

**UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE
MOGROVEJO
ESCUELA DE POSTGRADO**



**EDUCACIÓN DEL SENTIDO DEL HUMOR EN EL ÁMBITO
FAMILIAR, A LA LUZ DEL PENSAMIENTO DE VIKTOR
FRANKL, CON ORIENTACIÓN PERSONALISTA**

Autores:

**CORONEL PÉREZ BLANCA FLOR
MEDINA PÉREZ ESTANISLAO**

**TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE
MAESTRO EN PERSONA, MATRIMONIO Y FAMILIA**

**Chiclayo, Perú
2018**

**EDUCACIÓN DEL SENTIDO DEL HUMOR EN EL ÁMBITO
FAMILIAR, A LA LUZ DEL PENSAMIENTO DE VIKTOR
FRANKL, CON ORIENTACIÓN PERSONALISTA**

POR

**CORONEL PÉREZ BLANCA FLOR
MEDINA PÉREZ ESTANISLAO**

Tesis presentada a la Escuela de Postgrado de la Universidad
Católica Santo Toribio de Mogrovejo, para optar el Grado
Académico de **MAESTRO EN PERSONA, MATRIMONIO Y
FAMILIA**

APROBADO POR

Mtro. Jorge Fupuy Chung
Presidente de Jurado

Mtra. Dolores Risco Velez
Secretaria de Jurado

Mtra. Elena Zapata Fernández
Vocal - Asesor de Jurado

CHICLAYO, 2018

DEDICATORIA

in memoriam

† Leopoldo Medina Fernández

† Dominga Pérez Fernández

† Juan de la Cruz Coronel Fernández

† Lucila Pérez Vargaz

gratiarum actione

a la Dra. Mirtha Flor Cervera Vallejos

Directora de post grado de la USAT,

por su guía en el desarrollo de la tesis.

AGRADECIMIENTO

Con afecto filial
a Mons. Jesús Moliné Labarta

ÍNDICE

Resumen / abstract	7
Introducción	9
CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL	15
1.1: Antecedentes	15
1.2: Bases teórico - conceptual	19
1.2.1: Bases Teóricas	19
1.2.1.A: Teorías sobre el sentido del humor	19
1.2.1.B: Teorías sobre la familia como educadora	24
1.2.2: Bases Conceptuales	31
1.2.2.A: Sentido del humor	31
1.2.2.B: Logoterapia	31
1.2.2.C: Familia como educadora	32
CAPÍTULO II: MARCO METODOLÓGICO	33
2.1: Tipo de Investigación y abordaje metodológico	33
2.2: Instrumentos de Recolección de Datos	35
2.3: Procedimiento	38
2.4: Análisis de Datos	39
2.5: Criterios Éticos	39
2.6: Criterios de Rigor Científico	40
CAPÍTULO III: ANÁLISIS Y DISCUSIÓN	41
3.I: LOGOTERAPIA (FUNDAMENTACIÓN ANTROPOLÓGICA)	41
3.I.1: Frankl, antecedentes y concomitantes de la Logoterapia	42
.- Algunos elementos biográficos	42
.- Antecedentes y concomitantes	45
3.I.2: Hacia el concepto de persona	50
3.I.3: El encaje de la Logoterapia en la persona	54
3.II: SENTIDO DEL HUMOR (EN LA OBRA Y PENSAMIENTO DE FRANKL)	57
3.II.1: Desambiguación del sentido del humor	57
3.II.2: Antecedentes de la acepción de sentido del humor usada por Frankl	64

3.II.3: El humor en Frankl	72
3.III: EDUCACIÓN DEL SENTIDO DEL HUMOR (EN LA VIDA CORRIENTE DE LA FAMILIA)	83
3.III.1: Viabilidad del sentido del humor en el ámbito familiar: de la clínica al hogar	83
3.III.2: La familia, educación y búsqueda de sentido, en la sociedad actual	96
3.III.3: Educar para la vida en el sentido del humor, para tener familias con vida	106
Consideraciones finales	118
Referencias bibliográficas	123

RESUMEN

Habiendo revisado primero el sistema denominado: Logoterapia y Análisis Existencial, a partir de la concepción integral del hombre de Viktor Frankl, optamos por estudiar a profundidad el humor como la capacidad específicamente humana de autodistanciamiento, para proponer la viabilidad de la propuesta frankliana en la educación personal y familiar en la vida ordinaria. Para ello, se realizó este estudio con el objetivo de describir y comprender la educación del sentido del humor en el ámbito familiar a la luz del pensamiento de Viktor Frankl, con orientación personalista. La investigación fue de tipo cualitativa descriptiva, documental porque solo pretende investigar los fundamentos teóricos en torno al objeto de la investigación. Se concluye que solo quien es capaz de vivir por, con, y para el amor; es capaz de vivir con humor la propia vida y ayudar a los demás a que la vivan bien. Y esto es así porque en el entorno familiar, una buena dosis de amor puede facilitar mucho la convivencia.

Palabras Clave: Logoterapia, Análisis Existencial, persona, humor, educación, vida ordinaria.

ABSTRACT

Having first reviewed the system called: Logotherapy and Existential Analysis, from the integral conception of the man of Viktor Frankl, we chose to study in depth the humor as the specifically human capacity of self-distance, to propose the viability of the frankiana proposal in education personal and family in ordinary life. To this end, this study was conducted with the aim of describing and understanding the education of the sense of humor in the family environment in the light of Viktor Frankl's thinking, with a personalist orientation. The research was qualitative descriptive, documentary because it only seeks to investigate the theoretical foundations around the object of research. It is concluded that only who is able to live by, with, and for love; is able to live life with humor and help others to live well. And this is so because in the family environment, a good dose of love can greatly facilitate coexistence.

Keywords: Logotherapy, Existential Analysis, person, humor, education, ordinary life.

INTRODUCCIÓN

Es un honor para nosotros haber tenido la oportunidad de profundizar en la persona y el pensamiento de Víctor E. Frankl. Es un personaje que ha recorrido su existencia dotándola de sentido, aún en las situaciones límite de la vida. Es, desde el primer momento, en el transcurso del trabajo y hasta el final del mismo, nuestro autor principal. Una lumbrera que ha orientado todo el desarrollo de esta tarea de investigación.

Hay que admitir desde el inicio que la Logoterapia desarrollada por él, ha arrojado un sinnúmero de luces en lo referente a la solución de conflictos físicos-psíquicos-espirituales que aquejan a multitud de personas en la actualidad. No toca a nosotros justificar la honra, celebridad y pericia científica de Frankl. Es un autor que se defiende por sí solo. Una innumerable serie de casos resueltos –junto a los estudios que se hacen en torno a su persona y obra– confirman la eficacia y vigencia actual de la Logoterapia como alternativa útil para la mejoría de muchos hombres y mujeres a nivel mundial, que padecían alguna patología de tipo psiquiátrica por ejemplo.

El trabajo realizado por V. Frankl, claramente está aplicado a la relación médico - paciente¹. Sus libros, sus conferencias, muchas de sus experiencias están orientadas hacia el campo clínico. Desde este ámbito clínico nuestro autor plantea una serie de propuestas para resolver un cúmulo de patologías psiquiátricas. Una de estas propuestas es el uso de la intención paradójica, técnica que sustenta científicamente que, mientras más pretendamos desear

¹ Fuera de nuestra propuesta, puede ser útil, aunque se aleje del tema que proponemos, la lectura de GÓMEZ E. R., *El médico como persona en la relación médico-paciente*, fundamentos, Madrid 2003. Otra lectura un poco más pertinente, si bien también técnica, es VIDAL Y BENITO M., *La Relación Médico Paciente. Bases para una comunicación a medida*, Lugar Editorial, Buenos Aires 2010.

actuar de acuerdo con aquello que precisamente tratamos de ahuyentar, más rápidamente nos veremos liberados de aquello que nos aqueja.

Dentro de esta técnica propuesta por la Logoterapia, se inserta el uso del sentido del humor (que será parte central de nuestro objeto de estudio) como herramienta que nos hace capaces de distanciarnos de nosotros mismos y poder descubrir el lado “cómico” –por decirlo de alguna manera– de cada situación.

Por otro lado, nuestra temática dista mucho de ser una propuesta clínica. Ni siquiera se nos ha ocurrido presentarla como tal, ya que caería en el ridículo. En cambio, sí aspira, con la modestia propia que debería tener todo lo humano, ser una respuesta al hombre de la calle de que el sentido de humor es una alternativa válida y eficaz para hacer más grata la existencia personal y la de los demás dentro del seno familiar. Si se habla de familia ya se incluye por eso el fuerte cariz personalista.

De lo dicho se deduce que nuestro objetivo formulado fue **describir y comprender la educación del sentido del humor en el ámbito familiar a la luz del pensamiento de Viktor Frankl, con orientación personalista**

La investigación resultó importante al no encontrar antecedentes locales y regionales, además, la idoneidad del sentido del humor en la vida ordinaria familiar contribuye a restablecer la paz y armonía de cada miembro y se solidifique la unidad de toda la familia. Así, ponderar una reflexión acerca del sentido del humor y su importancia en la vida familiar, realizada en clave personalista, tratará de introducir al lector en una lectura de su propia vida, experimentándola no como un hecho materialmente aislado y objetivado, sino relacionado con las demás historias personales de los hombres y mujeres que conforman la vida familiar.

Para llevar a cabo nuestra investigación, hemos sido conscientes de que el papel de la familia en la sociedad contemporánea, resulta de vital importancia. Siendo la familia la célula fundamental de toda sociedad humana, era necesario reflexionar someramente acerca de su situación actual y ahondar en la

propuesta de que el sentido del humor posee una dimensión terapéutica soberana capaz de ayudar a mejorar las relaciones interpersonales.

Lo que pretendemos demostrar, por tanto, con estas líneas de investigación, es que la técnica del buen sentido del humor propuesta por Frankl en el ambiente clínico, es “perfectamente” realizable en el ámbito familiar. Obviamente se requiere una dosis de discreción y discernimiento de modo que no se vicie el objetivo. Se puede afirmar, por tanto, la viabilidad en el ámbito familiar de este elemento sobre el que nuestro autor, de modo recurrente, se ha detenido.

Lejos de nuestro propósito limitarnos a conceder frases gratuitas. Se busca –en la medida de lo posible y con los límites propios de un trabajo de esta índole– dar razones de nuestras aserciones. De ahí que gran parte de nuestro esfuerzo se dirija a la verificación de que el sentido del humor es una proposición existencial válida, para la vida de los miembros de la familia.

Por su parte, hemos querido dar una revaloración de lo que significa el sentido del humor en la vida de las personas. Lamentablemente el sentido del humor, ha aparecido muchas veces para el lector de a pie, como un hecho que tiene que ver exclusivamente con la comicidad y que está estrechamente ligado a la carcajada y la risa. No se equivocan, en parte, nuestros interlocutores; pero la concepción de sentido del humor que poseen resulta un tanto parcial a la hora de valorar holísticamente su importancia en la vida de la familia. En este sentido, queremos actualizar el contenido del sentido del humor en el ámbito familiar.

La visión que Frankl posee del sentido del humor como poderosa herramienta de desarme y de auto-distanciamiento de uno mismo, de situaciones engorrosas, nos ayudará a lograr nuestro cometido intelectual.

Esta actividad realizada fue una tarea que goza de cierta originalidad. Con anterioridad se ha llevado a cabo trabajos de investigación que estaban estrechamente ligados con nuestro tema. Mas según lo abordado en estas líneas,

no ha habido ninguna propuesta que se identifique plenamente con el desarrollo y el quicio de lo más específico de nuestras formulaciones.

Por su parte, la clave personalista en la que está cimentado nuestro discurso, hoy por hoy, no es accesoria, sino esencial, puesto que un discurso sano acerca del propio hombre (y de “lo propio” del hombre) asegura su verdadero crecimiento en aras de la consecución de su bien más adecuado.

Para quien quiera acceder a nuestra investigación, rápidamente se dará cuenta que nuestro trabajo está dividido en tres capítulos. Todos ellos orientados a la clarificación de nuestro objeto de estudio, de modo que es natural pasar gradualmente de lo general a lo particular, de lo propedéutico² de método al análisis “paidético” del objeto formal del estudio.

Encabezan nuestro trabajo dos secciones, los capítulos I y II, dedicadas a conceder un primer alcance de las claves de lectura, una primera aproximación a la semántica (no definitiva) de nuestro tema. Se trata de los marcos teórico, conceptual y metodológico necesarios en el proceso. Se hace referencia a los conceptos elementales y a un planteamiento inicial que encausa sin encorsetar nuestro discurso. Como se verá en la misma lectura, es solo el punto de partida del que progresivamente nos iremos distanciando para entrar en lo más propio de la cuestión. Esta recolección de datos iniciales abre nuestra tesis hacia el análisis y la discusión descrita en el capítulo III del progresivo tratamiento centrípeto de la esencia del humor en Frankl y la posibilidad de su educación en el seno de la familia.

Una vez en el capítulo III se estudia someramente en un primer apartado (3.I) la Logoterapia y las posibles raíces del pensamiento de Frankl, interesa aclarar cuáles son sus antecedentes y dependencias existenciales e intelectuales en la elaboración de sus conceptos más importantes, especialmente en lo que respecta al de persona. Como se verá, éste paso es importante por ser la base constante de las líneas siguientes. En efecto, se pretende estudiar el humor en

² Propedéutico viene del griego πρό, antes, y παιδευτικός, referente a la enseñanza.

clave personalista, por lo que el apartado se dedica a ver la fundamentación antropológica de la logoterapia y del pensamiento de Frankl.

Acto seguido, el segundo apartado (3.II), está enteramente dedicado al esfuerzo de definición conceptual, interesa precisar la noción principal de nuestro objeto de estudio. La conciencia de la ambigüedad semántica del término humor aconseja el espacio dedicado a su aclaración. Pasando por los sentidos más relevantes que pueda tener el término y, por los antecedentes de las mismas en los escritos de Frankl, se pretende decir qué entiende nuestro autor cuando usa este concepto.

Si hemos logrado el objetivo de los capítulos anteriores, entonces, queda expedito el camino para consagrarnos de lleno al meollo de nuestro trabajo en el tercer apartado (3.III): la educación del sentido del humor en la vida corriente de la familia. Empezamos con una translocación, un intento de pasar de la clínica al hogar, es decir, ver si es viable el uso del humor tal como lo entiende Frankl en el ámbito familiar. Antes de llegar al momento decisivo se hizo necesario contextualizar la familia, de modo que nos permita ofrecer una propuesta de trabajo, una oferta de acción: educar para la vida en el sentido del humor, para tener familias con vida. Pretendemos que ésta sea la parte más original de nuestro trabajo.

En cuanto a los instrumentos empleados para la realización de nuestra investigación, debemos decir que hemos tratado de utilizar la mayor parte de la producción literaria de V. Frankl que se encuentra traducida en versiones castellanas. Además, de las fuentes frankleanas consultadas, hemos acudido a diversos autores que han desarrollado su pensamiento en la línea de la Logoterapia propuesta por V. Frankl. En efecto, los estudios realizados por los discípulos más fieles de nuestro autor han resultado ser una guía sólida para el desarrollo de la tesis que proponemos. Han sido especialmente lúcidas y de amable lectura, por ejemplo, las observaciones de la doctora E. Lukas.

No debemos olvidar que para la entera realización de esta propuesta, no solo el aspecto teórico ha sido de gran utilidad. La experiencia vivida a lo largo

de muchos años como matrimonio y como miembros de una familia, ha sido capaz de enriquecer nuestros contenidos. En ocasiones tampoco ha sido fácil evitar el “juicio” retrospectivo (casi como una constante tentación), el auto-distanciamiento de nosotros mismos no es algo natural. En otras palabras, sin pretenderlo, hemos terminado en los momentos clave del desarrollo, haciendo verdaderas sesiones de logoterapia con nosotros mismos que, en no raras ocasiones, desembocaban en peticiones de perdón, de acción de gracias, de risas y algún llanto.

La motivación originaria de nuestra investigación ha sido la inquietante pregunta: ¿se puede mejorar nuestra familia? ¿Cómo lograrlo? Este rasgo de inacabada perfección personal y familiar, de hacer camino mientras se transita por la vida, de otear a la vida y divisar con acertada intuición que se debe ser mejor, ha sido el constante acicate para llevar a cabo este proyecto.

CAPÍTULO I

MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

Se concede ahora, al inicio de nuestra exposición, como una representación general de la información que se ha manejado en el proceso de investigación. Ha consistido en el *imput* inicial a la hora de abordar el sentido del humor tal como lo sugiere nuestro objeto de estudio. El logro efectivo de los objetivos que nos proponemos depende del manejo ordenado de ciertos conceptos básicos tanto en el plano conceptual como metodológico. Ahí radica la importancia de este apartado.

1.1: Antecedentes

No se encontraron antecedentes relacionados con el objeto de estudio, pero si se hallaron investigaciones relacionadas con este:

Bravo H., en su tesis: “El Humor un sentimiento. Su importancia en la educación”³ señala que el humor ha sido el objeto de sesudos análisis desde la antigüedad. Filósofos y científicos de la talla de Aristóteles, Platón, Hobbes, Kant, Freud, Spencer o Darwin quienes se interesaron por este fenómeno tan curioso de la naturaleza humana. Sin embargo, ha sido sólo en los últimos 30 años que el estudio científico del humor se ha abordado de manera consistente. Numerosos campos de las ciencias humanas y sociales han estudiado el fenómeno, entre ellos la psicología, la antropología, la sociología, la medicina, la pedagogía, la lingüística, la literatura, la filosofía, la teología, la ciencia

³ BRAVO WOHLK, H., *El Humor un sentimiento: su importancia en la educación*. Universidad de Valladolid, Valladolid 2010.

política y las ciencias empresariales. Referido sustento de estas disciplinas citado por Artelejo F.⁴ permitió convertir el sentido del humor en una herramienta didáctica de gran valía para el desarrollo intercultural de los estudiantes, ya que las respuestas relacionadas con la educación, se encuentran en la educación sentimental o educación positiva, planteada desde el ámbito humorístico.

Pirowicz, Denise: “El humor en los procesos de enseñanza aprendizaje”⁵. Se trata de una tesis que se propone investigar si la utilización del humor por parte de quien enseña favorece el proceso de enseñanza-aprendizaje. Los resultados indican que esas investigaciones están basadas, en su mayoría, en una perspectiva empirista y proponen una didáctica pragmática. Tales investigaciones atribuyen de modo genérico una influencia positiva a la utilización adecuada del humor en los procesos de enseñanza–aprendizaje, por cuanto modifican aspectos interpersonales e intrapersonales como los afectivos, sociales y cognitivos. Sin embargo, en la tesis se concluye que la inclusión del humor en al aula requiere de nuevas investigaciones que utilicen perspectivas teóricas más actuales. Se posibilitaría así otro tipo de análisis más preciso acerca de cuáles son realmente los aspectos contextuales de la escena áulica que se verían afectados al usar el humor en el proceso de enseñanza - aprendizaje como una herramienta útil para favorecer, por ejemplo, el cambio conceptual.

La investigación de López L; Sevilla A y Ruiz C. “¿Por qué la creatividad y el sentido del humor en la educación?”⁶, tuvo como objetivo analizar el por qué es necesario introducir el pensamiento creativo y el sentido del humor en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Según los expertos, gracias al buen humor, las personas nos hacemos más tolerantes, somos capaces de enfrentarnos mejor

⁴ Citado en TORRES, H., *Características personales del sentido del humor en áreas laborales*, Telos, vol. 8, núm. 1, enero-abril, Maracaibo 2006, pp. 122-128.

⁵ PIROWICZ, D., *El humor en los procesos de enseñanza aprendizaje*. Tesis de Maestría. FLACSO. Sede Académica Argentina, Buenos Aires 2011.

⁶ LÓPEZ L; SEVILLA A Y RUIZ C., ¿Por qué la creatividad y el sentido del humor en la educación?, en *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, vol. 2, núm. 1, Badajoz 2009, pp. 281-289.

con las dificultades y logramos mantenernos más saludables tanto física como mentalmente. Esto no es tan fácil de cumplir, especialmente para aquellas personas, que se levantan cada día malhumoradas, sin embargo, algunos estudiosos afirman que el buen humor se puede aprender al igual que la lectura o la escritura. El sentido del humor y la risa son tan naturales en los seres humanos como la creatividad. A través del sentido del humor se puede manifestar la creatividad al aprovechar las situaciones que ocurren a nuestro alrededor, o a nosotros mismos, y encontrarles el lado cómico desarrollando bromas o chistes que estimulen a los que nos rodean a disfrutar de una buena carcajada.

Sánchez, M en la tesis: “Las fortalezas personales en la Educación Familiar: Programa de entrenamiento del humor y el optimismo para padres con hijos/as de 2 a 4 años de edad”⁷, arroja las siguientes conclusiones: Se ha comprobado que la intervención realizada sobre las fortalezas optimismo y humor aun no produciendo cambios significativos sobre ellas, si ha generado un efecto positivo que se traduce en un mayor grado de satisfacción vital.

