nos plantea no es una libertad absoluta sino una libertad condicionada por ciertos factores que son inmodificables en nosotros (haber nacido, tener un sexo, una nacionalidad, una familia específica, tener que morir algún día). La libertad que Sartre plantea consiste en elegir a partir de lo que ya soy, entre una opción y otra. En este sentido, podemos decir que en Sartre la libertad no puede entenderse como comúnmente lo hacemos, es decir, como la posibilidad de escapar de algo o hacer lo que nos dé la gana. Se trata más bien de la capacidad del sujeto para escoger entre varias opciones, claro está, siempre dentro de su proyecto existencial. La idea es que el sujeto pueda elegir libremente por sí mismo, sin importar el resultado.

Es de esta manera que el sujeto construye el sentido de su propia existencia, ya que cuando elige, se elige a sí mismo, es decir, se construye a sí mismo a través de las elecciones que toma. Dichas elecciones lo llevarán a formarse como un ser finito, delimitado y moldeado sólo por él mismo, pues la responsabilidad de su elección le pertenece exclusivamente a él. Así, para Sartre: “Ser finito, en efecto, es elegirse, es decir, hacerse anunciar lo que se es proyectándose hacia un posible con exclusión de otros” (Sartre.1993:569) (soy yo mismo como elección) o en otras palabras: “la finitud es una estructura ontológica del para-sí que determina a la libertad y no existe sino en y por el libre proyecto del fin que me anuncia mi ser” (Sartre.1993:568). Pero es en ese preciso momento en el que elijo donde tomo una conciencia clara de dicha elección y a la vez conciencia (de) mí mismo. En este sentido, al decir: “cuando elijo, me elijo a mí mismo”, estamos afirmando simplemente que elección y conciencia son la misma cosa, ya que necesitamos ser conscientes para elegir y necesitamos elegir para ser conscientes.

Para Sartre, existe en nosotros una intención que nos ayuda a elegir una opción y descartar otras, esa opción limitada nos hace pensar que siempre tenemos una libertad

condicionada o restringida en la elección. La intención, entonces, se presentará como la posibilidad de ejercer la libertad de elección por lo menos dentro del conjunto de opciones limitadas. Dicha limitación en el enfoque de la elección la explicará Sartre a través del concepto de "irreversibilidad", por el cual la elección que tomo se temporaliza por medio de las opciones que tengo enfrente, ya que estas son temporales y no se volverán a repetir las circunstancias: así, si me encuentro en un cruce de caminos y elijo el camino A, descartando el camino B, después no podré regresar al cruce para escoger el camino B; ya que la ocasión o ese primer momento en que tenía que elegirlo ya pasó, si lo recorro forzosamente ya no encontraré las personas, oportunidades o situaciones que pude haber encontrado en un primer momento. Así, mi proyecto de vida irá tomando a lo largo del tiempo ciertos caminos concretos y descartando otros, que aunque sé que existen, no puedo ya regresar para recorrerlos, la oportunidad ya se ha ido.

Si hablamos de la búsqueda del sentido de la vida, podemos decir que es en el preciso momento en que elijo cuando adquiero el compromiso de mantenerme en la opción elegida; se trata de una elección que se va actualizando constantemente y que implica pequeñas acciones que irán perfilando el camino hacia aquello que he elegido. Es decir, si quiero proyectarme allende una manera posible deseada, debo comenzar a construir un futuro de mí mismo con pequeños esfuerzos, incluso tratando de vivir ese ser proyectado que soy desde ahora por medio de la elección. En palabras de Sartre: "elegir es hacer que surja, junto con mi compromiso, cierta extensión finita de duración concreta y continua, que es precisamente la que me separa de la realización de mis posibles originales. Así, libertad, elección, nihilización, temporalización son una y la misma cosa" (Sartre.1993:491).

Podemos decir que en Sartre, el sentido de la vida tiene que ver con una captación del mundo desde una perspectiva propia y particular; no podría ser explicado sino entendido a partir del proyecto del sujeto como totalidad. Por lo tanto, adoptar cualquier sentido impulsado por otros o por factores externos a mí, como lo plantea Frankl; implicaría modificar la elección que he tomado de mí mismo en tanto proyecto. Me capto entonces como injustificable, estando

obligado a significar la realidad, a ponerme mis propios límites al determinar mi manera de ser.