En lo que se refiere al humor, las diferencias en la actitud-humor indicarían que el humor comienza a ser considerado por las madres como un recurso educativo a utilizar.

Respecto a la habilidad-humor la capacidad para crear humor y disfrutarlo de las madres participantes en la intervención parece estar relacionadas con la metodología lúdica de la intervención.

Tras la intervención se han producido cambios en todas las fortalezas, en algunas de ellas las diferencias han sido significativas como son la creatividad y la vitalidad, las cuales, se pueden suponer como posibles fortalezas familiares donde el desarrollo del potencial creativo de los padres/madres es fundamental.

⁷ SÁNCHEZ C., M., *Las Fortalezas Personales en la Educación Familiar: Programa de entrenamiento del humor y el optimismo para padres con hijos /as de 2 a 4 años de edad*, Servicio de Publicaciones y Divulgación Científica, Málaga 2016.

Las diferencias significativas en las fortalezas de apreciación de la belleza y la gratitud son consideradas en principio como resultado de la reflexión sobre las cosas positivas que les suceden en y con su familia.

Las fortalezas trascendentales de espiritualidad y esperanza/optimismo son incluidas entre las fortalezas de las familias fuertes.

Pasato J, en su tesis en la maestría intervención y educación inicial. La pedagogía del humor para el desarrollo emocional en niños y niñas del centro educativo Carlos Zambrano Orejuela, señala como conclusiones que la pedagogía del Humor es una maravillosa experiencia, para lograr la relajación, desarrollar nuestra capacidad de sentir, amar y crear, mejorando su autoestima, espontaneidad, seguridad y confianza en sí mismo.

Zicavo N, y César V, en su estudio Incidencia del ajuste diádico y sentido del humor en la satisfacción marital⁸ Refiere que la importancia de estudiar la satisfacción marital, radica en el hecho de buscar una explicación de por qué las parejas llegan a sentirse satisfechas en su relación. De ahí que nuestro objetivo fue estudiar la incidencia del sentido del humor y el ajuste didáctico en la satisfacción marital de parejas casadas (muestra 170 personas) de la Ciudad de Concepción, Chile, a través de un estudio explicativo, con un diseño no experimental de tipo transversal, causal, prospectivo. Dicho estudio se implementó a través de la escala de satisfacción Marital, Ajuste Diádico, permiten construir sistemas maritales satisfactorios que fortalecen la dinámica conyugal de las parejas estudiadas.

⁸ ZICAVO, N. Y VERA, C., *Incidencia del ajuste diádico y sentido del humor en la satisfacción marital*, en Rev. Psicol. Trujillo (Perú). Año 13, vol. 1, 2011, pp. 74-89.

1.2: Bases teórico conceptual

Tratamos en dos grupos las bases sobre las que inicialmente se empieza a trabajar. Conforme se avanza en la lectura de la tesis se puede observar un progresivo distanciamiento de las diversas teorías que ahora se enuncian.

1.2.1: Bases Teóricas

Nuestras bases teóricas giran en torno a dos grandes grupos de teorías que encuadran nuestro estudio. Dividen en dos partes también el objeto material del trabajo.

1.2.1. A: Teorías sobre el sentido del humor

a.- Teorías clásicas

Pueden enumerarse elencos de teorías que tienen criterios diversos. Para nuestro propósito basta con proponer un ejemplo. Según Carrero Dios las teorías más importantes que explican el sentido del humor son:

Teorías de la superioridad

Teorías de la incongruencia

Teorías del alivio/descarga frente a reserva/control

b.- Teorías modernas sobre el sentido del humor

En su investigación Javier Martín⁹ presenta una relación de teorías sobre el humor, que se citan a continuación:

⁹ MARTÍN CAMACHO, J., *El humor y la dimensión creativa en la psicoterapia*. Revista Psicodebate 6. Psicología, Cultura y Sociedad. <http://www.palermo.edu/cienciassociales/publicaciones/pdf/Psico6/6Psico%2004.pdf>.

1: *Teoría de la incoherencia o incongruencia*: Plantea que lo que genera risa son las incoherencias que surgen al confundir niveles lógicos o al darse una expectativa frustrada¹⁰. El grado del humor dependerá de dos cosas, aspectos o situaciones que entran en cierta contradicción o están apoyadas por ideas bastante diferentes, por ejemplo en aquellas situaciones que se está esperando algo y surge otra cosa completamente diferente. Esta teoría fue planteada más cabalmente por Schopenhauer¹¹ y en la actualidad está sostenida por autores como Goldstein y McGhee¹² que plantean que el humor trae con su sorpresa, alegría y placer a las personas.

2: *Teoría de la jerarquía*: Plantea que existe una jerarquía entre las personas que están en situaciones humorísticas, identifican a las payasadas con una especie de competición entre dos personas (Burma, 1946; Fry, 1968; Dupont & Prentice, 1988).

3: *Teoría correctiva del humor*: Plantea que cuando nos reímos de alguien o algo mantenemos a esa persona dentro de lo esperado socialmente, es una forma de regulador social, fue planteada originalmente por Bergson¹³. Algunos autores (como Goldstein & McGhee) consideraron al humor como una forma de controlar a las personas insociables, Scherman señaló la relación que existe entre el sentido del humor y la distancia social, Buckman y Ziv plantean al humor como una función interpersonal que facilita la cohesión social.

4: *Teoría de la creatividad y expresión del ingenio*: Algunos autores actualmente entienden al humor como una manifestación de inteligencia e ingenio, entendiendo a muchos chistes como un dilema en donde la solución está dada por la resolución o el remate final (Koestler). El humor causa una interrupción en el flujo del pensamiento siguiendo reglas fuera de la lógica habitual¹⁴.

¹⁰ KANT, E., *Crítica del Juicio*, Königsberg, 1790.

¹¹ SHOPENHAUER, A., *El mundo como voluntad y representación*, 1819.

¹² GOLDSTEIN, J. H., & MCGHEE, P. E., *Psychology of humor*, Academic Press, Oxford 1972.

¹³ BERGSON, H. (1899), *La risa ensayo sobre lo cómico*, Alianza editorial, Madrid 2012.

¹⁴ Cf. GOLDSTEIN, J. H., & MCGHEE, P. E., *Psychology of humor*, Academic Press, Oxford 1972.

5: *Teoría del juego*: Esa teoría relaciona al humor con la actitud lúdica de los niños libres y sanos, algunos autores sostienen que el humor es una forma de recuperar la infancia y reconectarse con aspectos lúdicos infantiles¹⁵, también el humor es entendido como un juego saludable por Apte.

6: Teoría de la ambivalencia: Plantea que en el humor a veces suelen haber sentimientos incompatibles o situaciones ambivalentes que luchan entre sí por prevalecer¹⁶.

7: Teoría de la liberación: Según esta teoría el humor les permite a las personas liberarse, dándoles momentos de claridad y lucidez. Freud fue uno de los autores que también plantearon la liberación de represiones mediante el humor, por eso el chiste fue considerado por él como una manifestación del inconsciente. El humor a través de la risa permite liberar a las personas de nueve condiciones: la inferioridad, la redundancia, el conformismo, la seriedad, el egoísmo, la moralidad, la ingenuidad, la razón y el lenguaje. El humor es un momento libre de inhibiciones¹⁷.

c.- Concepción etimológica del sentido del humor

Según la RAE¹⁸ el sentido del humor es la “Capacidad para ver o hacer ver el lado risueño o irónico de las cosas, incluso en circunstancias adversas”.

En esta orientación Palomar Lever, Joaquina; Victorio Estrada, Amparo & Matus García, Graciela dicen que el sentido del humor: “Podría considerarse entonces que el sentido del humor consiste en la capacidad de apreciar este

¹⁵ Cf. SCHWARTZMAN, H. (ed.), *Play and culture. 1978 proceedings of the association for the anthropological study of play*. West Point, EEUU. Leisure. Citado por BUCKMAN, E., *The handbook of humor: clinical applications in psychoterapy*, Malabar, FL: Krieger Publishing Company.

¹⁶ Cf. *Ibidem*.

¹⁷ Cada una de estas teorías las hemos sacado del estudio anteriormente citado: MARTÍN CAMACHO, J., *El humor y la dimensión creativa en la psicoterapia*. *Revista Psicodebate* 6. *Psicología, Cultura y Sociedad*.

¹⁸ Real Academia Española, *Diccionario de la lengua española*, Espasa, Madrid 2016.

humorismo, es decir, de experimentar diversión ante algo que parece cómico, así como la capacidad de producir humorismo, mediante la jovialidad y agudeza”¹⁹.

d.- Diversas concepciones, según autores

Según José Benigno Freire: “El sentido del humor no se prepara ni se inventa o se ingenia, ni permite la instrumentalización: fluye caudalosamente de la felicidad. Cuando los niveles de felicidad y de anclaje en el realismo de la existencia rebosan en sentido del humor, entonces ese humor súbito y espontáneo permite ser esgrimido como truco o arte del vivir para el vivir.

El humor no es fácil en cuanto actitud interior, por ser logro de ocupación ardua y costosa: la felicidad. Sin embargo, si brota espontáneo, íntimo, su aplicación práctica, en este caso a la educación de los hijos, es tarea simple y sencilla, asequible y fácil. En efecto, ese arte o truco de vivir se puede sintetizar o compendiar en una triple dirección del comportamiento...”

Según José Luis Soria: “El buen humor es el fruto de la vida interior, que implica el deseo sincero de no separarnos del Señor. La tristeza es la escoria del egoísmo... El buen humor anímico, no depende de los buenos humores corporales... El buen humor es manifestación externa clara que hay en el alma una juventud perenne...”

Según Martín²⁰: “El sentido del humor está relacionado con el procesamiento cognitivo ya sea de una verbalización aguda o de una acción cómica. El humor comprende una respuesta emocional... provocada por la percepción de que un evento o situación es divertida... El humor implica comportamiento verbal, como chistes, bromas e ironía, y no verbal, como gestos y movimientos. Puede ser visual o auditivo, puede involucrar el habla, la lectura, visión, audición o incluso el recuerdo. Puede ser a propósito o accidental, como los lapsos verbales o tropiezos,

¹⁹ Cf. PALOMAR LEVER, J.; VICTORIO ESTRADA, A. & MATUS GARCÍA, G., *Sentido del humor y optimismo: Un estudio de validación*. Revista Interamericana de Psicología / Interamerican Journal of Psychology - 2011, Vol. 45, Num. 2. p. 123. 124.

²⁰ Ibidem, p. 124.

pero generalmente está asociado al comportamiento que se desvía de las normas sociales, por extraño, excéntrico o peculiar”.

e.- Modelos teóricos dimensionales del sentido del humor

Jiménez Ávalos, M^a Carmen; Gómez Macías, Vanesa; Sala Cassola, Regina & otros²¹ en su investigación realizada en la universidad de Valladolid proponen un modelo teórico dimensional del Sentido del Humor basado en la literatura científica y en sus propias investigaciones. Este modelo se compone de 4 dimensiones del SH que estarían interrelacionadas:

.- Creación de humor: faceta más externa y por tanto más fácilmente identificable del SH. Personas con puntuaciones altas en esta dimensión serían descritas como agradables, a las que les gusta reír y que no pierden ninguna ocasión para hacerlo, poseerían habilidades para percibir relaciones de forma insólita y comunicarlas de forma que provoquen risa o sonrisa en los demás.

.- Apreciación del humor, disfrute de la vida: personas que disfruta riendo, lo hace frecuentemente y se considera alegre. Posee habilidades para tomarse la vida en serio pero con pequeños toques de humor, pensar en positivo y apreciar el humor generado por los demás, reírse de uno mismo y disfrutar de lo cotidiano aunque sea rutinario.

.- Afrontamiento optimista de problemas: habilidad para afrontar fracasos o dificultades y mantener el optimismo a pesar de las preocupaciones, encontrar salidas con humor en momentos negativos, reírse incluso en los malos momentos. Supone un estilo de pensamiento: percibir lo positivo que hay en todas las personas, cosas y acontecimientos que nos suceden.

²¹ JIMÉNEZ ÁVALOS, M^a C.; GÓMEZ MACÍAS, V.; SALA CASSOLA, R., *Sentido del humor: aproximación conceptual y su relación con la salud*. 8º Congreso Virtual de Psiquiatría. Interpsiquis Febrero 2007. Psiquiatría.com. p.2 y 3.

.- Establecimiento de relaciones positivas: habilidad para relacionarse y comunicarse eficazmente mediante el humor.

El segundo modelo teórico es explicado por los investigadores citados²², tomado de la elaboración de Kirsh y Kuiper a partir del trabajo psicométrico de Craik y de la revisión de la literatura, quienes descubren tres dimensiones subyacentes al Sentido del humor:

.- Hábil socialmente en SH positivo: capacidad para generar humor de forma espontánea en situaciones sociales, de facilitar risas en los otros y usar el SH para mantener relaciones en varios contextos sociales.

.- Humor grosero/zafio y uso agresivo del humor: individuos con un SH muy rudo que carece de respeto hacia los otros; humor tosco, vulgar, mal intencionado y sarcástico.

.- Humor "patoso" (belabored humor): estilo forzado y servil, estos individuos se mostrarían incompetentes para hacer o responder a bromas que pretenden ganarse la aprobación de otros. Harían intentos inapropiados para ajustarse a grupos sociales, de modo que el individuo usaría el humor o la risa para plegarse a los otros y enmascarar su ansiedad personal y social.

1.2.1.B: Teorías sobre la familia como educadora

Existen dos teorías muy marcadas sobre la familia, la primera concibe a la familia como una institución natural y la otra como una institución cultural.

a.- La familia como institución natural

Ante la pregunta *¿Es la familia una institución natural?* Juan Manuel Burgos la responde teniendo en cuenta la existencia de dos sentidos para entender la naturaleza:

²² Ibidem, p. 3.

La noción física de naturaleza. Según esta perspectiva se concibe a la naturaleza como la sustancia o la esencia *corpórea* en cuanto principio de operaciones o pasiones. Al respecto dice el filósofo personalista:

“Hay un primer significado filosófico del término naturaleza (*physis*), elaborado por Aristóteles, que responde en buena medida a esta concepción de lo natural. Este concepto recoge por un lado que las cosas naturales tienen un modo de ser material, estable y con una estructura dada y fijada: la esencia. Y recoge también que este modo de ser no es estático, sino dinámico: los seres naturales poseen un principio activo que les orienta y les empuja hacia su perfección, que consiste en desarrollarse según los patrones correspondientes a su modo de ser”²³.

Según este concepto de naturaleza no se puede aplicar al hombre porque según el autor citado “la noción física de naturaleza incluye la materia, y, por lo tanto, todo lo que de cualquier modo es suprafísico o supramaterial no es natural. Natural es lo que es espontáneo y no procede de la razón.

- La noción ampliada de naturaleza. *La naturaleza aquí es “la esencia en cuanto principio de operaciones»*. Ese concepto sí se puede aplicar al hombre porque hace referencia a un modo de ser, ordenado a un fin determinado.

“... al prescindir del carácter material, la naturaleza se convierte en un concepto formal que —ahora sí— se puede aplicar al hombre sin empacho puesto que no hace referencia más que a un genérico modo de ser. Y, puesto que el modo de ser del hombre es libre, su principio de operaciones, es decir, su naturaleza, incluye en este caso la libertad. Desde esta perspectiva, el hombre tiene una naturaleza como el resto de los seres creados pues, en la medida en que se es algo, se tiene inevitablemente una esencia y un principio de operaciones, es decir una naturaleza; pero, a diferencia de los demás entes —y esto es lo fundamental—, puede adherirse o no libremente a ella; puede obrar según lo que ella le dicta u oponerse a esas indicaciones.

²³ BURGOS, J. M., *¿Es la familia una institución natural?*, Asociación Española de Personalismo. Instituto Juan Pablo II. Cuadernos de bioética, XVI, 2005/3^a 359. p. 4.

La respuesta a la pregunta que si ¿la familia es una institución natural? Juan Manuel Burgos dice que si se considera la primera noción de naturaleza, la respuesta es no. Al respecto dice el filósofo:

“La familia del hombre, la familia humana no es una institución natural en el sentido de simple, espontánea, cercana a la naturaleza, no influenciada por el artificio, etc. No existen familias humanas de estas características. No existen, ante todo, por una cuestión de principio. La familia es una instancia humana y, por tanto, voluntaria, libre, racional y cultural. Las familias no surgen como las setas o los árboles, son el producto de decisiones que se toman en contextos sociológicos determinados y, por tanto, están mediadas siempre por la inteligencia y la voluntad individuales y por la cultura... Si la familia fuese un hecho espontáneo y natural, tendría que ser básicamente idéntica en todas las sociedades, pero esto, de hecho, no es así...”²⁴

Sin embargo, si se tiene en cuenta la concepción de naturaleza como modo de ser de un ente o como diría Aristóteles “la esencia en cuanto principio de operaciones”, dice Burgos que la pregunta se plantea de la siguiente manera: ¿Es la familia una institución conforme a la naturaleza humana? Siendo la respuesta, en este caso, afirmativa como lo dice el personalista, de acuerdo al modelo familiar que defiende Profam:

“Ahora sí, disponemos ya de una definición lo suficientemente concreta como para intentar dictaminar su adecuación a la naturaleza humana. ¿Lo es? Sí; este tipo de familia es el más adecuado al modo de ser del hombre y de la mujer y por eso se puede afirmar que es concorde con la naturaleza humana”²⁵.

Por tanto, el modelo familiar que defiende Profam es concebir a la familia como institución natural, acorde al modo de ser propio de la persona humana, y fundamentado en el matrimonio como la unión natural de un varón y una mujer, que se unen libremente por una cualidad específica que tienen en su naturaleza: lo sexual, que los hace al varón y a la mujer distintos, pero

²⁴ Ibidem, p. 8 y 9.

²⁵ Ibidem, p. 12.

complementarios, con una inclinación natural a unirse para amarse hasta que la muerte los separe.

Al respecto dice Profam:

“La familia es una institución natural que existe antes que el Estado o cualquier otra comunidad, constituye la célula básica de la sociedad y se conforma como elemento angular del desarrollo social. La familia está fundada sobre el matrimonio, unión íntima de vida, complemento entre un hombre y una mujer, constituido por un vínculo formal y estable, libremente contraído, públicamente afirmado y al que se le ha confiado la transmisión de la vida”²⁶.

b.- La familia como institución cultural

Según esta teoría, la familia es considerada como una institución eminentemente cultural, producto de la cultura, ya que se fundamenta en la racionalidad humana, que lo origina con su decisión libre y voluntaria. Al respecto dice Yolanda López:

“Sus formas históricas sólo pueden entenderse como una construcción de la cultura. Es decir, la familia como institución social y como entorno de constitución de la subjetividad de hombres y mujeres es un espacio de significados, de sentidos, que como producto del lenguaje escriben e inscriben la historia social e individual de quienes la constituyen en tanto seres hablantes... La familia desde su origen se inscribe en una socio-temporalidad. Esto imprime en ella un modo de ser histórico”²⁷.

Esta concepción de familia puede ir contra la dignidad de la persona humana porque toda familia tiene su fundamento en el modo de ser propio de la persona, que su excelencia ontológica le exige unirse en familia para tener a quien darse y a su vez ser acogido precisamente como persona, en su dignidad.

²⁶ Ibidem, p.17.

²⁷ LÓPEZ, Y., *La familia una construcción simbólica: de la naturaleza a la cultura*. Departamento de Psicoanálisis | Universidad de Antioquia. *Affectio Societatis* N° 2/ septiembre/ 1998. p. 1.

Por eso nadie, absolutamente nadie puede prescindir de una familia, porque es el modo natural y más acorde a la nobleza de ser de la persona, para que ésta pueda perfeccionarse como tal y conseguir la felicidad que tanto anhela su corazón.

c.- La familia, institución natural y cultural

La familia es una institución inscrita en la naturaleza racional y social de la persona humana. Sin embargo, la persona es también un ser cultural y esto hace que todas las instituciones que brota de su naturaleza racional sean también culturales, pero siempre con una base natural porque no hay nada que sea cultural que no tenga base natural.

Parada Navas dice al respecto: “La familia es, singularmente, una institución humana, simultáneamente natural y cultural. En cuanto institución, determina a las sociedades y a las personas, porque presenta unas actividades universales (procreación y crianza de los hijos) y unas acciones cambiantes (económicas, culturales, políticas, religiosas, educativas, sanitarias, protección de niños, ancianos, enfermos)”²⁸.

Esto significa que la familia tiene un fundamento en la misma naturaleza humana. No obstante, también tiene algo de cultural, pues se trata de una institución donde participa la persona con su creatividad, su libertad y su historicidad. Por eso la familia se organiza socialmente, se somete a la autoridad legítimamente elegida para ordenar sus relaciones sociales hacia el bien común de la sociedad.

En este modo de ser natural y cultural de la familia, se fundamenta su tarea educadora, principalmente respecto de sus hijos, quienes se humanizan a través

²⁸ PARADA NAVAS, J. L., *La educación familiar en la familia del pasado, presente y futuro*. Universidad de Murcia. Educatio Siglo XXI, Vol. 28 n° 1 · 2010, p.18.

del ejemplo y exigencia de los padres. Ellos son los primeros educadores de sus hijos, ellos son los que les inculcan los valores fundamentales para su desarrollo pleno como personas.

Entre las principales funciones educativas que la familia desarrolla según Parada Navas²⁹:

.- Satisfacer las necesidades básicas de las personas tales como: alimentación, hábitat, salud, protección, afecto y seguridad.

.- Transmitir a las nuevas generaciones: una lengua y formas de comunicación, conocimientos, costumbres, valores, sentimientos, normas de comportamientos y de relación con los demás, creencias y expectativas para el futuro. Estos son elementos importantes que vinculan a una familia con la sociedad a la que pertenece.

.- Educar para la vida, esto es formar a los miembros de la familia de modo que sean capaces de desarrollarse productivamente como personas, y como miembros de una sociedad, en el transcurso de su vida.

.- La misión educativa de la familia: La familia es la comunidad de personas unidas no solo por vínculos sanguíneos sino por el amor, que es lo que une a todos sus miembros, dirigidos a un fin: el perfeccionamiento. Para llegar a este fin solo se hace a través de la educación, y el ámbito natural es indudablemente la familia. Al respecto dice Cafarra:

“La educación solo puede tener lugar en el seno de una relación entre personas; dentro de una comunicación que se establece entre «persona y persona»... el primer y originario lugar donde se educa a la persona es la familia y que nada ni nadie podrá nunca sustituir esta relación «de persona a persona» en la educación: el hombre encuentra en la familia la primera respuesta a su necesidad de ser educado”³⁰.

²⁹ Ibidem, p. 19.

³⁰ CAFFARRA, C. (2009). *Apuntes para una metafísica de la educación. Metafísica y Persona*. Filosofía, conocimiento y vida, Año 1—Julio-Diciembre—Número 2. UMA y UPAEP, p. 25.

Pero el motor de la educación es el amor de los padres a los hijos, entendiéndose el amor como la decisión de querer el bien de la persona amada. Los hijos son el fruto del amor de los padres, que vienen a complementar la perfección de su ser personal, como padre y madre. Los padres solo se perfeccionan en la medida que se aman mutuamente y aman a sus hijos, como una prolongación de su amor. Por eso es que la educación de los hijos es una consecuencia natural del amor de los padres hacia los hijos. Sobre esto dice Melendo y Millán-Puelles:

El amor conyugal se prolonga y manifiesta en los hijos ya concebidos y nacidos, especialmente con su educación. Los padres son los primeros y principales educadores de los hijos. Su tarea, una auténtica misión, no es ciertamente fácil. Está llena de contrastes en apariencia irreconciliables: hay que saber comprender, pero también exigir; respetar la libertad de los muchachos, pero a la vez guiarlos y corregirlos; ayudarles en sus tareas, pero sin sustituirlos ni evitarles el esfuerzo formativo que las acompaña... A través de los sacrificios, las angustias y acaso las desilusiones con que se enfrentan los padres desde el nacimiento del primer hijo, el amor se ve repetidamente sometido a continua verificación.³¹

En consecuencia, los padres tienen el grave deber de educar a sus hijos para contribuir a su perfeccionamiento; pero teniendo en cuenta que lo que más le perfecciona a los hijos es que aprendan a amar, los padres deben procurar que sus hijos no solo sean amados, sino sobre todo que aprendan a amar a los demás; por eso es que no basta con dar buen ejemplo, sino también ser exigentes. Por tanto, se podría decir que la esencia de la misión educativa de los padres es educar en el amor a los hijos. Así lo expresa Cid: “la misión de los padres no termina cuando su hijo ha nacido. El fruto de su amor tiene que crecer y ser educado en el seno de ese mismo amor. El sentido propio de las relaciones

³¹ MELENDO, T.; MILLÁN-PUELLES, L. (2002). *Asegurar el amor. Antes y durante todo el matrimonio*. Madrid: Rialp, S.A. p. 150.

familiares es el camino que se nos abre para asumir la verdad de la vida como una verdadera educación al amor”³².

1.2.2: Bases Conceptuales

1.2.2.A: Sentido del humor

Ayuda a lograr más objetividad, al permitir tomar distancia respecto a los problemas, permite interrumpir pensamientos obsesivos, permitiendo nuevas alternativas, facilita el cambio de marco de referencia proporcionando una mirada alternativa, permite lograr tomas de conciencia, hace que el proceso terapéutico sea menos tenso y quizá menos doloroso para muchos pacientes, permite expresar emociones tanto positivas como negativas, ayuda a lograr y mantener la alianza terapéutica, brinda distensión y permite crear un clima positivo aunque sea temporalmente permitiendo distraerse de los problemas, posibilita un mejor afrontamiento de situaciones difíciles, favorece la comunicación y el clima general de la terapia, permite a algunos pacientes reírse de sí mismos y auto percatarse de ciertos problemas.

1.2.2.B: Logoterapia

La logoterapia mira al futuro, es decir, a los cometidos y sentidos que el paciente tiene que realizar en el futuro. A la vez la logoterapia se desentiende de todas las formulaciones de tipo círculo vicioso y todos los mecanismos de retroacción que tan importante papel desempeñan en el desarrollo de las neurosis...

³² CID, T. (2014). *Educación y persona: un guía para aprender a amar*. http://dspace.ceu.es/bitstream/10637/6294/1/Educacion_CidVazquez_2012.pdf, p. 37.

Al aplicar la logoterapia al paciente ha de enfrentarse con el sentido de su propia vida para, a continuación, rectificar la orientación de su conducta en tal sentido.

Logoterapia es buscar sentido a la vida... es la “tercera escuela vienesa de psicoterapia”, se centra en el significado de la existencia humana, así como en la búsqueda de dicho sentido por parte del hombre. De acuerdo con la logoterapia, la primera fuerza motivadora del hombre es la lucha por encontrarle un sentido a su propia vida.

1.2.2.C: Familia como educadora

La individualización hace referencia a un estilo de tratar el desenvolvimiento del niño por el que se realiza una constante adaptación a sus peculiares individuales, sobre la base de respeto a su proceso de desarrollo personal. No hay dos personas iguales ni dos miembros en el interior de la familia idénticos. La situación familiar que vive cada persona que nace en el seno familiar también es dispar por lo que no se puede sostener: “yo trato a todos igual”, porque ese es el mejor sistema de educarlos sin respetar el ritmo personal de cada uno.

La socialización se refiere a la armónica relación del niño con la sociedad en la que se desenvuelve su existencia, sucede cuando la familia ha sabido comportarse y educar como una verdadera escuela de socialización...

Para educar y formar el carácter de la persona en el ámbito familiar necesitamos transmitir y vivir unos valores, unas pautas morales, éticas. La educación en valores es una tarea de todos, de aquellos que de un modo u otro interactúan con los educando.

CAPÍTULO II

MARCO METODOLÓGICO

Nuestra principal fuente de información son las obras mismas del autor que estudiamos, así como la revisión de libros y análisis de otros autores.

Nuestro trabajo se inició por imbuirnos en el pensamiento de V. E. Frankl, para, a partir de la misma lectura, poder descubrir lo que es aplicable se encuentre en él para nuestro propósito. El pensador que estudiamos ha ido adquiriendo en estos últimos años un grandísimo interés, por eso mismo, no faltan otros estudiosos que se han acercado a él en aras de profundización y enriquecimiento. Los estudios que se hayan realizado acerca del pensamiento de Frankl son también muy útiles en el desarrollo del presente.

2.1: Tipo de Investigación y abordaje metodológico

La investigación fue de tipo cualitativa descriptiva, documental porque solo pretendió investigar los fundamentos teóricos en torno al objeto de la investigación. Y realizar inferencias para reflexionar y asumir compromisos frente al sentido del humor tratada por Frankl. Además, el trabajo de investigación tuvo que ver con la recopilación, lectura, interpretación y análisis

del escritor del autor en mención y la bibliografía adicional al tema y luego realizar una narrativa crítica de lo abstraído³³.

En este sentido, los investigadores intentaron obtener un entendimiento lo más profundo posible y descubrir todas las cualidades posibles de la capacidad del sentido del humor, tratada por Frankl. No se basaron en medidas numéricas, sino que analizamos todo el material bibliográfico obtenido a profundidad e intentaremos una reflexión sobre el tema.

Para ello, desarrollamos las pautas y problemas centrales de nuestro trabajo: estudiar el humor como lo definió Frankl para ser aplicado al escenario natural de la familia, concretamente en las pequeñas cosas, en la cotidianidad de este grupo humano, desde el pensamiento de Frankl ya que dicho autor se funda en que el ser humano es por naturaleza un ser auto trascendente, porque no busca sólo satisfacer sus necesidades – biológicas, psíquicas –sino que sobretodo anhela encontrarle un sentido a su vida. Se da cuenta que es indispensable ayudar a la persona a dirigir su mirada más allá de sí mismo, entender el “bien” como su posibilidad ontológica. Con esto se estaría librando a la persona no tanto de una especie de sordera –como diría uno de sus colegas - sino de una ceguera ontológica. La gran preocupación de Frankl radica no solamente en el ser, sino también en el sentido de ese ser.

De allí que utilizar lo cualitativo en nuestro trabajo permitió ahondar en el objeto de investigación, que aun siendo documental, abarca contemplar al hombre en los escritos, es decir todo ser humano como ser que opera con contexto y en el contexto, que actúa en la realidad y participa de esta como un acto propio de su ser, y que enfrenta, consciente o inconscientemente, el mundo no sólo como algo ajeno, distante e independiente de sí sino también desde su subjetividad. El hombre como ser capaz de crearse, producirse a sí mismo desde su unidad y a cada momento, para adaptarse - y en el peor de los casos sobrevivir - a su entorno. Y con el hombre su familia, para hacer justicia a los

³³ Cf. HERNÁNDEZ SAMPIERI, R., *Metodología de la investigación*, Mcgraw Hill education, Bogotá 1997 (Buenos Aires 2006), pp. 26ss. También cf. GARCÍA AVILÉS, A., *Introducción a la Metodología de la investigación Científica*, Plaza y valores, México 1997.

investigadores, el ambicioso propósito de este trabajo es abarcar de ser posible todas las realidades del hombre, el mundo en el cual actúa y vive.

Pero desde esta perspectiva la investigación científica puede como resultado no ser siempre pura y objetiva. Se hace necesario entonces un marco referencial, una matriz, una primera realidad, una primera construcción social - con sus intereses, creencias, actitudes y valores - que a nuestro modo de ver es la familia, que es el primer escenario en el que la persona es o vive a lado de otros. Porque al fin y a al cabo, la historia del hombre se construye con la historia de la vida de cada hombre.

2.2: Instrumentos de Recolección de Datos

Con el fin de garantizar el rigor científico de nuestro trabajo, se recopiló bibliografía del autor respecto al tema investigado, así como literatura (obras, artículos, ensayos...) - crítica o no - de otros autores y pensadores sobre el Dr. Frankl, para análisis. También se hizo uso de la técnica del fichaje y el subrayado de ideas principales³⁴. A continuación una breve narrativa de los libros de Frankl utilizados:

1: V. E. Frankl, *El hombre en busca de sentido*³⁵: empieza el autor con la narración de su experiencia como psicólogo en un campo de concentración. Al examinar e intentar ordenar el material recogido como resultado de las numerosas observaciones, se distinguen tres fases en las reacciones mentales en un campo de concentración: 1. La fase que sigue a su internamiento. 2. La fase de la auténtica vida en el campo. 3. La fase siguiente a su liberación.

Su método logoterapéutico mira al futuro y se centra en el significado de la existencia humana. De acuerdo con la logoterapia podemos descubrir el sentido de la vida de tres modos distintos: 1. Realizando una acción. 2. Teniendo algún principio y 3. Por el sufrimiento.

³⁴ Cf. *Op. Cit.*, pp. 28ss.

³⁵ FRANKL, V. E., *El hombre en busca de sentido*, Herder, Barcelona 1994. Es el libro más emblemático en este campo, en él nos concede un resumen apretado de su pensamiento, también con importantes referencias a nuestro tema.

Con relación al tema de investigación, el autor enfatiza que “el humor es otra de las armas con las que el alma lucha por su supervivencia (...) el humor puede proporcionar el distanciamiento necesario para sobreponerse a cualquier situación, aunque sea por unos segundos”.

2: V. E. Frankl, *La idea psicológica del hombre*³⁶: este libro, aunque breve resulta de primer orden para el estudio, aquí la logoterapia propone una visión integral del hombre, el presenta con fundamento ideas esenciales relativas a una concepción del hombre que resulta imprescindible para el psicoterapeuta moderno. Entre los recursos más relevantes para la psicoterapia son: la capacidad humana de autodistanciamiento y autotrascendencia, que es la segunda capacidad humana que en logoterapia se llama “la voluntad de sentido” aun en las condiciones humanas más adversas. Tal nomenclatura viene a ser como la cara más técnica de lo que preliminarmente puede llamarse sentido del humor en Frankl.

3: V. E. Frankl, *La presencia ignorada de Dios. Psicoterapia y Religión*³⁷: en esta obra, según enfoque del autor podemos afirmar que al análisis existencial le corresponde la virtud denominada “sentido de responsabilidad”. Tener responsabilidad es la base fundamental del ser hombre. El autor va desglosando ideas fundamentales: la clave de la felicidad es amar y ser amado. Nada mueve a amar más que ser amado; el hombre permanece para sí mismo como un ser incompleto hasta que se le revela el amor.

Idea que lleva la voz cantante en el libro es el de la religiosidad. Ella solo es auténtica allí donde es existencial. En principio la existencia religiosa y la no religiosa son para la logoterapia fenómenos coexistentes, y la logoterapia tiene el deber de observar frente a ellos una actitud neutral. En esta obra Frankl precisa que es indispensable ayudar a la persona a dirigir su mirada más allá de

³⁶ FRANKL, V. E., *La idea psicológica del hombre*, Madrid, Rialp, 1976.

³⁷ FRANKL, V. E., *La presencia ignorada de Dios. Psicoterapia y Religión*, Herder, Barcelona 2002.

sí mismo, entender el bien como su posibilidad ontológica. Se puede notar un diálogo profundo y polémico con Freud.

4: V. E. Frankl, *Lo que no está escrito en mis libros –memorias*³⁸: aquí presenta también una serie “escenas humorísticas” que él mismo experimentara en su vida y con las que enriquece este importante libro autobiográfico. Estos comentarios son útiles de cara a las acepciones que pueda tener el “humor” y por el modo en que puede ilustrar la semántica del concepto en Frankl.

Huelga decir que, dado el carácter de madurez dentro de la obra de Frankl de este escrito, las observaciones aportadas en este libro son importantes a la hora de desarrollar los distintos puntos de la tesis. Por ejemplo: lo que respecta a la logoterapia, el análisis existencial, etc., y también las posibles impugnaciones de los probables “fe de erratas” propios de todo pensador que es capaz de tener un poco de espíritu crítico también consigo mismo.

5: E. Lukas, es la discípula más cercana a la persona y al pensamiento de Frankl. Su obra en general nos ayuda a estudiar la teoría Frankliana aplicada a los particulares más inmediatos referidos al ámbito de la familia o del trabajo pero con la interesante salvedad de ser una fiel versión “femenina” de tal teoría. Un libro que nos interesa es *La felicidad en la familia. Comprender, aceptar, amar*³⁹.

En este libro parece aconsejable detenerse a estudiar dos de sus apartados que están encuadrados en el espacio dedicado al diálogo. Los apartados tienen los siguientes títulos: *Cinco pecados mortales en clave humorística* (páginas 78 a la 82) y, *La risa, una inyección vitamínica revitalizadora* (páginas de la 93 a la 97). Puede ser que tales ejemplos ayuden a la hora de concretar su enseñanza, vista previamente su viabilidad.

³⁸ FRANKL, V. E., *Lo que no está escrito en mis libros –memorias*, San Pablo, Buenos Aires 2011.

³⁹ LUKAS, E., *La felicidad en la familia. Comprender, aceptar, amar*, San Pablo, Buenos Aires, 2007.

Obviamente hace falta analizar cada texto y no confiarse de las supuestas referencias. En torno al catálogo presentado y otros elementos que saldrán más adelante se proyecta la lectura. No pretendemos justificar y argumentar una idea personal basándola miméticamente y de manera subrepticia en la fama y la autoridad de nuestro gran pensador. En cambio, lo que sí se aspira es a mostrar desde dentro de la misma obra un contenido cuyo radio de acción lamentablemente –hasta donde sabemos– no viene siendo explotado ni difundido convenientemente, es decir, la virtualidad de esta misma obra en la vida más común y cotidiana, sobre todo, en cuanto a la posibilidad de su enseñanza.

2.3: Procedimiento

Aprobado el proyecto de investigación, se inició la recopilación de libros, artículos y ensayos de Victor Frankl, algunos de los cuales se detallaron en los ítems anteriores también se hurgaron bases de datos, se consultó en la biblioteca USAT, de las temáticas de interés se abstraieron ideas principales, las cuales pasaron a formar parte de las fichas ordenadas de acuerdo al orden de los temas a tratar, Para ello se seleccionaron un promedio de quince libros, considerando, título, fecha de publicación y número de páginas. Luego se pasó a realizar el análisis de contenido y abstraer ideas centrales para formar los capítulos y subcapítulos del informe. Con la información obtenida se siguió el orden establecido en un informe de tesis, organizando la información por capítulos, para llegar a ofrecer consideraciones finales y recomendaciones.

2.4: Análisis de Datos

Dado que el tema y objeto de nuestra investigación el análisis de los datos se llevó a cabo mediante el análisis de contenido por temas (Hernandez 2016), que consistió en el estudio profundo del pensamiento de Frankl respecto a la

capacidad innata del hombre de superar la adversidad a través del humor, para ello se realizó lo siguiente:

1. Reducción de datos: De la información recogida, la focalizada en nuestro tema de interés.

2. Disposición de datos: Sistematización de los datos, fiel al pensamiento del autor en conceptos y contenidos, luego se pasó a interpretarlo y reflexionar sobre los mismos y organizar las narrativas por capítulo y subcapítulos.

3. Conclusión: Confrontar los datos obtenidos con la interrogante que plantea nuestro trabajo, para lograr una interpretación apegada a la originalidad de Frankl⁴⁰.

2.5: Criterios Éticos⁴¹

Respeto a la propiedad intelectual. Los investigadores hicieron las citas bibliográficas sin alterarlas respetando la propiedad intelectual del autor.

Búsqueda de la verdad con responsabilidad sin alterarla hasta encontrar el objeto de estudio.

Por lo que el presente trabajo se basara siempre en fuentes de validez científica, bibliografía del autor que investigamos, respetando la propiedad intelectual sin alterarla así como información crítica.

Al orientarnos por un método discursivo tanto en el estilo como en la estructura, la exposición de contenidos buscará construir y estructurar una respuesta a la pregunta que planteamos sin filtrar ni alterar argumentos, exponiendo finalmente nuestra conclusión de manera fundamentada.

•Se hace mención que en los investigadores no hubo conflictos de interés

⁴⁰ Cf. HERNÁNDEZ SAMPIERI, R., *Metodología de la investigación*, Mcgraw Hill education, Bogotá 1997 (Buenos Aires 2006), pp. 26ss; cf. GARCÍA AVILÉS, A., *Introducción a la Metodología de la investigación Científica*, Plaza y valores, México 1997.

⁴¹ Ibidem.

2.6: Criterios de Rigor Científico⁴²

- La credibilidad: Se tuvo en cuenta una revisión minuciosa de literatura. Para ello los investigadores revisaron varias veces los resúmenes realizados confrontándolos con el pensamiento de Frank y al encontrar vacíos completaban la información que no haya sido clara o haya generado duda, y de esta manera tener clara lo que queríamos explicar según el autor.

El principio de audibilidad: para lo cual se hizo necesario registro y documentar las decisiones o ideas que los investigadores hayan tenido en relación con el estudio.

La transferibilidad, consistió en la posibilidad de transferir o extender los resultados de la presente investigación otros contextos o grupos de familias. Para ello se describió en forma detallada el lugar y las características del proyecto de investigación y cómo se llevó a cabo con la finalidad que otros investigadores lo apliquen en su realidad.

⁴² Se tomaron en cuenta de acuerdo a los criterios de Hernández (2016).

CAPÍTULO III

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

3.I: LOGOTERAPIA (FUNDAMENTACIÓN ANTROPOLÓGICA)

Cualquiera que se asome a la obra escrita de Viktor Emil Frankl podrá reconocer inmediatamente en ella una buena dosis de autobiografía. Su misma obra tiene que ver con su vida⁴³. En él, vida y pensamiento se iluminan mutuamente. Si es verdad que en cualquier biografía no existe, en general, una ruptura entre los episodios dispersos de una existencia humana, con mayor razón respecto del personaje al que nos referimos. Existe un desarrollo armónico, la vida de este hombre no es resultado de la unión exterior de cada acontecimiento, hay una interdependencia continua. En la vida de Frankl se encuentra este hilo conductor, es decir, la continuidad entre su obra actual, su

⁴³ Se juzga innecesaria por su evidencia la referencia a algunos libros que sustenten esta afirmación inicial. Puede verse cualquier libro de Frankl escogido al azar. Como ejemplo, sin mencionar el famoso *el hombre en busca de sentido*, *Psicoterapia y existencialismo. Escritos selectos sobre logoterapia*, Herder, Barcelona 2003, pp. 24, 26-27, 40-43, 72, 74, 99-102, además de todo el cap. VIII la lista podría multiplicarse.

pensamiento –tal como se ha desarrollado a lo largo de los años– y los acontecimientos de su vida⁴⁴.