A pesar de las diferencias que encontramos entre Sartre y Frankl, podemos decir que el punto de encuentro es que la vivencia de la situación personal es intransferible. Para Sartre, en consonancia con Frankl, "la situación de cada sujeto se presenta como única, sin posibilidad de ser comparada con la de otro, cada persona no realiza más que una situación: la suya"(Sartre. 1993:573). Tal situación no puede ser explicada, sino únicamente vivida, ya que sólo cada sujeto puede entender su situación, es conciencia de su situación. De esta manera, el sentido de la vida, en Sartre, se convierte en una opción concreta de apropiación de la situación particular del sujeto, ya que no es posible que otros se apropien de su responsabilidad con la vida. Aunque lo que aquí se entiende como "responsabilidad" difiere del concepto de Frankl, más centrado en la resignación y la aceptación de la realidad concreta; para Sartre, tal como le recrimina Frankl, se trata de inventar el sentido, partiendo de una realidad dada en su pasado, de una acción presente que le ayuda a reinterpretar dicho pasado, y de un futuro personal hacia el cual se proyecta el sujeto. Pero hay que aclarar que ese pasado no es algo que hay que eliminar u olvidar, al contrario, es la base para formarme, para hacerme alguien mejor, es parte de mí mismo, ese pasado soy yo. De esta manera, como ya se dijo, el hombre es un proyecto que se temporaliza en un movimiento presente-pasado-futuro y por eso resignarse no es una opción. Para Sartre el hombre es libre, es libertad- el prisionero del campo es libre de aceptar su condición de prisionero o de morir tratando de escapar, en cualquier caso, no puede dejar de ser libre, nada puede robar al hombre su libertad, nada lo determina.

Cuando el sujeto comprende que el sentido de la vida se encuentra en la búsqueda del sentido, en descubrir constantemente lo que quiere y lo que desea ser, aunque esto implique no siempre ser feliz (ya que un requisito del existencialismo es vivir una vida reflexionada), vivir en la incertidumbre a veces y no poseer un sentido definitivo sino transitorio (pero que responde a situaciones concretas), como lo afirma Frankl; el sujeto se funda en el modo de la elección. Su objetivo concreto sería definir su propio ser, delimitarlo, direccionarlo, y apropiarse de su libertad en la elección. Es por

esto que Sartre afirma que en el sujeto, la existencia precede a la esencia, pero “¿Qué significa aquí que la existencia precede a la esencia? Significa que el hombre empieza por existir, se encuentra, surge en el mundo, y que después se define” (Sartre.1984:60).

Finalmente, podemos decir que, para Sartre al igual que para Frankl, también existe un tipo de compromiso, pero no consigo mismo, sino de un tipo desinteresado, es decir, aunque cree que el hombre no se determina por algo exterior a él como son los principios morales, no olvida la comunidad humana a la que pertenece, y con sus acciones y elecciones propone un modelo de vida auténtico para todos (inventa valores), una forma de proceder buena y racionalmente elegida. O dicho de otra manera, el sentido de la vida no lo encuentro en el vacío sino en medio de una comunidad en la que existo.

Conclusión

Si volvemos entonces a preguntarnos ¿cuál será el modo más conveniente de comprender el sentido de la existencia? Podemos decir que, aunque la primera alternativa, representada por Frankl, nos muestra un sentido que depende de factores exteriores al sujeto, éste puede ayudarnos a responder a situaciones límite, y que por eso tiene un gran valor en el campo terapéutico; su posición se centra exclusivamente en responder a tales situaciones, en que las personas acepten y superen sus problemas al darse cuenta de que, aunque el sentido de la vida parece perdido, todavía quedan cosas por qué vivir. Sin embargo, la alternativa que nos presenta Sartre de inventar el sentido de nuestra propia existencia es más adecuada a la vida cotidiana en la que somos conscientes de que nos hacemos a nosotros mismos en la medida que existimos y que el sentido no depende de un afuera. Somos un proyecto: llegamos a la vida sin un sentido, sin un significado, no somos algo terminado sino que nos hacemos en la medida que elegimos, y en ese camino nos damos cuenta de que **el sentido es la búsqueda del sentido.**

Para seguir leyendo sobre el tema:

<http://www.temas.cult.cu/revistas/43/090-098georgina.pdf><http://www.fgbueno.es/med/dig/gb96s v6.pdf>

<http://www.redalyc.org/pdf/279/27921998008.pdf><http://www.monicacavalle.com/wp-content/subidas/2013/01/El-sentido-de-la-vida-humana.pdf>

Bibliografía

- Frankl, Viktor E. 1993. *El hombre en busca de sentido*. Barcelona: Herder.
Régis, Jolivet. 1953. *Las doctrinas existencialistas*. Madrid: Gredos.
Sartre, Jean Paul. 1993. *El ser y la nada*. Barcelona: Altaya.
Sartre, Jean Paul. 1984. *El existencialismo es un humanismo*. Barcelona: Orbis.

Jairo Alberto Cardona Reyes: Profesional en filosofía, docente investigador de la universidad del Quindío - Colombia. Algunas publicaciones: *De la futurofobia a la angustia existencial; El suicidio como recuperación de la subjetividad; Cioran, el suicidio como proyecto de vida; Necesidad de reconocimiento de un género intermedio; ¿Por qué la gente se suicida? La otra versión; El suicidio como derecho humano; Cánones de belleza: la alienación femenina.*



Recibido 14/10/2015. Aprobado 20/10/2015.