Para conocer la logoterapia es obligatorio encontrarnos con su fundador. La biografía de Frankl es indispensable para una mejor comprensión de la logoterapia. Con todo, se procurará hacer un recurso mínimo a su biografía ciñéndose a lo estrictamente necesario y que pudiera ser relevante para el propósito de la tesis.

Se procede de la siguiente manera: primero se verá a grandes rasgos algunos datos de la vida de nuestro autor, para luego, en segundo lugar, detenernos de manera todavía introductora en los principales personajes en los que se ve claramente elementos que dan vida al pensamiento de Frankl y que luego nos permitirán evaluar el contenido de su obra.

3.I.1: Frankl, antecedentes y concomitantes de la Logoterapia

.- Algunos elementos biográficos⁴⁵:

El doctor Frankl nace en Viena el 26 de marzo de 1905 y muere el 2 de septiembre de 1997. Todavía muy joven, por los años de 1921-22, empieza a tener comunicación epistolar con Sigmund Freud⁴⁶, quien publicaría en la *Revista Internacional de Psicoanálisis* en 1924 un artículo suyo⁴⁷. Al poco

⁴⁴ Cf. FIZZOTTI, E., *De Freud a Frankl*, Eunsa, Pamplona 1977, p. 15-16.

⁴⁵ Para un resumen biográfico, cf. FRANKL, V. & LAPIDE, P., *Búsqueda de Dios y sentido de la vida*, Herder, Barcelona 2005, pp. 25-37.

⁴⁶ Es indudable al inicio la influencia de S. Freud en el desarrollo de su pensamiento, son muchas las circunstancias que los unen. Y el mismo Frankl comentaría alguna vez aclarando al mismo tiempo la distancia entre ellos: *Soy del tiempo y de la ciudad de Freud, pero no pienso como él*.

⁴⁷ No existe libro en que no venga citado, es, quizá, el autor al que más referencias hace en toda su obra. Pero experimenta una cierta insatisfacción sobre algunos puntos de la doctrina Freud. La vivacidad de los descubrimientos del inconsciente cedía el paso también a una estaticidad de formulaciones conceptuales, que reducían al hombre a un esquema de simplona simplicidad, excluyéndose todos los elementos de decisión y de empeño personal. A esto se añadía la enseñanza académica de marcada tendencia orgánica. Frankl recuerda que una vez un profesor de historia natural explicaba en clase que la vida de todo organismo, y por tanto también la del

tiempo Frankl se desencanta del método de Freud y, un año después traslada su atención a la otra opción terapéutica en boga: la psicología individual de Alfred Adler. Un antecedente y prueba de esto es el artículo publicado por la *Revista Internacional de Psicología Individual* de 1925⁴⁸. En el grupo adleriano, conoció a Rudolf Allers y Oswald Schwarz, que con el tiempo se separan de Adler, él por su parte haría lo mismo. Y es a partir de ahí que comienza a desarrollarse la que sería la *Tercera Escuela Vienesa de Psicoterapia*.

El año 1927 marca un hito decisivo en su proceso intelectual⁴⁹. En efecto, entra en contacto con Max Scheler, quien será –en palabras suyas– «mi gran maestro (...) fue entre todos el que más influyó en mí»⁵⁰. Particularmente, dos obras marcaron esta fase: la *Ética* y *De lo eterno en el hombre*. Con esto la idea fundamental de la logoterapia junto con sus características esenciales ya había nacido y se desarrollaba. Faltaría sólo una especie de detonante donde pudiera cuajarse en su propia carne lo que había sobre todo elucubrado. La ocasión sería la triste experiencia de la II Guerra Mundial y el campo de concentración.

Realiza estudios en la Universidad de Viena, se licencia en medicina en 1930 y la ejerce en el sector de neurología de la clínica de la Universidad. Después pasa a la clínica psiquiátrica de Steinhof, donde observa casos de neurosis, fobias y obsesiones. En 1936 se especializa en neurología y psiquiatría, y desde 1940 dirige la sección de neurología de Rothschildspital, dedicada únicamente a pacientes judíos. Cerrando esta primera etapa biográfica hay que recordar que en los primeros meses de 1942 se casa con la joven Tilly, para que hacia fines de 1942 llegase el momento de prueba más fuerte y enriquecedora de toda su vida.

hombre, a fin de cuentas no era más que un proceso de combustión y oxidación. Pero “si es así, ¿Cuál sería el sentido de la vida?”

⁴⁸ Cf. FRANKL, V. E. –VESELY, G. (eds), *Escritos de juventud*, Herder, Barcelona 2007.

⁴⁹ En 1927, funda y dirige la revista *Der Mensch im Alltag –Zeitschrift zur Verbreitung und Anwendung der Individualpsychologie* desde donde fomenta la creación de centros de consulta para jóvenes.

⁵⁰ FRANKL, V. E., *En el principio era el sentido. Reflexiones en torno al ser humano*, Paidós, México 2001, p. 64.

En cuanto finaliza este período de “enriquecimiento aterrador” (c. 1945) se dedica a difundir el mensaje de la logoterapia, que –aunque se verá más adelante– puede resumirse con una frase de Nietzsche tantas veces citada por él: «Quien descubre un para qué vivir, es capaz de soportar casi cualquier cómo».

Se puede decir, entonces, que en un primer momento –de 1924 a 1942– Frankl se dedica a poner bases: a) psicoanálisis y psicología individual; b) sobre la formación, promoción y resultados de centros de asesoramiento juvenil; c) escritos médicos; y d) sobre la formulación de las relaciones entre psicoterapia y filosofía, así como el surgimiento de su análisis existencial y logoterapia. Pero parece que hay que reconocer como la piedra fundacional de la logoterapia y el análisis existencial su obra *Ärztliche Seelsorge (Cuidado médico de las almas, en su traducción: Psicoanálisis y existencialismo. De la psicoterapia a la logoterapia)*, tal libro es el fruto de un manuscrito del que fue despojado en los campos de concentración y que retomaría en 1945. Junto a este hay que reconocer también su emblemático *El hombre en busca de sentido* de 1946.

El 18 de julio de 1947 se casó con Eleonore Schwindt, que había conocido en el Policlínico vienes, enfermera en el reparto odontológico. En 1948 logra la docencia de Neurología y Psiquiatría, y al año siguiente de la licenciatura de Filosofía. Junto a Otto Pözl, había fundado la *Ärztliche Gesellschaft für Psychotherapie* (sociedad médica de psicoterapia), que entre los primeros miembros de honor estarían Anna Freud, Alexandra Adler y Rudolf Allers. En 1961, Gorgon W. Allport le invitó a pronunciar una serie de lecciones sobre los principios de la teoría y de la práctica clínica, según la nueva dirección inaugurada por él, en la Universidad de Harvard. En 1967, publica *Psychotherapie and Existentialism*, que recoge los principales artículos de los últimos años. Son numerosísimos los estudios que se hacen de su teoría, desde diversos campos como la psiquiatría, filosofía, teología y pedagogía.

De entre los libros fundamentales destacamos: *La psicoterapia en la práctica médica. Una introducción casuística para médicos* (1946), que se trata

de una demostración de la aplicabilidad terapéutica del análisis existencial y la logoterapia; *La presencia ignorada de Dios. Psicoterapia y religión* (1948): donde trata de fundamentar la conexión entre el hombre y Dios, desde una espiritualidad inconsciente; *El hombre incondicionado. Lecciones metaclínicas* (1949) y *Homo Patiens. Ensayo de una patodicea* (1949-50) que surgen de los cursos impartidos en la Universidad de Viena; *Teoría y terapia de las neurosis. Iniciación a la logoterapia y al análisis existencial* (1956) en que aborda el tema de las neurosis presentadas en las diferentes dimensiones humanas, y se intenta fundamentar su denominada neurosis *noógena*.

- Antecedentes y concomitantes:

En la conformación de una psicoterapia humanizada a la que Frankl aspira, se pueden apreciar una serie de personajes que contribuyen de algún modo a su nacimiento y desarrollo. Por temperamento nuestro autor está muy lejos de ser catalogado entre sincretistas acríticos. En efecto, se puede apreciar que todos los elementos de su pensamiento confluyen en una unidad. Todos los conceptos que usa –con la natural imperfección de lo humano– se concentran armónicamente en una visión antropológica del hombre, tanto por parte de la psicología como de la filosofía.

Es ingenuo pensar en un nacimiento de la logoterapia *ex nihilo*. Frankl nunca ocultó sus dependencias en ninguno de los campos en que se desarrolló. Su intencionalidad psicoterapéutica se nutre de las aportaciones –cada uno en su propio campo– de Jaspers, Buber, Heidegger, Freud, Allers, Binswanger y particularmente Scheler entre otros. Frankl quiere completar o complementar no sólo las concepciones psicoanalíticas sino también las positivistas. Veamos sucintamente sólo algunas teorías psiquiátricas con las que Frankl ha estado en contacto desde los comienzos de su práctica clínica, y con los que, de acuerdo o en desacuerdo, ha confrontado las intuiciones que trabaja en la logoterapia y el análisis existencial.

Quizá sea *Sigmund Freud* el más importante. El diálogo con el psicoanálisis se mantiene a lo largo de toda su obra, un interés suscitado desde muy joven⁵¹. Para Frankl es admirable la obra freudiana, y será –por acción o por reacción– fuente de inspiración de sus grandes intuiciones también. En efecto, Frankl descubre en el inconsciente –a diferencia de Freud– no sólo elementos instintivos, sino también la presencia central de características espirituales. Su interés por los aspectos inconscientes del obrar humano constituye, según él, el gran mérito de Freud. Pero, la brillantez se estropea debido sobre todo al reduccionismo en que cae.

Lo que guía y pierde a Freud es su antropología. Toda acción no es fruto de una elección personal, responsable y consciente. El hombre actúa guiado por su inconsciente, por sus instintos, por motivaciones no aceptables a nivel de conciencia. No existe un ámbito de libre expansión del ánimo humano; todo está determinado inexorablemente por la propia estructura psíquica, por complejos de la infancia principalmente de carácter sexual. Por esto, el psicoanálisis considera exclusivamente el fundamento psíquico de cualquier manifestación humana, aun de la vida espiritual, indicando como propio del hombre el placer y el instinto, la dinámica afectiva y la energía instintiva. La aspiración a los valores se cambia por una simple aspiración al placer; es un medio para un fin de una pura satisfacción de las necesidades. Pero tender únicamente al placer quiere decir descuidar el carácter esencialmente intencional de toda actividad psíquica humana⁵². Entonces todo se hace uniforme: el mundo pierde su dinámica profunda y la realidad su relieve de valor. En ésta visión el buen humor que nos ocupa nace, crece y se agota, en el mejor de los casos, en una sublimación de una pulsión sexual.

⁵¹ El intercambio epistolar entre el maestro y el joven estudiante (desgraciadamente perdidas) son un cierto indicio de la intensa admiración que en sus primeros momentos sentía por él.

⁵² Aquí, el hombre es despersonalizado, porque se destruye la persona en su unidad, porque se olvida la totalidad: desprecia su espiritualidad. La concepción del hombre dominado por mecanismos, expone en clave psicoanalítica la presencia de un médico capaz de solucionar técnicamente las eventuales turbaciones, poniendo orden donde ha sido perturbado. Esto es posible para una máquina, pero no para el hombre, y mucho menos para el hombre enfermo.

Respecto de *Adler* hay que afirmar que existen conexiones entre el sistema frankliano y la psicología individual, sobre todo por considerar al hombre en su unidad con una concepción personalista⁵³. De lo que se trata es de lograr un fin: el estudio de la personalidad y de las manifestaciones psicológicas, basado en el dinamismo humano. Sin embargo, Adler en algunos casos de neurosis se remonta a la infancia, atribuyendo la manifestación de la misma neurosis a un complejo de inferioridad, derivado de los años de la infancia, por disminuciones físicas. Otro factor de la psicología individual se refiere al sentimiento de comunidad. Existe en este punto una neta diferencia entre Adler y Frankl, porque éste da al individuo una mayor libertad en el campo social y no sólo en el biológico y psicológico; libertad fuera de todo lo social, como, por ejemplo, el arte.

También se puede mencionar a *Jung*, para quien es mucho más importante para el hombre llevar a término el propio proceso de individuación, entregarse “por sí solo”, de tal manera que pueda descubrir mejor las propias actitudes y absorber al mismo tiempo la propia función social. Es característico de su psicología un innatismo distintivo por el que cada uno es la suma y la representación de la colectividad, por medio de un proceso hereditario. Tales predisposiciones son llamadas por Jung “arquetipos”. El principal arquetipo en el hombre es el elemento materno, porque asume en él el carácter de la divinidad. La madre es para el hombre la posibilidad de regenerarse semejante a sí mismo. Tenemos, pues, una reducción instrumentalista de la religiosidad, opuesta totalmente a la teoría de Frankl⁵⁴. El hombre es impelido a la religiosidad, pero se decide personalmente por Dios.

⁵³ Cf. FRANKL, V., *Logoterapia y análisis existencial*, Herder, Barcelona, 2011 (1994), pp. 17, 106, 155, 230.

⁵⁴ Aunque Frankl discrepa con él, es indudable el aprecio por ciertos elementos de su doctrina. Las citas sobre Jung son recurrentes. Cf. FRANKL, V., *La voluntad de sentido. Conferencias escogidas sobre logoterapia, (con una colaboración de Elisabeth Lukas)*, Herder, Barcelona 1988, pp. 112, 119, 123, 167; *Logoterapia y análisis existencial*, Herder, Barcelona 2011 (1994), pp. 22, 34, 121; *Psicoterapia y existencialismo. Escritos selectos sobre logoterapia*, Herder, Barcelona 2001, pp. 23, 53, 58; *Ante el vacío existencial. Hacia una humanización de la psicoterapia*, Herder, Barcelona 1987, pp. 40, 45ss.

La psicología moral de *Rudolf Allers* es necesaria –en este recorrido– tenerla en cuenta⁵⁵. El núcleo de su pensamiento se da en una visión ética y religiosa del hombre. Frankl había seguido con gran interés las disputas entre Adler, Allers y Schwars. Además, trabajó durante un año con Allers y quedó muy impresionado por su seriedad científica. Los motivos de la separación de la sociedad adleriana se deben tanto a la negación de Adler a considerar los problemas que carecen de inmediatez empírica como a su concepción de los problemas y de los conflictos como simples “síntomas” y, finalmente, a la incapacidad de ver las implicaciones filosóficas de su doctrina. En la concepción de Allers, la neurosis es sobre todo algo existencial, profundamente radicado en la dimensión espiritual del hombre.

A este punto no se puede pasar por alto la *Daseinsanalyse* de *Binswanger*, conocida en Italia como *antropoanálisis*. Influido por Heidegger al *homo natura* de Freud, dominado únicamente por la instintividad, opone el *homo existentialis*: el hombre en su integridad, muy distinto a un puro mecanismo, y considerado en su ser –en –el –mundo⁵⁶. La presencia humana se manifiesta en una variedad siempre nueva de modos de ser, desarrollándose en el proceso histórico de expresiones. El trabajo de Binswanger es rico de matices que no es posible presentar aquí, para nuestro propósito basta con recordar el papel fundamental que juega la presencia o la falta de “amor”⁵⁷. El mérito de Binswanger, reconocido por Frankl, es el de reportar la enfermedad mental a la

⁵⁵ En algunas obras de Frankl se pueden encontrar referencias al autor: *Logoterapia y análisis existencial*, Herder, Barcelona 2011, pp. 229-239; *El hombre doliente*, Herder, Barcelona 2003, pp. 177, 250, 276; *La voluntad de sentido*, Herder, Barcelona 2002, pp. 70, 118, 124; *Teoría y terapia de la neurosis*, Herder, Barcelona 2001, p. 85.

⁵⁶ Cf. FRANKL, V., *Teoría y terapia de la neurosis*, Herder, Barcelona 2001, pp. 83, 88, 223; *La voluntad de sentido*, Herder, Barcelona 2002, pp. 86, 120, 141, 174; *El hombre doliente*, Herder, Barcelona 2003, pp. 30, 37, 128, 142, 156ss.

⁵⁷ De cara al humor como auto distanciamiento, quizá se pueda apresurar una luz para nuestro tema. Para Binswanger, el amor es totalmente independiente de la temporalidad, de la cronología, de las especificaciones limitadas y limitantes del tiempo y del espacio; permanece inmutado e inmutable en la separación, en la lejanía y aun en la muerte de uno de los amantes.

esfera del ser, sustrayéndola de la del tener e indicándola como un modo de presencia humana⁵⁸.

El gran maestro de Frankl es *Max Scheler*. En el campo de la filosofía es íntima la relación de la logoterapia de Frankl con la ética de los valores de Max Scheler. Además, si Scheler habla del hombre abierto al mundo, Frankl sostiene que ser hombre quiere decir ser más allá de sí mismo, en el sentido de que la esencia de la existencia humana consiste en la autotranscendencia⁵⁹. Para Scheler, el principio de la vida es el espíritu y la persona humana es esencialmente espiritual. Scheler afirma que “el hombre es aquel X capaz de comportarse como un ser ilimitadamente ‘abierto al mundo’. Ser hombre significa elevarse, por la fuerza del espíritu, hasta poder abrirse al mundo”. Ser hombre es estar siempre dirigido hacia algo o alguien, hacia un trabajo o a una persona que se ama, hacia el Dios que se sirve. En Scheler es posible encontrar las premisas de la concepción frankliana de la conciencia como “voz de la trascendencia”.

Excede el tratamiento de la cuestión el tener que abordar uno por uno cada uno de los pensadores que de alguna manera tienen que ver con el pensamiento de Frankl. Nos basta con mencionar algunos más sin desmerecer su importancia. Entre ellos tenemos: M. Heidegger con su concepto peculiar de la existencia: el ser humano como el único ser que existe⁶⁰. El filósofo judío Martin

⁵⁸ Cf. FRANKL, V., *Psicoterapia y existencialismo. Escritos selectos sobre logoterapia*, Herder, Barcelona 2003, pp. 137ss. Es un buen ejemplo de cómo suele ser el diálogo con los pensadores citados. Valoración y distancia podría resumir la actitud delante de sus doctrinas.

⁵⁹ Cf. FRANKL, V., *Ante el vacío existencial. Hacia una humanización de la psicoterapia*, Herder, Barcelona 1987, pp. 42, 110, 120; *El hombre doliente. Fundamentos antropológicos de la psicoterapia*, Herder, Barcelona 2004, pp. 19, 28, 99, 129, 205, 210, 274, 281; *La voluntad de sentido. Conferencias escogidas sobre logoterapia*, Herder, Barcelona 1988, pp. 70ss, 89, 116, 118, 138, 140, 149, 157, 219; *Logoterapia y análisis existencial*, Herder, Barcelona, 2011 (1994), pp. 20, 34, 69, 140, 148; *Teoría y terapia de las neurosis. Iniciación a la logoterapia y el análisis existencial*, Herder, Barcelona 2001, pp. 68, 204.

⁶⁰ Cf. FRANKL, V., *El hombre doliente. Fundamentos antropológicos de la psicoterapia*, Herder, Barcelona 2004, pp. 89, 102, 141, 168, 279; *Logoterapia y análisis existencial*, Herder, Barcelona 2011 (1994), pp. 163, 174; *Psicoterapia y existencialismo. Escritos selectos sobre logoterapia*, Herder, Barcelona 2001, p. 139; *Teoría y terapia de las neurosis. Iniciación a la logoterapia y el análisis existencial*, Herder, Barcelona 2001, pp. 88, 223.

Buber con su concepto yo-tú⁶¹. La obra de Karl Jaspers, con su constante “invitación” a un retorno, a un volverse a sí mismo –y más allá– en toda su profundidad⁶².

3.1.2: Hacia el concepto de persona

Hemos juzgado oportuno tener como punto de partida en la presente tesis el desarrollo, al menos sucinto, del concepto de persona, es decir, lo que implica la realidad humana, el hombre concreto, tal como viene presentado en las obras de Frankl en una primera lectura. Se puede ver desde el inicio la complejidad y riqueza del concepto dado que Frankl quiere con decisión hacer justicia a todos los aspectos (subrayando los más importantes) del ser humano⁶³. El análisis existencial, en efecto, trabaja con una noción de persona pluridimensional. Aquí se usa el término persona para designar el modo particular de ser del ser humano, tal y como lo concibe Frankl en su análisis existencial.

También para Frankl la persona humana es un misterio, un desafío constante que impele a pensar. En la filosofía clásica (aristotélico – tomista, si se quiere) persona *est nomen dignitatis* y, por tanto, con valor infinito, era el

⁶¹ Para una referencia en Frankl sobre Buber se puede ver *El hombre doliente*, Herder, Barcelona 2004, p. 285; *La voluntad de sentido. Conferencias escogidas sobre logoterapia*, Herder, Barcelona 1988, pp. 55, 209ss; *Logoterapia y análisis existencial*, Herder, Barcelona 2011, p. 296ss.

⁶² Para una visión sintética de su sistema cf. CRUZ PRADOS, A., *Historia de la Filosofía contemporánea*, Eunsa, Pamplona 1991, 167-172. El mismo Jaspers sabe apreciar el pensamiento de Frankl, cf. *Lo que no está escrito en mis libros. Memorias*, San Pablo, Buenos Aires 2011, p. 107; *Psicoterapia y existencialismo. Escritos selectos sobre logoterapia*, Herder, Barcelona 2001, pp. 91, 137.

⁶³ Es verdad que se podría haber empezado a estudiar primero la Logoterapia y allí dentro de ella el concepto de hombre que maneja, pero se piensa que es mejor el modo que proponemos, ya que tiene la ventaja de hacer ver que es la logoterapia la que se quiere adecuar a la persona. Para un primer alcance en la misma obra de Frankl puede verse *Psicoterapia y existencialismo. Escritos selectos sobre logoterapia*, Herder, Barcelona 2001, pp. 137ss, se trata del apartado titulado como *Análisis existencial y ontología dimensional; Logoterapia y análisis existencial*, Herder, Barcelona 2011, pp. 61-164.

título de garantía de la inviolabilidad del ser humano, garantía de su ser improfanable. En fin, era como un manto de cobijo universal que cubría a todos los hombres sin ningún tipo de salvedad o distinción. En la filosofía moderna y contemporánea, en cambio, se ha efectuado una variación que llevado en coherencia arroja como resultado –evidente en nuestra sociedad– el hecho de que haya hombres que no sean personas. Hombres que deban “ganarse” su dignidad personal, y hombres que ni siquiera puedan aspirar a ella.

Frankl vive en gran medida de las ideas de Husserl⁶⁴, Heidegger y, no digamos, Scheler. Esta injerencia se aprecia en su concepto de persona humana, como cuando se define que el hombre no es sino que “se hace”. No podremos encontrar en el fundador de la logoterapia frase alguna que sugiera el extremo negativo al que aludimos, pero es verdad que la concepción contemporánea no le es ajena e incluso se puede decir que la comparte. Por esta razón y, para contrarrestar cualquier interpretación sesgada de la persona, se intentará delinear un concepto en base al mosaico de ideas que sugiere el doctor Frankl.

La fenomenología existencialista de Frankl no carece de su peso metafísico. Enumeramos a continuación diez enunciados que se suele proponer como las diez tesis de Frankl sobre la persona⁶⁵:

La persona humana: 1. Es un *in-dividuum*, es decir, no se puede subdividir ni escindir, se caracteriza por su *unidad*; 2. Es *insummabilis*, de manera que tampoco se le puede adicionar algo, pues es en sí mismo una *totalidad*; 3. Es un ser nuevo en lo particular, porque de hecho es lo único nuevo que puede llegar a ser; 4. Para Frankl, es existencial, en tanto facultativa y capaz de autodeterminación; 5. Es “tridimensional”, en ella se integran tres modos de ser: físico, psicológico y espiritual; 6. Es yoica y obligadamente inconsciente, pues

⁶⁴ Sobre la valoración positiva o negativa que hace Frankl de la obra de Husserl cf. *El hombre doliente. Fundamentos antropológicos de la psicoterapia*, Herder, Barcelona 2004, pp. 105, 111, 210; *La voluntad de sentido*, Herder, Barcelona 1988, pp. 89, 157; *Psicoterapia y existencialismo. Escritos selectos sobre logoterapia*, Herder, Barcelona 2001, p. 83.

⁶⁵ FRANKL V. E. (& E. Lukas), *La voluntad de sentido. Conferencias escogidas sobre logoterapia*, Herder, Barcelona 1988, pp. 106-115. Cf. también *Logoterapia y análisis existencial*, Herder, Barcelona 2011, 68-69.

en esto último hunde sus raíces lo espiritual; 7. Es espiritual, porque tiene la facultad de contraponerse a su facticidad psicofísica; 8. Es también capaz de autodistanciamiento respecto de lo psicofísico; 9. Se comprende en la respuesta a la llamada de la trascendencia; y, finalmente, 10. Su existir está en concordancia con la premonición de un sentido preexistente por descubrir.

Varios de los aspectos apenas enunciados tendrán ocasión de ser explicados a lo largo de las páginas siguientes. Hay que recordar una vez más, a la hora de estudiar el hombre en Frankl, la deuda intelectual que tiene con la fenomenología de Husserl a través del filtro Scheleriano. De hecho, se evidencia a la hora de seguir cada uno de los aspectos y dimensiones de la persona, o al momento de tratar sobre los elementos constitutivos de la existencia humana⁶⁶.

En Frankl se perciben tres modos de acercarse a la misma realidad del hombre: sea considerando los elementos constitutivos de la existencia humana; sea fijándose en la tridimensionalidad del ser personal; y contemplando la imagen de hombre. Quizá convenga al menos bosquejar a qué se refiere cada uno de los modos mencionados:

1: Los elementos constitutivos de la existencia humana, según Frankl, deben ser tomados como «fenómenos primarios, irreductibles, del ser del hombre»⁶⁷. De tal manera que no se pueden deducir ni mucho menos reducir a simples epifenómenos provenientes de estratos anteriores o más simples del ser. Son auténticos fenómenos humanos, característicos y *constituyentes* del ser humano. Tales elementos son 3: la *Libertad*: que no es una libertad *de* algo, sino hacia algo, es decir, una libertad *para* algo dentro de su existencia: es una toma de postura, una actitud existencial. La *Responsabilidad*: que es habilidad para responder, respuesta ante un deber, ante un sentido que clama por ser cumplido. Y la *Espiritualidad*: referido al ser humano terrenal, es un modo de ser, un nivel de existencia, una *espiritualidad antropológica* que indica la

⁶⁶ Para el tratamiento de la cuestión véase por completo el apartado titulado *Imago hominis* en BRETONES, F., *Logoterapia: la audacia de vivir*, San Pablo, Buenos Aires 2005, 171-179;

⁶⁷ FRANKL, V. E., *La idea psicológica del hombre*, Rialp, Madrid 1999⁶, pp. 166 ss.

manera de ser propia del ser humano. En este elemento es donde se manifiestan las auténticas motivaciones humanas y aspiraciones más íntimas.

2: La tridimensionalidad del ser personal es una idea que tiene una larga historia. Frankl la asume y la modifica ligeramente. No es otra cosa que los tres “ámbitos” (mejor es decir dimensiones) de la única realidad. Son los ámbitos: a) *Biológico*: que se refiere a lo meramente corporal y se mueve por necesidades físicas; b) *Psicológico*: que engloba características de la personalidad, carácter, impulsos, estados de ánimo; y se mueve por el deseo, el placer y la distracción; y c) *Noético* (Noûς espiritual): que es el centro existencial del ser, es a lo que nosotros nominamos al decir *persona*, y su fuerza motivadora es la búsqueda de sentido, la espiritualidad, la responsabilidad, la autotranscendencia. Esta dimensión fundamenta toda la teoría y la práctica frankliana.

3: La *imago hominis*, en otras palabras, todos los datos anteriores se podrían resumir en una ontología dimensional: aun cuando la logoterapia conceda primacía a la dimensión espiritual sobre la psicofísica, de ningún modo quiere decir que la niegue o desprecie. Para Frankl el ser humano es una «unidad a pesar de la diversidad, porque hay unidad antropológica a pesar de las diferencias ontológicas, a pesar de las diferencias entre las modalidades diferenciables del ser. La marca característica de la existencia humana es la coexistencia entre su unidad antropológica y sus diferencias ontológicas, entre la forma unitaria de ser que tiene el hombre y las modalidades diferenciables del ser, de las que participa aquélla»⁶⁸. Para sintetizar esta visión de la persona acude a un latinismo: *unitas multiplex*.

Es indispensable cimentar desde el inicio qué sea el hombre. Efectivamente, una antropología que ve al hombre como un “aparato mecánico” y como un “aparato psíquico” no conduciría más que a un estudio y a una praxis torpe. De una concepción así nunca se constituye -para Frankl- una ciencia del hombre, sino del *humunculus*. El *humunculismus* resume en el fondo de las

⁶⁸ Para toda esta frase en su contexto cf. FRANKL, V. E., *Psicoanálisis y existencialismo. De la psicoterapia a la logoterapia*, Breviarios, FCE, México 2000², pp. 48-54.

diversas facetas de las búsquedas contemporáneas en torno al hombre, definidas como biologismo, psicologismo, sociologismo⁶⁹. Estas se esfuerzan por reducir al hombre a un esquema demasiado simple: instinto, autómatas con simples reflejos, mecanismo anímico, producto de fuerzas productivas y económicas.

Esta última idea nos pone en condiciones de abordar el último de los puntos de nuestro primer capítulo. En efecto, si se consideran los movimientos del psicoanálisis y de la psicología individual se notan claramente algunos de sus límites, con la consiguiente exigencia de una terapia que atienda no sólo la profundidad del inconsciente, sino también las “alturas” del hombre. Remontándose a Freud y a Adler, Frankl ve en sus sistemas algunos puntos débiles, o mejor dicho incompletos en lo que se refiere al aspecto antropológico, al modo de concebir al hombre. Frankl mantiene que ser hombre significa conjuntamente ser consciente y ser responsable, y funda la concepción unitaria de la totalidad humana, que considera cada ser humano como esencialmente un “ser diverso”, porque la relación de un ser en el otro ser es lo que realmente existe.

3.1.3: El encaje de la Logoterapia en la persona

Como veremos a continuación, Frankl se sitúa en la misma línea, descubriendo en la persona amada el poder-ser y destapando las posibilidades de valores escondidos en ella. Frankl, a su vez, indica que para el *homo patiens* se requiere el *medicus humanus*⁷⁰, lleno de humanidad y comunicatividad, en

⁶⁹ Cf. FIZZOTTI, E., *De Freud a Frankl. Interrogantes sobre el vacío existencial*, Eunsa, Pamplona 1977, pp. 41ss. Parafraseando a Frankl No entiendo mucho de biología ni de biologismo. La primera la estudie para mi primer examen fundamental de medicina; pero el biologismo lo conocí durante mi segunda experiencia vivida en los campos de concentración en Auschwitz, y se llega a un punto: las cámaras de gas, nacidas de la premisa de que el hombre no es más que un producto de la herencia y del ambiente o, como se decía en aquellos tiempos, un producto “de la sangre y del suelo”... De tal “teoría” antropológica a la “práctica” de la eutanasia en las cámaras de gas el paso es breve” (1962 a, 220-221).

⁷⁰ Cf. BENEDICTO XVI (2005), *Deus Caritas est*, n° 31: “Por lo que se refiere al servicio que se ofrece a los que sufren, es preciso que sean competentes profesionalmente... pero por sí sola

el que descubrir no sólo al que ejerce la profesión de médico, sino al que vive en profundidad la profesión del hombre.

Tener una idea de lo que concibe Frankl por ser humano, realidad humana o, simplemente, hombre, facilita luego el trabajo posterior. El objetivo, entre otros, de este acápite es evidenciar cómo Frankl resulta muy coherente con su visión de persona, en la que tiene que ver mucho la antropología de Max Scheler. Todos los esfuerzos de la logoterapia están encaminados al servicio del hombre, aspirando que tal servicio pueda ser en el mejor de los modos integral, es decir, teniendo en cuenta cada una de sus dimensiones.

Es verdad que la logoterapia nace en el contexto de las psicoterapias, por lo que hay que tenerlas en cuenta para definirla. Se procede para esto a hacer una descripción de lo que implica la logoterapia y el análisis existencial.

Frankl quiere desde el primer momento entablar un diálogo entre la filosofía y la medicina; más en concreto, entre la filosofía de la existencia (que más adelante tendrá rasgos fenomenológicos) y la psiquiatría y la psicoterapia. Se da cuenta que con esto se proyectan ventajas respecto de su objeto de estudio: el ser humano⁷¹. Una de las más notables es el énfasis en la tridimensionalidad antropológica de la persona que hemos visto más arriba. Después de formular un concepto de hombre el resto viene casi como consecuencia, por ejemplo, la preponderancia de la responsabilidad, que luego conduce al tema del sentido de la vida como un recurso terapéutico y como un reconocimiento antropológico inherente al ser humano. Allí el sentido es captado por la conciencia espiritual, y así es como el análisis existencial y la logoterapia pone el acento en el carácter auto trascendente de la persona.

Pero la logoterapia necesita también un objeto formal y no puede velar y ocuparse por todo sin perder su matiz científico. Por eso, va dirigida y se fija no

no basta. En efecto, se trata de seres humanos, y los seres humanos necesitan siempre algo más que una atención sólo técnicamente correcta. Necesitan humanidad". En la jerga frankliana se diría que el hombre doliente requiere algo más que un veterinario.

⁷¹ Esta es la base fundamental de un movimiento conocido como psiquiatría fenomenológica-existencial. Entre sus representantes hay que contar a: von Gebattel, Allers, Binswanger, Boss, Straus, Minkowski y Jaspers, entre otros.

sólo en el ser, *sino también* en el *sentido* de ese ser. Y todavía más en concreto, con palabras de su creador se puede decir que «La logoterapia es el resultado de la aplicación de los conceptos de Max Scheler en psicoterapia»⁷². Con estas palabras, al mismo tiempo que nos revela y esclarece su filiación, nos dice algo más: la logoterapia está diseñada, principalmente, para el trabajo en el área de las *neurosis*.

Aunque superficialmente nos encontramos ya de cuerpo entero en el centro de la logoterapia, donde la experiencia clínica que lleva consigo encontrarse con varias y variadas enfermedades –hay todo un historial “patológico”– le hace descubrir la necesidad de tratar algunas de ellas de un modo nuevo. En este campo su aporte más importante será el de individuar, catalogar y tratar las crisis existenciales, a las que denomina con el audaz neologismo *neurosis noógenas*.

Él pensaba que estas crisis contienen en el fondo la pregunta por el sentido de la vida. Es una crisis de *logos*, una crisis “intelectual”, una crisis en el mismo *nous*, en fin, una crisis de “ignorancia”, donde es necesario “saber” un determinado tipo de “saber”. Hay, en efecto, una clase de *saberes* necesarios que permiten a la persona transitar dicha crisis, salir de ella, hacerle frente: «Esa clase de saberes son por sí solos muy antiguos, pero sólo la logoterapia los ha erigido como método y los ha incorporado en un sistema»⁷³.

Terminemos, pues, definiendo la logoterapia y el análisis existencial. Se trata de un par inseparable. El autor las utiliza indistintamente, pero parece aconsejable distinguirlos. En primer lugar, el *análisis existencial* (*Existenzanalyse*) es un intento de aproximarse al ser humano, es decir, se trata de una orientación antropológica de investigación. En cambio para entender el significado de *logoterapia* hay que acudir a la etimología tal como la utiliza

⁷² FRANKL, V. E., *Fundamentos y aplicaciones de la Logoterapia*, Colección Noesis No. 15, San Pablo, Buenos Aires 2002, p. 15.

⁷³ FRANKL, V. E., *En el principio era el sentido. Reflexiones en torno al ser humano*, Paidós, México 2001, p. 32. En esto Frankl tendrá varios seguidores, los más conocidos para nosotros son: Elisabeth Lukas, Eugenio Fizzotti, Joseph Fabry y Alfred Längle (con el que Frankl no estuvo de acuerdo en todo).

Frankl. De un lado, la palabra *therapeia*: curación, cuidado, y de otro, el *logos*, que en este contexto tiene dos acepciones: “sentido” y “espíritu”. De tal manera que logoterapia es: 1) una terapéutica a través del sentido de la vida y 2) una terapéutica desde lo espiritual. Si acogemos ambas definiciones, observamos el meollo de la propuesta frankliana: la distinción antropológica de lo espiritual como lo específicamente humano y, la utilización de una esencial tendencia humana hacia el sentido como camino para su curación.

3.II: SENTIDO DEL HUMOR (OBRA Y PENSAMIENTO DE FRANKL)

3.II.1: Desambiguación del sentido del humor

Es frecuente oír a las personas hablar sobre el humor en una multiplicidad de acepciones que son muchas veces desconocidas por ellas mismas. Así, por ejemplo, se habla de “hoy he amanecido de buen humor”, “afronta la vida con sentido de humor”, “tu actitud, me ha puesto de mal humor”, “me reí en demasía, por el humor del payaso”, etc.

En este apartado intentaremos describir y circunscribir la palabra humor dentro de los parámetros que V. Frankl ha establecido para desarrollar su propuesta. Intentaremos, pues, poner en evidencia cuál o cuáles son las acepciones que nuestro autor utiliza para así delimitar con mayor claridad el objeto de nuestro estudio.

Si tuviéramos que buscar un origen a la existencia del sentido del humor en el hombre, tendríamos que recurrir a los orígenes de su existencia: el hombre tiene sentido del humor desde que comenzó a ser hombre. Por otro lado, aunque si bien es cierto que el sentido del humor está presente desde el inicio de la existencia humana, no es cierto que la semántica de la palabra humor haya tenido siempre una univocidad a lo largo del desarrollo histórico de las ideas.

El término humor proviene del lenguaje de la física. Su etimología es latina y significaba humedad. Según el DRALE “humor” viene del lat. *humor*, *-ōris*: “líquido”, “humor del cuerpo humano”⁷⁴.

El término fue utilizado por Hipócrates de Cos⁷⁵ (s. IV a.C.) para crear su teoría de los humores, que más tarde a través de la escuela de Alejandría y de los árabes, fue recogida por los alquimistas y médicos medievales, los cuales distinguían cuatro tipos de humores en el cuerpo humano: bilis, atrabilis o bilis negra, sangre y flema, y que a su vez daban lugar también a cuatro temperamentos: bilioso, melancólico, sanguíneo y flemático. Clasificación que se ha utilizado en la psicología hasta la época moderna. Con Galeno⁷⁶ (s. II d. C.), que aceptó y amplió la teoría de Hipócrates, el término sufrió una especificación, al ponerse la causa de las enfermedades en el desequilibrio humoral.

El desarrollo histórico de la palabra humor ha tenido su complejidad desde sus inicios, y por lo mismo la semántica de la palabra humor, se ha ido desarrollando paulatinamente a lo largo de la historia del pensamiento humano, hasta poseer ciertos matices bien definidos. Por ello, es necesario abordar la cuestión desde una óptica diacrónica que nos permita ver rápida y holísticamente la concepción y el desarrollo de la palabra humor en las distintas épocas de la historia y lugares del mundo. Conocer el pasado es conocer nuestro presente. De ahí que, sea necesario abordar nuestro tema investigando, desde la historia de las ideas⁷⁷ ¿cuáles han sido las diversas acepciones semánticas que ha tenido la palabra humor y con cuáles de ellas nos podemos quedar para el acabamiento de nuestro estudio?

El humorismo, según la tradición galénica⁷⁸, es doctrina generalmente admitida por la medicina medieval y hace crisis a principios del siglo XVI,

⁷⁴ Real Academia Española (2001), voz *Humor*, en Diccionario de la lengua española (22^o ed.).

⁷⁵ DÍAZ TABOADA, J. M., *Humorismo I* en GER, pp. 246-248.

⁷⁶ PANIAGUA, J.A., *Galeno* en GER, pp. 624-626.

⁷⁷ Para la redacción de esta sección histórica del apartado hemos utilizado: DÍAZ TABOADA, J. M., *Humorismo I* en GER, pp. 246-248.

⁷⁸ Para más información consultar: La salud: medicina, en Enciclopedia Nueva Acta 2000, RIALP, Madrid, 1982, p. 77.

orientándose más hacia la influencia que tienen las lesiones orgánicas en los desequilibrios temperamentales, hasta tal punto que a lo largo del siglo el vocablo se pone de moda, en el sentido que ya se había fijado en el *New English Dictionnary* en 1475, como *habitual tendency, temperament*, que implicaba comúnmente una rareza o excentricidad de carácter natural o afectada.

Llegados al Renacimiento, el término es recogido en este último significado de temperamento o idiosincrasia, por los retóricos renacentistas Scaligero y Minturno⁷⁹, acepción que permanecerá hasta Shakespeare.

Por otro lado, mientras ya existía en plural la palabra humor: *humours*, que designaba burlas, bufonadas y excentricidades, Ben Jonson⁸⁰, dramaturgo, poeta y actor inglés, utilizaba el término para designar el carácter específico de un extravagante innato. En un sentido literario hacía uso del término llamando humores a los personajes (caracteres) que actuaban en su comedia.

En el Barroco, Shakespeare y Cervantes, dibujan los tres rasgos más importantes de la época: extravagancia, melancolía e ingenio. Excentricidad que también fue el primer rasgo del humorismo. Extravagante es el caballero de la triste figura que hace reír con su sola presencia, y lo mismo el misántropo lúcido y bueno, que hace chistes y bromas con aire de melancolía según la receta que da Falstaff en el *Enrique IV*⁸¹ de Shakespeare, para hacer reír al príncipe: “una gracia dicha con gesto triste”.

Desde este ambiente literario el humor va convirtiéndose en una *actitud consciente*, por la cual uno se sobrepone a sus propios yerros y rarezas, no ya innatos, sino adquiridos: -Dryden⁸², Shadwell (1640–92), Congreve (1670-1729)-, o en una exposición intencionada y destinada al público por un artista (Home). Así

⁷⁹ En la segunda mitad del siglo XVI la *Poética* de Aristóteles, por motivos literarios, políticos y religiosos, despierta un enorme interés en la Italia renacentista. Autores como Segni, Maggi, Scaligero, Minturno, Castelvetro, y muchos otros, traducen, comentan, parafrasean, completan, etc., la obra de Aristóteles, que se analizaba en las Academias literarias de las principales ciudades italianas.

⁸⁰ PUJALS, E., *Jonson Ben* en GER, pp. 490-491.

⁸¹ SHAKESPIARE, W., *Enrique V*, Planeta DeAgostini, Barcelona 2000. Son ejemplos también *Romeo y Julieta*, México 1995.

⁸² SHAW FAIRMAN, P., *Dryden Jhon* en GER, pp. 141-142.

observa Escarpit la distinción entre el humor que se “es” (Ben Jonson), el que se “tiene” (Addison⁸³) y el que se “hace” (Home). El humor aquí aparece como una capacidad para elevarse por encima de los condicionamientos externos. Se distingue entre un humor innato, connatural a algunos y adquirido. Este delineamiento de perspectiva marcará un hito importante para nuestro objeto de estudio. A partir de este momento histórico el humor no se condicionará exclusivamente al ámbito puramente biológico, que excluye la libertad humana, sino que dependerá también de la libertad del hombre, es decir, su voluntad, para su puesta en práctica.

El s. XX presenta las figuras de G. B. Shaw⁸⁴ y G. K. Chesterton⁸⁵, utilizando el humorismo comprometido. En Alemania el *humour* inglés entró en el s. XVIII. Gottsched (1700-1766) lo tomó en el sentido de *laune*, como capricho o extravagancia, Lassing⁸⁶ también, pero luego le atribuyó un carácter más fijo, que resulta ser la costumbre hecha *segunda naturaleza peculiar de un individuo*, es decir, un hábito adquirido con el que se actúa en la vida. Como los ingleses, los alemanes distinguían también el humor de la cabeza y del corazón, y también el literario y el vital (Riedel, 1742-85, Blankenburg, 1744-96).

El concepto de *humor-humorismo* como excentricidad aparece en Jean Paul Richter⁸⁷, heredero serio y ponderado de Sterne⁸⁸. Para Richter, el humorismo se distingue de lo cómico como lo lírico de lo ético. En su *Vorschule der Aesthetik* (1804) define el humor como lo cómico romántico, lo contrario a lo sublime, que anula lo finito, aunque no lo individual, por el contraste con la idea infinita. Para el humorismo no existen los necios sino la necedad en general y un mundo loco. *El humorismo rebaja lo grande y eleva lo pequeño*, pero no como la parodia o la ironía, sino para igualar las diferencias de este mundo y luego aniquilarlas al ponerlas en contraste con el infinito, ante el cual todo es igual y nada. El humorismo

⁸³ ASTRAIN, M. L., *Addison Joseph* en GER, pp. 208-209.

⁸⁴ MACDERMONTT, D., *Shaw George Bernard* en GER, pp. 288-289.

⁸⁵ JORNADA, R., *Chesterton Gilber Keith* en GER, pp. 105-106.

⁸⁶ COLLADO MILLÁN, J. A., *Gotthold Ephraim* en GER, pp. 201-204.

⁸⁷ COLLADO MILLÁN, J. A., *Richter Jean Paul* en GER, p. 294.

⁸⁸ SHAW FAIRMAN, P., *Sterne* en GER, pp. 668-669.

queda así paradójicamente elevado a cosmovisión, y es dulce, tolerante, melancólico, consciente.

La mera parodia estilística es *laune* (humor), el humorismo es ironía. Solger (1780-1819) y Vischer (1807-87) están más o menos en la línea de Jean Paul Richter, pero incluyen también la idea como objeto del humorismo, y descubren así el aspecto trágico del humor, pues Jean Paul solo veía el cómico. Hegel⁸⁹, por su parte, vuelve al concepto de humorismo como extravagancia y distingue entre humorismo subjetivo y humorismo objetivo. El primero, como autonomía formal de peculiaridades individuales, depende del talento del humorista, que busca todo lo que quiera hacerse objetivo, mientras que, en el segundo, la ocurrencia no es casual y arbitraria, sino movimiento interno del espíritu, que se dedica por entero a su objeto y lo conserva en interés y contenido. Hegel descubre así el aspecto de la objetivación artística del humor. Por su parte, Schopenhauer⁹⁰, veía el humorismo carente de benevolencia. Inspirado por el resentimiento y el rencor, y manifiesto en el cinismo derivado de una actitud desdeñosa.

En Francia la palabra *humour* entra hacia 1725, tomada del inglés, aunque existía anteriormente en francés en su forma *humeur*; Diderot⁹¹, aunque no emplea la palabra, demuestra ser el autor del s. XVIII que tiene un concepto más claro del humor, mientras que ya al final del siglo Madame de Staël⁹² explica el término, y éste comienza a nacionalizarse. En 1878 la Academia francesa admite *humoristique*, ignorando todavía *humour*, que no se admitirá hasta 1932. Al no existir palabra equivalente a la italiana *umorismo* o a la española “humorismo”, *humour* cubre el conjunto del género. E. Goncourt⁹³ había usado primeramente el término aplicado a la caricatura dibujada, y de ahí pasó luego a referirse a la caricatura hablada. El valor trascendente y selecto del humor lo descubre el s. XX,

⁸⁹ FABRO, C., *Hegel* en GER, pp. 632-637.

⁹⁰ ALMAZÁN HERNÁNDEZ, R., *Schopenhauer A.* en GER, pp. 65-66. Puede revisarse: SCHOPENHAUER, A., *El arte de ser feliz*, Herder: Barcelona, 2005, pp. 67-68.

⁹¹ MÉNDEZ GONZÁLES, R., *Diderot* en GER, pp. 694-696.

⁹² CIORANESCU, A., *Staël de Madame* en GER, pp. 653-654.

⁹³ BLANCO, C. A., *Goncourt E.* en GER, pp. 100-101.

y la crítica le consagra varios estudios –Cazamian⁹⁴, Bergson⁹⁵– aunque no serán los filósofos, sino los poetas los que abrirán las puertas del humorismo.

Durante el s. XX se ha dado el tipo de humorismo inglés correcto y un tanto sistemático, como el de Maurois (1885-1967), intelectual como el de Jules Romains tenso como el de Giaraudoux, etc., mientras André Breton hace su *Anthologie de l'humour noir*, definiendo el humor como “*une révolte supérieure de l'esprit*”. Después de la II Guerra Mundial surge en toda Europa un nuevo humorismo como filosofía de la existencia y destacan tres éxitos mundiales: Mikes, Guareschi (1908-68) y Daninos. El humor moderno es sociológico e histórico, y abarca todos los aspectos de la vida humana, por encima de diferencias nacionales⁹⁶.

Aquí una síntesis de Osvaldo Castilla acerca del desarrollo en la historia del término humor:

“El humor tiene una larga prehistoria y una corta historia. Existe desde que hay humanos, pero comenzó a ser objeto de estudio muy tarde. Fue Hipócrates (siglo IV a.C.), quien acuñó la palabra "humores" para describir los temperamentos sanguíneo, flemático, melancólico y bilioso, que correspondían, respectivamente, a los "humores" que se relacionaban con los climas terrestres: sangre (caliente), flema o atrabilis (seco), bilis negra o melancolía (frío) y bilis amarilla o pituitaria (húmedo). En las comedias griegas se plasma el humor clásico de todos los tiempos. En la biblia (Proverbios 17, 22) se plantea ya el efecto curativo, pero es en la edad media cuando se comienza el uso terapéutico (trovadores y bufones). En el siglo XVI se difunde la caricatura en Italia y Francia, pero es en el siglo XX cuando se encuentra el mayor número de estudios y escritos alrededor de las diversas formas del humor:

⁹⁴ PEÑALVER SIMÓ, P., *Henry Bergson* en GER, pp. 75-77. También se puede consultar: BERGSON, H., *La risa: ensayo sobre lo cómico*, Alianza editorial, Madrid, 2012.

⁹⁵ Louis François Cazamian (2 April 1877 – 22 September 1965) académico y literato francés, autor de muchos libros en francés e inglés. Entre sus obras se encuentran: *History of English Literature* (1927), *Le Roman Social en Angleterre*, *The Development of English Humor* (1952), *The Social Impact of Dickens's Novels*, *L'Humour de Shakespeare and Symbolisme et Poésie*.

⁹⁶ TABOADA, J. M., *Humorismo I* en GER, pp. 246-248.

James Sully escribió sobre los beneficios de la risa. William McDougall postuló que la risa era una interrupción de la actividad mental que aumentaba los signos vitales. Sigmund Freud escribió sobre el chiste, analizando las técnicas del mismo y su relación con el inconsciente. Henry Bergson, premio nobel, escribió un ensayo sobre la significación de lo cómico. Ernst Kris se refirió a la psicología de los procesos creadores e hizo un psicoanálisis de lo cómico. Raymond Moody⁹⁷ estableció *el poder curativo del humor* en su excelente revisión sobre la risa. Hubertus Tellenbach relacionó la realidad con lo cómico y el humor. Nasim Yampey escribió sobre las diferencias entre el chiste, la comicidad y el humor.

También escribieron sobre los diferentes tópicos del humor: Vischer, Lipps, Fisher, Kraepeling, Richter”⁹⁸.

Como hemos hecho notar, el desarrollo y la significación de la palabra humor tienen una pluralidad de contextos y de acepciones a las que no es posible atribuir unívocamente un solo sentido semántico. El humor y su sentido tienen que estar bien delimitados por el ámbito en el que se pretende aplicar y vivir.

Por otro lado, aunque si bien es cierto, la palabra humor se encuentra revestida de una variedad de conceptos, podemos afirmar que todos ellos encuentran su punto de comunión en el hecho de que todos, sin excepción, expresan positividad frente a la vida.

Al finalizar este breve recorrido por la historia de la palabra humor, nuestra reflexión destaca que su uso ha sido clave a la hora de querer expresar la esperanza de vivir. La medicina, el teatro, la música, la literatura, la filosofía, han incluido en sus contenidos una buena dosis de esperanza, una buena dosis de humor.

Nuestro autor no prescindirá de esta dimensión trascendental del significado del humor. Frankl incluirá el humor como parte de la vida humana en el ámbito clínico, precisamente para dar “curación” y esperanza a la vida de los pacientes.

⁹⁷ Raymond A. Moody - Porterdale, Georgia, 30 de junio de 1944- es médico psiquiatra y licenciado en filosofía. Entre sus obras se encuentran: *Life After Life* (Vida Después de la Vida), *Reflections on Life After Lifree* (Más sobre Vida Después de la Vida), *The Light Beyond*, *Reunions*, *Life After*, *Loss*, *Coming Back* (Regresiones), *Reflections*, *The Last Laugh*.

⁹⁸ CASTILLA CONTRERAS, O., 202: *Psiquiatría y humor: humorismo, comicidad, chiste y psiquiatría*, Rev. Col. Psiquiatría, Vol. XXVI, No. 3, 1997.

¿En qué sentido pues se utilizará la palabra humor para el resto de nuestro estudio? Teniendo en cuenta de que V. Frankl emplea el concepto *sentido del humor* de un modo novedoso, caben utilizar para nuestro estudio, algunos términos que se aproximen al referido por nuestro autor. A saber, las acepciones predominantes que utilizaremos son: a. El humor como un elemento del *bios* del hombre; b. El humor como una reacción positiva a un acontecimiento, que implica la voluntad del hombre.

El desarrollo posterior de nuestro trabajo hará referencia explícita o al menos implícita de estos dos modos de concebir el humor, aunque la tesis principal supere y posea una considerable diferencia.

3.II.2: Antecedentes de la acepción de sentido del humor usada por Frankl

Tras este breve recorrido histórico del concepto de humor- humorismo, y como primicia a lo que posteriormente se desarrollará, podemos decir que nuestro autor a la par que no excluye del todo las diversas concepciones de la palabra humor, tampoco incluye en su concepto de humor una significación unívoca de la palabra, sino que su semántica incluye una variedad y pluralidad de matices que en lugar de desdibujar el término lo enriquecen.

Para lograr nuestro cometido, hemos creído preciso proponer algunos autores destacados de manera un poco más detenida, como antecedentes de V. Frankl, que han incluido el humor en la sistematización de su pensamiento. Aunque, si bien es cierto, algunos de ellos se distancian en gran medida de nuestro autor, nos parece oportuno dar una mirada holística al uso terapéutico del humor en la vida de los hombres.

En *Maquiavelo*⁹⁹, el humor se presenta con un tono amargo; este con jocosidad inquieta y turbada pone al descubierto sin piedad y sin argucia benévola, el vicio y la corrupción de la sociedad en la que se vive. Aquí el humor tiene una orientación un tanto declarativa, posee un carácter específicamente revelador. El sentido del humor así entendido y empleado, contribuye a un análisis del contexto social. Es necesario precisar que esta inteligencia del sentido del humor no se utilizará en el desarrollo de nuestro trabajo de investigación. El carácter positivo del que Frankl reviste al sentido del humor aparecerá en líneas posteriores y se encuentra en las antípodas de la idea de Machiavelo.

En *Kant*, el humor pertenece más a las artes placenteras que a las bellas artes, porque el objeto de éstas debe mostrar siempre en sí una cierta dignidad y por esto exige seriedad en la representación. Es humorismo el “talento de colocarse voluntariamente en una determinada disposición de ánimo, en el que todas las cosas son juzgadas de una forma del todo diferente a la ordinaria (incluso al revés) y a la vez conforme a ciertos principios racionales que se encuentran en la disposición misma. Quien está sometido involuntariamente a estos cambios se llama lunático; pero el que posee la facultad de asumirlos voluntariamente y con un fin (para producir una representación viva que con el contraste suscita la risa) se llama humorista o humorística su manera de ver”. Aquí el sentido del humor tiene que ver con el ámbito de lo racional. En efecto, el sentido del humor se refiere en Kant a una forma de ver y juzgar la realidad animosa y racionalmente, desde una configuración mental que se *crea* dentro de los parámetros de actuación humorística. Llama poderosamente la atención el hecho de que Kant haga partícipe a la voluntad, como elemento integrante de la acción humorística. Así entendido, el sentido del humor consistirá en *querer para*.

⁹⁹ Para el presente personaje y todos los que siguen como antecedentes de la acepción de sentido del humor, ver FERRARO, C., *Diccionario de Ciencias de la Educación*, voz: *humorismo*, Ediciones paulinas: Madrid, 1990.

F. Schlegel, considera el humorismo no solo como perteneciente al vivir social lógico, sino que incluso lo define como una “química lógica de la filosofía universal” (fragmentos de la universidad). El sentido del humor es condición para una sociedad coherente en sus relaciones; pertenece intrínsecamente a la sistematización de las ideas de los hombres de todos los tiempos.

Otros autores como *J.P. Richter* definen el humorismo como una “*mirada tranquila, jovial y refleja sobre las cosas*”; por otro lado *Hegel* afirma que el humorismo es una “actitud especial del intelecto y de ánimo por lo que el mismo artista se coloca en el lugar de las cosas”; *A. Momigliano* declara que el sentido del humor es la “risa que penetra más fina y más profundamente en el propio objeto y, aun cuando no se eleva a la contemplación de un hecho general, es sin embargo indicio de un espíritu avezado a buscar el meollo de las cosas”. Todas estas interpretaciones ponen el acento en la reflexión como momento necesario e indispensable del humorismo: no puede haber disposición de tolerancia y benignidad hacia cosas y personas si no hay esfuerzo de comprensión y búsqueda de comunicación.

Según *S. Kierkegaard* “el humorista ha entendido el sufrimiento de manera que encuentra superflua cualquier documentación y lo expresa con la primera cosa que le pasa por la cabeza” y “entiende el lado profundo de los problemas”, pero al mismo tiempo piensa que no merece la pena el ponerse a resolver. En esta anulación consiste la broma”.

“El humorista posee el lado infantil, pero no se deja poseer por él; siempre le impide expresarse de manera directa, no le deja traslucirse más que a través de una cultura absoluta. Por esto cuando se junta un hombre de gran cultura y un niño, estos hallan en el encuentro el lado humorístico: el niño lo expresa y no se da cuenta de ello, el humorista sabe que éste se ha expresado. En cambio, un hombre de cultura relativa puesto al lado de un niño no descubre nada porque él se desentiende del niño y de sus estupideces infantiles” (*Apostilla no científica*). Finísima intuición pedagógica ésta, que valoriza en la relación adulto-niño el momento de *inter-educación* en toda su plenitud.

Para Kierkegaard el *humor* pertenece al estudio ético-religioso y actúa en el mundo, aunque éste no se preocupe del hombre. El *humor* religioso es una actitud dialéctica por la que, aunque separados con el espíritu de lo finito, “sin embargo se permanece fieles a la acción”. He aquí por qué algunos humoristas modernos se han hecho católicos: para encontrar una comunidad, una actitud que no conseguían encontrar en sí mismos (*Diario de un seductor*, 1844)¹⁰⁰.

F. Nietzsche tiene una consideración notable del humorismo: “reír es un arte serio”, “reír significa estar contentos del mal de los otros, pero con buena conciencia”, tanto que, en materia de educación, afirma que “en Alemania les falta un gran medio de educación: la risa de los hombres superiores. Éstos en Alemania no ríen” (*La gaya ciencia*).

Según Luis Pirandello “el humorismo consiste en el sentimiento de lo contrario, provocado por la especial actividad de la reflexión que no se oculta, que no se convierte, como sucede normalmente en el arte, en una forma del sentimiento, sino en su contrario, aunque sigue paso a paso al sentimiento como la sombra sigue al cuerpo. El artista ordinario presta atención sólo al cuerpo: el humorista presta atención al cuerpo y a la sombra y a veces más a la sombra que al cuerpo; se da cuenta de todas las bromas de esta sombra, como ésta ora se alarga y ora se engrosa, como si estuviese haciendo muecas al cuerpo, que mientras tanto no la calcula ni se preocupa de ella” (*El humorismo*). Aquí el sentido del humor posee un cierto carácter de autorreflexión mental con sentido de libertad.

Finalmente, para S. Freud, contemporáneo de nuestro autor, el humorismo es la especie de comicidad más fácil de contentar; su proceso se realiza en una única persona, la participación de otros no le añade nada nuevo. “Condición para que se dé el humorismo es que se determine una situación en la que estemos tentados, de acuerdo con nuestras costumbres, de desencadenar

¹⁰⁰ A propósito de Kierkegaard se pueden consultar algunas obras que ayudan a profundizar en su concepto de humor: *Sobre el concepto de ironía en constante referencia a Sócrates*, 1841; *Migajas filosóficas*, 1844; *El diario de un seductor*; *La crisis y una crisis en la vida de una actriz*; *El instante*.

un afecto penoso y en el que actúen sobre nosotros motivos orientados a reprimir en *statu nascenti* este afecto. Nace entonces el placer del humorismo; a expensas de este fallido escape de afecto, brota del derroche afectivo ahorrado” (*Las “salidas” y su relación con el inconsciente*).

Entendido de esta manera, el sentido del humor está orientado a reprimir el *status-patior* por el que el hombre atraviesa. Y es que S. Freud¹⁰¹, defendía el sentido del humor como un mecanismo de defensa más sano que otros, que solían utilizar las personas más inteligentes. Freud considera el ingenio como una subcategoría de lo cómico. Como una manera juguetona de abordar la realidad, por el descubrimiento de semejanzas y conexiones ocultas, por un mecanismo similar al que genera los sueños. Los chistes y los sueños cumplirían así una función psicológica básica de hacer emerger del inconsciente los contenidos reprimidos con diversos disfraces. Siendo así una fuente de gratificación sustitutoria o una vía de hacer realidad un deseo: “El ingenio nos ofrece los medios para superar las restricciones y alcanzar fuentes de placer de lo contrario inaccesibles”. Así proporciona una vía para rebelarnos contra la autoridad, la homosexualidad o incluso contra la razón entre otros temas que son fuente de temor¹⁰².

Vistos los pronunciamientos de diversos autores modernos y contemporáneos como antecedentes a Frankl en el uso del humor en el campo terapéutico y para facilitar nuestro estudio, recurriremos a las diversas acepciones que considera la DRALE como compendio sucinto, aunque imperfecto del desarrollo de las ideas acerca del sentido del humor.

“Humor” según la DRALE¹⁰³ significa: 1. *Genio, índole, condición, especialmente cuando se manifiesta exteriormente*. Hace referencia a la excentricidad de presentarse frente a los demás. 2. *Jovialidad, agudeza*.

¹⁰¹ Si se desea profundizar acudir a FREUD, S., *El chiste y su relación con lo inconsciente*; Alianza Editorial, Madrid, 1980.

¹⁰² Revista electrónica INTERPSIQUIS, 2001 (2): *La utilidad del humor en la psicoterapia*, María Isabel Rodríguez Fernández. Consultado el 15 de agosto de 2016: <http://www.psiquiatria.com/articulos/tratamientos/2163/>

¹⁰³ *Humor*, en DRALE, 22^a ed. (2001), Madrid 2007.

Hombre de humor. El humor adjetivado hace referencia a una cualidad de la persona. 3. *Disposición en que alguien se halla para hacer algo*. Considerado el humor como aptitud para desenvolverse en una acción concreta. 4. *Buena disposición para hacer algo. ¡Qué humor tiene!* Evidentemente hace referencia a la positividad de la determinación para hacer algo. 5. *Humorismo (modo de presentar la realidad)*. Hace notar la perspectiva desde la que se mira y se actúa en la realidad. 6. *Cada uno de los líquidos de un organismo vivo*. Denota el aspecto biológico del humor. 7. *Psicol. Estado afectivo que se mantiene por algún tiempo*. Sitúa al humor como una *pasión* que afecta al hombre. *Buen humor*: 1. *Propensión más o menos duradera a mostrarse alegre y complaciente*.

Consideradas las diversas posiciones descritas de los autores, anteriores y concomitantes a Frankl; y observadas de manera somera las diversas acepciones que la DRALE asigna a la palabra humor, podemos decir que V. Frankl en su concepción del término, se distancia cuasi notoriamente del primer grupo y aún de forma parcial los conceptos aportados por la DRALE. Aquí tres ejemplos de este último grupo:

En cuanto se refiere a propensión más o menos duradera a mostrarse alegre y complaciente. Se pone de manifiesto la dimensión biológica del humor, connatural al ser humano.

“Las portezuelas del vagón se abrieron de golpe y un pequeño destacamento de prisioneros entró alborotando. Llevaban uniformes rayados, tenían la cabeza afeitada, pero parecían bien alimentados. Hablaban en todas las lenguas europeas imaginables y todos parecían conservar cierto humor, que bajo tales circunstancias sonaba grotesco. Como el hombre que se ahoga y se agarra a una paja, mi innato optimismo (que tantas veces me había ayudado a controlar mis sentimientos aun en las situaciones más desesperadas) se aferró a este pensamiento: los prisioneros tienen buen aspecto, parecen estar de buen

humor, incluso se ríen, ¿quién sabe? Tal vez consiga compartir su favorable posición”¹⁰⁴.

En relación a jovialidad, agudeza. Nos referimos a la persona que posee *cierta gracia* para hacer pasar un momento grato a los demás. Hombre de humor:

“El buen humor es siempre algo envidiable: al principio de nuestro internamiento nos permitían reunimos en un cuarto de máquinas a medio construir para saborear durante media hora el plato de sopa que nos repartían a medio día (como la tenía que pagar la empresa constructora era de todo menos alimenticia). Al entrar, cada uno recibía un cucharón de sopa aguada, y mientras la sorbíamos con avidez, un prisionero italiano trepaba encima de una cuba y nos entonaba arias italianas. Los días que nos daba el recital musical, tenía garantizada una ración doble de sopa, sacada del fondo del perol, es decir, ¡con guisantes!”¹⁰⁵

En la acepción de *buen humor*. Hacemos referencia a la tendencia natural del hombre de regocijarse al recibir una buena noticia. Un estado de ánimo que se adquiere después de que hemos sido partícipes de un acontecimiento beneficioso y/o agradable para nosotros:

“Cuando llegamos, las primeras noticias que escuchamos a los prisioneros más antiguos fueron que este campo relativamente pequeño (con una población de 2500 reclusos) ¡no tenía "horno", ni crematorio, ni gas! Lo que significaba que ninguno de nosotros iba a ser un ‘musulmán’, ninguno iba a ir derecho a la cámara de gas, sino que tendría que esperar hasta que se dispusiera lo que se llamaba un ‘convoy de enfermos’ que lo devolvería a Auschwitz. Esta agradable sorpresa nos puso a todos de buen humor”¹⁰⁶.

Por otro lado, para enriquecer nuestra reflexión añadiremos que el buen humor en V. Frankl, no hace referencia a una salida para no afrontar las responsabilidades, a una reacción sintomática frente al miedo, a una evidencia

¹⁰⁴ FRANKL, V.E., *El hombre en busca de sentido*, p.12.

¹⁰⁵ FRANKL, V.E., *El hombre en busca de sentido*, p.30.

¹⁰⁶ FRANKL, V.E., *El hombre en busca de sentido*, p.32.

de la falta de dominio personal, o a una consecuencia de no tener problemas, dificultades en la vida. El sentido del humor no tiene que ver en nada con darle la espalda a la vida o huir de ella. Por el contrario, nos ayuda a poner en práctica el arte de vivir:

“Los intentos para desarrollar el sentido del humor y ver las cosas bajo una luz humorística son una especie de truco que aprendimos mientras dominábamos el arte de vivir, pues aún en un campo de concentración es posible practicar el arte de vivir, aunque el sufrimiento sea omnipresente”¹⁰⁷.

El sentido del humor en Frankl no es diversión, en el sentido etimológico de la palabra: *di-vertere*, distraerse de lo verdaderamente importante. Por el contrario es una capacidad para afrontar la vida, aún en las peores condiciones. He aquí un ejemplo: “El humor es otra de las armas con las que el alma lucha por su supervivencia”¹⁰⁸.

Tras acabar de enunciar una serie de posturas de diversos autores antecedentes y contemporáneos a Frankl, dejamos asentado que la orientación que da nuestro autor al sentido del humor es original desde el punto de vista clínico de su Logoterapia. Víctor E. Frankl de manera *original* y *originaria* logra introducir el sentido del humor como *conditio sine qua non* (dentro de una de sus técnicas) se puede obtener la recuperación efectiva de un paciente en unas circunstancias clínicas peculiares. Esta hazaña no fue lograda por ningún pensador precedente o contemporáneo a nuestro autor.

3.II.3: El humor en Frankl

El discurso académico sobre el sentido del humor en V. Frankl no puede desligarse de la búsqueda del sentido de la vida que hace nuestro autor y que aplica al ámbito clínico. Todo discurso sobre el sentido del humor en Frankl está irremediabilmente ligado a la Logoterapia, de tal manera que todo intento de

¹⁰⁷ *Ibidem*

¹⁰⁸ FRANKL, V.E., *El hombre en busca de sentido*, p 31.

enfocar el sentido del humor de forma aislada no es sugerente para nuestro estudio.

La Logoterapia es considerada la Tercera Escuela vienesa de Psicología, y su enfoque se dirige al análisis existencial de la vida humana, es decir, a dotar de sentido a la vida y a otorgar al hombre un nuevo modo de ver el mundo. A continuación se ofrece una primera definición descriptiva de la Logoterapia a modo de ficción biográfica:

“En clase frente a un soldado nazi que ha irrumpido inesperadamente en el aula y que lo observa detenidamente, Frankl, con palabras que se tornan más íntimas y más profundas dice a sus alumnos: *lo que realmente mueve a la persona es la **búsqueda de sentido de la vida*** -afirma solemnemente el psiquiatra judío-. Porque el hombre se siente frustrado o vacío cuando no encuentra una tarea que realizar, o alguien a quien amar, incluso alguien por quien sufrir. Dentro de unos años, si Dios quiere, esta nueva vía -la **logoterapia**, es decir, la curación desde el espíritu (**logos**, en griego)- se habrá convertido en la **Tercera Escuela Vienes de Psicología**. En cualquier caso, recuerden siempre que lo único que no se debe reprimir es la búsqueda del sentido de la vida. Y, llegado el momento, claro está, del sentido de la muerte”¹⁰⁹.

Sin embargo, aunque hemos aclarado que el sentido del humor esta inseparablemente unido en Frankl, a su Logoterapia, es necesario delimitar aún más el ámbito *dónde* el sentido del humor se hace presente y *cómo* es que en la práctica clínica de nuestro autor cobra un papel trascendental:

“Pues bien, la logoterapia basa su técnica denominada de la "intención paradójica" en la dualidad de que, por una parte, el miedo hace que se produzca lo que se teme y, por otra, la hiperintención estorba lo que se desea. Por la intención paradójica, se invita al paciente fóbico a que intente hacer precisamente aquello que teme, aunque sea sólo por un momento”¹¹⁰.

“Ahora bien, este procedimiento debe hacer uso de la capacidad específicamente

¹⁰⁹ DE LOS RÍOS, R., *Cuando el mundo gira enamorado*, 14^{ed.}, Rialp, Madrid, 2014, p. 15.

¹¹⁰ FRANKL, V.E., *El hombre en busca de sentido*, p 69.

humana para el desprendimiento de uno mismo, inherente al sentido del humor. Esta capacidad básica para desprenderse de uno mismo se pone de manifiesto siempre que se aplica la técnica logoterapéutica denominada "intención paradójica". Al mismo tiempo se capacita al paciente para apartarse de su propia neurosis. Gordon W. Allport escribe: "El neurótico que aprende a reírse de sí mismo puede estar en el camino de gobernarse a sí mismo, tal vez de curarse"¹¹¹.

Estamos llegando, pues, al punto que nos convoca. Es aquí donde se puede ir descubriendo el contexto natural más inmediato de nuestro tema en Frankl. El sentido del humor aparece tratado –por ejemplo– cuando utiliza la técnica de la intención paradójica como herramienta para superar las neurosis:

“Precisamente, el objetivo de la técnica logoterapéutica de la intención paradójica consiste en movilizar la capacidad para el autodistanciamiento en el marco del tratamiento de la neurosis psicógena”¹¹².

“Ahora bien, la razón que tenemos para insistir una y otra vez en la importancia del humor para el éxito de la intención paradójica, quedó demostrada recientemente también por un terapeuta de la conducta. Fue Iver Hand, del Maudsley Hospital de Londres, quien pudo observar que pacientes que padecían de agorafobia, confrontados en grupo con las situaciones que hasta entonces habían sido evitadas por ellos porque desencadenaban su angustia, se incitaban de una manera totalmente espontánea a sí mismos, y unos a otros con humor, a exagerar su angustia: “Utilizaban espontáneamente el humor como uno de sus principales mecanismos para hacer frente” (conferencia pronunciada en el Simposio sobre Logoterapia, de Montreal, organizado por la American Psychological Association en su reunión anual de 1973). En una palabra, los pacientes “inventaron” la intención paradójica. Y así fue interpretado su “mecanismo” de reacción por el equipo londinense investigador”¹¹³.

“La intención paradójica es precisamente el medio de llegar hasta conseguir un cambio profundo de actitud, que toca en lo existencial y logra, digamos, la

¹¹¹ *Ibíd*

¹¹² FRANKL, V.E., *Las neurosis y sus tratamientos*, p. 30

¹¹³ FRANKL, V.E., *Las neurosis y sus tratamientos*, p. 38

reinstauración de una primordial confianza en la propia existencia. La intención paradójica pone al esfuerzo en situación tal que el *hombre* es capaz de mirar con ironía su propia neurosis¹¹⁴.

Pero, dentro del contexto de la intención paradójica, que es en donde se sitúa el sentido del humor, se puede preguntar todavía ¿qué entiende V. Frankl por nuestro objeto de estudio? Para lograr aproximarnos al concepto que nuestro autor posee del humor nos remitimos a un texto suyo:

“Las ilusiones que algunos de nosotros conservábamos todavía las fuimos perdiendo una a una; entonces, casi inesperadamente, muchos de nosotros nos **sentimos** embargados por un *humor macabro*. **Supimos** que nada teníamos que perder como no fueran nuestras vidas tan ridículamente desnudas. Cuando las duchas empezaron a correr, **hicimos de tripas corazón** e **intentamos bromear** sobre nosotros mismos y entre nosotros. ¡Después de todo sobre nuestras espaldas caía agua de verdad!”¹¹⁵.

Hemos empleado este texto aparentemente contradictorio, porque resulta de gran utilidad si realizamos un análisis detenido de los términos que se usan para describir la situación de los prisioneros. Se ha resaltado con negrita –a propósito– unas palabras, porque consideramos que, desde ellas, podemos reconstruir el significado del humor para nuestro autor. Las palabras en cuestión son las siguientes: **Sentimos**, **supimos**, **hicimos de tripas corazón**, **intentamos bromear**, son palabras que describen someramente todo lo que, para Frankl, es objeto de contenido del término humor. En efecto, el humor engloba todos estos sentidos y, ninguno de ellos es despreciable. Sentimientos, afectos, conocimiento, voluntad, deseos, etc., en definitiva, el hombre entero (físico – psico – espiritual), es lo que se tiene en cuenta a la hora de evidenciar la semántica de la palabra.

¹¹⁴ FRANKL, V.E., *La idea psicológica del hombre*, Rialp: Madrid, 1976, p. 45.

¹¹⁵ FRANKL, V.E., *El hombre en busca de sentido*, p. 17.

Es decir, al considerar estas palabras no hacemos otra cosa que confirmar la concepción antropológica de V. Frankl, el cual considera al hombre como una unidad bio-psíquica-espiritual:

“Cuando se trata de explicitar una imagen del ser humano desde la perspectiva del análisis existencial, se quiere llegar al hecho de que la unidad de lo somático y de lo psíquico no constituye la integridad del hombre. Es necesario un tercer dato: *el espiritual*. Este dato metafísico, la espiritualidad humana, no está **detrás** de los datos de la experiencia, como un dato extra, sino **dentro** de ellos, como un presupuesto, una condición de toda posible experiencia. Solamente cuando se tiene en cuenta esa dimensión, el hombre aparece en su real humanidad. Lo espiritual no solamente compone al hombre integral, sino que, además, conforma su característica más típica, íntima y constitutiva. Más que característica, es un *constituens*¹¹⁶”.

“El hombre, a pesar de todo, forma una unidad y una totalidad, como explicaremos después. Nunca se insistirá lo bastante en esta unidad y totalidad, ya que *no afirmamos en modo alguno que el hombre esté “compuesto” de cuerpo, alma y espíritu. Todo está unificado; pero solo lo espiritual constituye y garantiza lo uno*”¹¹⁷.

Y es que no cabe perder de vista que, para nuestro autor, el humor no se reduce a una simple reacción biológica ni psicológica, puesto que el hombre en su conjunto no es pura biología, ni pura psicología. En él operan cada vez que actúa una serie de componentes que trascienden el ámbito de la facticidad:

“El hombre, ya no es considerado un “manejo de instintos” como en el psicoanálisis rigurosamente freudiano. Tampoco es un “compuesto de actos reflejos”; no es un “títere que se estremece movido por alambres exteriormente

¹¹⁶ MARQUES MIGUEZ, E., *Persona, logos y educación*, San Pablo, Buenos Aires, 2013, pp. 49-50.

¹¹⁷ FRANKL, V.E., *El hombre doliente*, 5^{ed.}, Herder, Barcelona, 2003, p. 137.

visibles o que corren por su interior”. No; es un “ser libre, ser espiritual, y donde no es libre de hecho, lo es facultativamente, puede llegar a serlo”¹¹⁸.

El humor es mucho más que un mecanismo de estímulo-respuesta. Diríamos que su *naturaleza* fundante se debe localizar en la dimensión noética-espiritual, debido a que la persona no está del todo determinada por sus instintos, sino orientado hacia el sentido¹¹⁹.

Además, si pretendiéramos localizar el *locus* del sentido del humor en el hombre ¿sería lícito parcializar nuestra respuesta? Es decir, es válido afirmar que el sentido humor solo tiene que ver con una parte de mí, y no conmigo mismo, como totalidad unificada de dimensiones.

Podríamos afirmar por tanto que el sentido del humor pertenece a todo el hombre, pero, *por antonomasia*, al ámbito espiritual del ser humano. Ahora bien, ¿Qué es en el hombre, la espiritualidad según Frankl? La Espiritualidad, para Frankl, consiste sobre todo en esa capacidad de distanciarse de uno mismo, de los datos de la facticidad somática y en la capacidad ágil de sustraerse a los lazos del tiempo y del espacio y así poder estar "donde uno" significa estar por encima de la propia situación¹²⁰.

“*La intención paradójica* podemos definirla como un procedimiento en el cual los pacientes se ven estimulados a realizar –o desear que haga realidad– las mismas cosas que ellos temen, aunque con un sentido irónico. De hecho, uno de los elementos que integran la intención paradójica es la evocación deliberada del humor. Después de todo el sentido del humor es un aspecto de la capacidad específicamente humana de autodesprendimiento. Ningún otro animal es capaz de reír a carcajadas”¹²¹.

¹¹⁸ Cfr. VIAL MENA, W., *La antropología de Viktor Frankl: el dolor, una puerta abierta*, Impresos universitaria: Santiago de Chile, 2000, p.127.

¹¹⁹ Cfr. FRANKL, V.E., *La Voluntad de Sentido*, p 111.

¹²⁰ IDOATE, F., *El análisis existencial de Viktor E. Frankl* en <http://www.inif.ucr.ac.cr/recursos/docs/Revista%20de%20Filosof%C3%ADa%20UCR/Vol.%20II/No.%207/Idoate.%20Florentino%20-OE%20an%C3%A1lisis%20existencial%20de%20Viktor%20E.Frankl.pdf>.

¹²¹ FRANKL, V.E., *La voluntad de sentido*, 4^{Ed.}, Herder: Barcelona, 2002, p. 240.

Es precisamente en esta capacidad de autodistanciamiento de sí mismo donde el hombre reconoce su dimensión espiritual. Es aquí, en esta capacidad de alejarse de sí, donde el humor y su sentido cobran un papel importante. El valor terapéutico del humor en la práctica clínica radica en que el hombre es capaz de reírse, de alejarse de sí, de mirarse desde otra óptica, superando las determinaciones naturales que como *homo patiens* experimenta. Por otro lado, descubrir que en Frankl el sentido del humor pertenece más comprometidamente a la esfera de lo espiritual, que a lo biológico- psíquico, nos ayudará a delimitar con mayor exactitud nuestro cometido: intentar definir el sentido del humor desde la Logoterapia.

Frankl agrega esta afirmación: “verdaderamente humano lo es tan sólo en el grado en que se eleva sobre su propias condicionalidad, superándola, es decir trascendiendo”. Lo que permite superar los condicionamientos biológicos, psíquicos y sociales es la trascendencia; solo así el hombre es hombre. Debe – como ser espiritual– estar por encima de su ser psíquico, ir más allá de lo vital y de lo social. En esta nueva dimensión, la espiritual, nuestro autor distingue dos capacidades específicamente humanas: el autodistanciamiento y la autotrascendencia¹²².

“El descubrimiento de algo parecido al arte en un campo de concentración ha de sorprender bastante al profano en estas cosas, pero aún se sentiría mucho más sorprendido al saber que también había cierto sentido del humor; claro está, en su expresión más leve y aun así, sólo durante unos breves segundos o unos minutos escasos. El humor es otra de las armas con las que el alma lucha por su supervivencia. Es bien sabido que, en la existencia humana, el humor puede proporcionar el distanciamiento necesario para sobreponerse a cualquier situación, aunque no sea más que por unos segundos”¹²³.

¹²² VIAL MENA, W., *La antropología de Viktor Frankl: el dolor, una puerta abierta*, Impresos universitaria: Santiago de Chile, 2000, p.127.

¹²³ FRANKL, V.E., *El hombre en busca de sentido*, p. 31. El subrayado nos ayuda a resaltar ideas claves.

Totalidad del hombre, espiritual, sentido de la vida y humor son conceptos que se reclaman, se remiten mutuamente, se suponen, o para decirlo con Frankl, se incluyen¹²⁴.

“... habrá quedado claro que nosotros, para diagnosticar tan solo la frustración existencial o incluso una neurosis noógena, necesitamos ver en el hombre un ser que, en virtud de su propia autotranscendencia, se halla constantemente a la búsqueda de su propio sentido. Pero, en lo que se refiere no ya al diagnóstico, sino a la terapia –y no a la terapia de la neurosis noógena, sino a la terapia de la neurosis psicógena–, para agotar todas las posibilidades debemos recurrir a la capacidad, no menos distintiva del hombre, de distanciarse con respecto a sí mismo. Y esta capacidad la encontramos no en último lugar en forma de la capacidad humana para el humor. Por tanto, una psicoterapia humana –humanizada, rehumanizada– presupone que tengamos bien presente la autotranscendencia y que lleguemos a dominar el autodistanciamiento. Pero ambas cosas no son posibles, si vemos en el hombre un animal. Ningún animal se preocupa del sentido de la vida, y ningún animal es capaz de reír”¹²⁵.

Recalcando más, si cabe, esta espiritualidad que hace que la carne sea carne de alguien, la siguiente cita nos habla de la voluntad, lo mismo que el amor, hay aquí un acto lúcido de la voluntad que es una facultad espiritual: algo así como ‘me cuesta, me pesa, lo sé, me doy cuenta pero lo quiero, trato de querer, quiero querer’. Hay que tener cuidado con el peligro de pensar que se trate de pura fuerza de voluntad, de la lucha por sobreponerse a toda costa –cosas que son loables y buenas– donde se evidencia más la “seriedad y cercanía” que el humor y la distancia:

“Entre los terapeutas de la conducta volvió a ser Lazarus quien llamó la atención sobre “un elemento integrante del método de Frankl de la intención paradójica: la evocación deliberada del humor. A un paciente que tiene miedo de sudar, se le ordena que muestre a su auditorio lo que es realmente la

¹²⁴ FRANKL, V.E., *Teoría y Terapia de las Neurosis. Iniciación a la Logoterapia y al Análisis Existencial*, Herder: Barcelona, 2001, p. 30.

¹²⁵ Ibidem, p. 30.

transpiración; que sude a torrentes gotas de sudor que empapen todo lo que esté a su alcance”. De hecho, que ya dijimos anteriormente al hablar de la movilización de la capacidad para distanciarse de sí mismo, el humor con que el paciente tiene que formular en cada caso la intención paradójica, forma parte de la esencia de esta técnica, y gracias a él se aparta de los métodos de tratamiento de la terapéutica de la conducta”¹²⁶.

Berger en su libro *Anatomía del Humor* (1999) dice, entre otras cosas, que “Lo cómico debe entenderse como una forma de magia. Lo cómico, al igual que la magia, provoca un desplazamiento repentino y racionalmente inexplicable del sentido de la realidad”¹²⁷. Tomar distancia sería como aplicar la magia a la seriedad, es consentir y darnos el permiso (que es todo un lujo) de mirar como niños, la perspectiva concede humanidad. Y es que el humor según Frankl es lo que mejor revela nuestra condición de humanos:

“A Larry Ramirez le debemos la siguiente aportación de tipo casuístico: “La técnica me ha sido de utilidad más a menudo y que ha funcionado más eficazmente en mis sesiones de couseling (orientación) es la de la intención paradójica. Como ilustración voy a ofrecer un ejemplo. Linda T., atractiva universitaria de diecinueve años, había indicado en su ficha de cita que tenía en casa algunos problemas con sus padres. En cuanto tomamos asiento, era evidente que la muchacha se sentía en gran tensión. Tartamudeaba. Mi reacción natural habría sido decirle: “¡Relájese, mujer! ¡Tenga calma!” Pero, por mis experiencias pasadas, sé perfectamente que decirle a una persona que se relaje no sirve más que para aumentar su tensión. En vez de eso, respondí exactamente con todo lo contrario: “Linda, quiero que se ponga usted lo más tensa que pueda. Actúe con el mayor nerviosismo posible.” “Está bien –dijo ella– ponerme nerviosa no me resulta difícil.” Comenzó crisar los puños y sacudir las manos como si temblara. “Está bien –dije–, pero trató de ponerse más nerviosa.” Ella vio claramente lo

¹²⁶ FRANKL, V.E., Teoría y Terapia de las Neurosis. Iniciación a la Logoterapia y al Análisis Existencial, Herder: Barcelona, 2001, p. 38.

¹²⁷ Para una mayor profundización leer: BERGER A., *An Anatomy of Humor*, Transaction Publishers: EE.UU, 1999.

humorística que era aquella situación y dijo: “Estaba nerviosa de veras, pero ya no puedo estarlo. Es extraño, pero cuanto más tensa quiero ponerme, tanto menos lo consigo”. Al recordar este caso, veo con claridad que el humor debido a aplicar la intención paradójica fue lo que ayudó a Linda a darse cuenta de que ella, ante todo, era un ser humano y luego una paciente, y de que también yo era ante todo una persona, y en segundo lugar su orientador. El humor es lo que mejor ilustra nuestra condición de humanos”¹²⁸.

Recapitulando: auto-distanciamiento, perspectiva filial (para no decir pueril, que tiene otro significado), magia, encanto humanizador, etc., son solo algunas de las notas que se van dibujando en la obra de Frankl. Al elenco añadimos que humor no significa burla o sarcasmo hiriente (con uno mismo), afrontar el ridículo con entereza no connota necesariamente humillación inhumana, un acto de autoflagelación, autolesión de nuestro orgullo. Indica más bien un acto de justicia en nuestro amor propio, es decir, un “justo” amor, lo justo necesario para amarse de verdad.

“El Paciente ha de objetivar la neurosis y distanciarse de ella. El paciente debe aprender a encararse con la angustia e incluso a reírse de ella en su propio rostro. Para esto hace falta un poco de valor, a fin de afrontar el ridículo. El médico no debe tener reparos en decir al paciente e incluso en representar escénicamente lo que éste debe decirse a sí mismo. Nada hay como el humor para que el paciente se distancie de sí mismo. El humor merecía que lo llamáramos un existencial, lo mismo que la preocupación (M. Heidegger) y el amor (L. Binswanger)”¹²⁹.

Pero así como el autodistanciamiento revela la espiritualidad humana, así también el sentido del humor contribuye a la teofanía de lo más noble en el ser humano: su espiritualidad. En efecto, sobre la faz de la tierra ningún otro ser que no sea el hombre es capaz de tener sentido del humor, de reír, e incluso de sí mismo. Aquí unas citas que corroboran la capacidad risible específicamente humana, como humano es el espíritu:

¹²⁸ FRANKL, V.E., *Teoría y Terapia de las Neurosis*, p. 42.

¹²⁹ FRANKL, V.E., *Teoría y Terapia de las Neurosis*, p. 222-223.

“Con serenidad el amable lector conocerá aquella vieja, aristotélica, académica y filosófica manía, de iniciar las definiciones sobre el hombre con la palabra, y el concepto, “animal”. Una de ellas reza así: “El hombre es el único animal que ríe”. Los animales pueden manifestar y expresar el dolor y el placer, pero jamás esbozar una sonrisa. ¿Se imaginan a un toro bravío sonriendo tiernamente a un ternero desvalido? La simple posibilidad de esta escena repugna a la lógica. Nosotros, los humanos, nos diferenciamos de las especies animales también por la capacidad de reír. Y si el reír se erige en nota y característica distintiva o definitoria, significa que nos introduce en la esfera de lo esencial al ser. El humor pertenece a lo específico, sustancial y genuinamente humano. Diferencial. Tan diferencialmente humano que siglos después de Aristóteles, Schopenhauer pomposamente pontificó: tras largo y profundo análisis de la realidad humana me encuentro en condiciones de afirmar con rotundidad que el hombre es el “único animal que ríe”. Observación que si bien evidencia la hondura de su ingenio antropológico, pone de manifiesto una leve falla en su amplia revisión bibliográfica”¹³⁰.

“Sí estoy seguro de que los animales –incluida la hiena– no ríen ni mucho menos sonríen: el humor, ese *highly civilized product*, como lo llamó Chesterton, es propiedad de seres inteligentes concretamente del hombre, el único animal risible”¹³¹.

“Piensan algunos que la autoridad de esa afirmación de Aristóteles (Cf. *De partibus animalium*, III, 10) fue descalificada por Darwin cuando –al hacer cosquillas a unos chimpancés– afirmó que también algunos animales se ríen. Sea lo que sea de las cosquillas, es evidente que ni el chimpancé ni algún otro mico

¹³⁰ BENIGNO FREIRE J., *Humor serenidad, en la vida corriente*, 6^{Ed.}, Eunsa: Pamplona, 2011, p.21.

¹³¹ SORIA, J.L., *Maestro de Buen Humor. El Beato Josemaría Escrivá de Balaguer*, Rialp: Madrid, 1993, pp. 17-18.

poseen sentido del humor, aunque pueda dar saltos y hacer muecas que parecen, o incluso son carcajadas”¹³².

Esto señala Frankl:

“...ha entrado el profesor, voy a temblar para él, le voy a enseñar que sí sé hacerlo... Y en ese momento había desaparecido cualquier temblor. El lugar del miedo lo había ocupado el deseo, que le había curado. Como es lógico, no se piensa en este deseo ni en serio, ni de forma definitiva, pero lo importante es que se haga durante un instante; el paciente se ríe de ello, en ese mismo momento gana la partida, puesta esta risa, el humor, crea una distancia, y permite al paciente alejarse de su neurosis”¹³³.

Al llegar al quicio de nuestro estudio y considerados todos los alcances referenciales acerca de nuestro objeto de estudio en este apartado es preciso intentar –sin que pase de ser un esbozo– definir *con seriedad el sentido del humor* en Víctor E. Frankl. Así pues, se puede afirmar que el humor consiste en la capacidad espiritual que posee el hombre, que es unidad de dimensiones, para auto-distanciarse de sí mismo y superar las crisis neuróticas por las que atraviesa. Es una disposición interior para mirar la propia problemática neurótica con risibilidad y positividad¹³⁴.

3.III: EDUCACIÓN DEL SENTIDO DEL HUMOR (EN LA VIDA CORRIENTE DE LA FAMILIA)

3.III.1: Viabilidad del sentido del humor en el ámbito familiar: de la clínica al hogar

¹³² Tomado de SORIA, J. L., *Maestro de Buen Humor. El Beato Josemaría Escrivá de Balaguer*, Rialp: Madrid, 1993 en A. Vázquez de Prada, *El sentido del humor*, Alianza Editorial: Madrid 1976, cap. III, “el enigma de las cosquillas”, pp. 53-80.

¹³³ FRANKL, V.E., *La psicoterapia al alcance de todos*, Herder: Barcelona; 7^{ed.}, 2003, p. 101-102. Hemos resaltado con negrita para nuestro interés.

¹³⁴ Se puede cerrar el apartado trayendo a colación una anécdota que se nutre de las obras y testimonios de Frankl, que busca ilustrar y compilar de alguna manera lo que hasta ahora hemos desarrollado, cf. DE LOS RÍOS R., *Cuando el mundo gira enamorado*, 11^{ed.}, Rialp, Madrid, 2014, pp. 43-45.

Después de haber intentado una síntesis de lo que implica la Logoterapia y sus antecedentes y, después de aclarar –sin ser definitivo– la semántica frankliana en torno al concepto de sentido del humor, es hora de abordar lo específico del trabajo. Nuestro cometido principal, en esta sección de la investigación, consiste en verificar reflexivamente si la propuesta de Frankl, plasmada en su producción literaria, nos remite a la vida corriente de las relaciones familiares. Es decir, trataremos de descubrir si en el prolífero cuerpo literario de Frankl, hay textos que hablen, explícita o implícitamente, de la aplicación del sentido del humor en el ámbito familiar.

He aquí algunos de los textos de la producción literaria de Frankl en los que hace referencia al sentido del humor. Los traemos a colación de manera introductoria porque ayudarán a reforzar y subrayar las pautas de esta posible aplicación a la vida ordinaria. Nótese por ejemplo en la primera cita –que aunque referido a una especie de neurosis– se trata de algo que concierne a todo hombre en cualquier estado en que se encuentre:

“Pero, en lo que se refiere no ya al diagnóstico, sino a la terapia –y no a la terapia de la neurosis noógena, sino a la terapia de la neurosis psicógena–, para agotar todas las posibilidades debemos recurrir a la capacidad, no menos distintiva del hombre, de distanciarse con respecto a sí mismo. Y esta capacidad la encontramos no en último lugar en forma de la capacidad humana para el humor”¹³⁵.

El siguiente texto sugiere otro punto importante para este capítulo, a saber, el papel de la voluntad humana. Obviamente, no se trata solo de “fuerza de voluntad” sino del factor deliberativo –volitivo– ínsito en todos los actos humanos sean estos de niños, adolescentes, adultos, ancianos, enfermos, sanos, hombres, mujeres, etc.

“Entre los terapeutas de la conducta volvió a ser Lazarus quien llamó la atención sobre “un elemento integrante... de la intención paradójica: la evocación deliberada del humor. A un paciente que tiene miedo de sudar, se le ordena que muestre a su auditorio lo que es realmente la transpiración; que sude a torrentes

¹³⁵ FRANKL V, *Teoría y Terapia de las Neurosis. Iniciación a la Logoterapia y al Análisis Existencial*, Herder, Barcelona, 2001, p. 30.

gotas de sudor que empapen todo lo que esté a su alcance”. De hecho, que ya dijimos anteriormente al hablar de la movilización de la capacidad para distanciarse de sí mismo, el humor con que el paciente tiene que formular en cada caso la intención paradójica, forma parte de la esencia de esta técnica, y gracias a él se aparta de los métodos de tratamiento de la terapéutica de la conducta que hemos enumerado”¹³⁶.

El siguiente caso ilustra en diálogo algo que se podría trasladar con cierta facilidad a un entorno doméstico. Toda la vida está llena de paradojas, todos conocemos –por psicología elemental– que en el caso de los niños la mejor manera de que hagan algo es prohibiéndoselo y, al revés.

“Linda... tenía en casa algunos problemas con sus padres... la muchacha se sentía en gran tensión... Mi reacción natural habría sido decirle: “¡Relájese, mujer! ¡Tenga calma!” Pero, por mis experiencias pasadas sé perfectamente que decirle a una persona que se relaje no sirve más que para aumentar su tensión. En vez de eso, respondí exactamente con todo lo contrario: “Linda, quiero que usted se ponga lo más tensa que pueda. Actué con el mayor nerviosismo posible”. “Está bien –dijo ella– ponerme nerviosa no me resulta difícil”. Comenzó crispas los puños y sacudir las manos como si temblara. “Está bien –dije–, pero trate de ponerse más nerviosa”. Ella vio claramente lo humorística que era aquella situación y dijo: “Estaba nerviosa de veras, pero ya no puedo estarlo. Es extraño, pero cuanto más tensa quiero ponerme, tanto menos lo consigo”... el humor debido a aplicar la intención paradójica fue lo que ayudó a Linda a darse cuenta de que ella, ante todo, era un ser humano y luego una paciente, y de que también yo era ante todo una persona, y en segundo lugar su orientador. El humor es lo que mejor ilustra nuestra condición de humanos”¹³⁷.

El siguiente texto, inténtese leerlo reemplazando la palabra con el paréntesis que le sigue. Se puede notar la naturalidad con la que se llega hasta el final sin alterar en lo sustancial su contenido:

¹³⁶ FRANKL, V.E., *Teoría y Terapia de las Neurosis*, p. 38.

¹³⁷ FRANKL, V.E., *Teoría y Terapia de las Neurosis*, p. 42.

“El Paciente (la persona) ha de objetivar la neurosis (contrariedad) y distanciarse de ella. El paciente (la persona) debe aprender a encararse con la angustia (el dolor y el sufrimiento) e incluso a reírse (si fuera necesario y amerite hacerlo) de ella en su propio rostro. Para esto hace falta un poco de valor, a fin de afrontar el ridículo. El médico (papá, mamá, hermano, prima, etc.) no debe tener reparos en decir al paciente (familiar) e incluso en representar escénicamente lo que éste debe decirse a sí mismo. Nada hay como el humor para que el paciente (cualquier persona) se distancie de sí mismo. El humor merecía lo que llamáramos un existencial, lo mismo que la preocupación (M. Heidegger) y el amor (L. Binswanger)”¹³⁸.

En un primer análisis resulta evidente que –explícitamente– no hay ninguna intención por parte de nuestro autor de querer trasladar la práctica del buen sentido del humor al entorno familiar. Sin embargo, hay un pasaje que parece ser un indicio de que Frankl, al aplicar sus técnicas al ámbito clínico no lo hacía sin antes haber pensado en su utilidad en la vida corriente. En otras palabras, la logoterapia es un sistema que va más del hogar a la clínica que a la inversa.

“Los intentos para desarrollar el sentido del humor y ver las cosas bajo una luz humorística son una especie de truco que aprendimos mientras dominábamos el arte de vivir, pues aún en un campo de concentración es posible practicar el arte de vivir, aunque el sufrimiento sea omnipresente”¹³⁹.

Por tanto, aunque no sin cierta retórica, hay que preguntar ¿Se podría trasladar a la vida diaria su propuesta desde su producción bibliográfica? Pensamos que desde su vida misma ya nos concede una respuesta. Él mismo confiesa:

“La Logoterapia, entonces, nació en mi casa natal. Más los libros que han sido editados por mí, ya fueron redactados en la vivienda que habito desde mi retorno a Viena. Y como mi sala de trabajo tiene un mirador de forma semicircular, lo he llamado alguna vez la “semi-sala de parto”, aludiendo a la sala de parto y porque mis libros son dictados bajo contracciones de parto”¹⁴⁰.

¹³⁸ FRANKL, V.E., *Teoría y Terapia de las Neurosis*, p. 223. Cf. también, p. 235.

¹³⁹ FRANKL, V.E., *El hombre en busca de sentido*, Herder, Barcelona, 1994, p. 51.

¹⁴⁰ FRANKL, V.E., *Lo que no está escrito en mis libros*, Memorias, San Pablo, 2011, p.15.

Frankl alguna vez dijo que tendría que sobrevivir (si podía y salía vivo del tormento nazi) y tras haber salido de la pesadilla se dedicaría a transmitir su experiencia, a compartirla en el mundo entero:

“Cómo se realizaba esto, el autodistanciamiento *par excellence*, lo he confiado al Primer Congreso Internacional de Psicoterapia en Leiden (Holanda): “En reiteradas oportunidades traté de distanciarme de todo el sufrimiento que nos rodeaba, intentando objetivarlo. Así, recuerdo que una mañana marchaba saliendo del campo de concentración, ya casi no toleraba más el hambre, el frío y los dolores de mis pies hinchados por el edema de hambre, congelados y supurando, por lo que debía usar zapatos abiertos. Mi situación me parecía sin consuelo y sin esperanza. Entonces me imaginé que me encontraba en el podio de una sala de conferencias amplia, hermosa, cálida y luminosa y estaba por comenzar una disertación ante un público interesado con el título de “Experiencias Psicoterapéuticas en el campo de concentración”... y hablaba de todo aquello que estaba viviendo en ese momento. Señoras y señores, pueden creerme que en aquella situación no podía tener la esperanza que algún día realmente pudiese dar esta conferencia”¹⁴¹.

El aparato científico de la logoterapia respalda la solidez de la propuesta en un ámbito clínico. En un centro médico normalmente va gente afectada por un mal, gente enferma. Pero resulta que el mundo entero está más lleno de “gente sana”¹⁴² que de gente con alguna patología. Por lo que se puede inferir que, la Logoterapia de Frankl fue desarrollada para todo hombre. En otras palabras, ya que se inspira en la vida de a pie puede adaptarse a esa misma vida. La condición de su aplicación es que el sujeto de recepción sea hombre, puesto que solo él, es el único capaz de dotar de sentido toda su existencia. Por tanto, si la logoterapia, con carácter general, es para todos, más aun tendríamos que decir del sentido del humor, de carácter particular, parte integrante de la Logoterapia. Esto es lo que nos dice V. Frankl:

“El logoterapeuta no actúa de forma moralista, sino fenomenológica. Nosotros no emitimos juicios de valor sobre cualquier hecho, sino que hacemos

¹⁴¹ FRANKL, V.E., *Lo que no está escrito en mis libros*, Memorias, San Pablo, 2011, p.92.

¹⁴² Sano sano, no existe ni ha existido ni existirá persona en el mundo, ya lo dice el dicho castellano: de poeta y loco todos tenemos un poco.

comprobaciones sobre el valor que el hombre modesto y sencillo da a las cosas; él es quien sabe cómo encontrar el sentido a la vida, al trabajo, al amor, y *last but not least*, al sufrimiento llevado con valentía. Y si, tal como afirma Paul Polak, la logoterapia teórica traduce al lenguaje científico la idea que el hombre modesto y sencillo tiene de sí mismo, se puede decir que en la práctica debe volver a traducir al lenguaje cotidiano del hombre sus conocimientos sobre las mencionadas posibilidades de encontrar un sentido a la vida. Es decir, la fenomenología traduce este conocimiento básico al lenguaje científico, y la logoterapia vuelve a traducir lo así aprendido al lenguaje del hombre de la calle. Y esto es perfectamente posible”¹⁴³.

Y esto es perfectamente posible en lo referente al sentido del humor, porque la nueva dirección de la que V. Frankl le ha dotado, goza de un carácter eminentemente humano. Además, la circularidad dibujada (de la vida a la clínica, de la profilaxis a la terapia, del lenguaje cotidiano al lenguaje científico) en la cita es fundamental para nuestro propósito. No así, el siguiente texto, en el que dentro de la vida ordinaria se emplee esta “especie de truco” como un truco más.

“Pensando en la intención paradójica, me acuerdo que una vez la apliqué para evitarme una multa: Había pasado el semáforo en amarillo. Hasta ese momento, no había visto al agente que entonces se dirigió hacia mí. Estacioné junto a la vereda, me bajé y recibí al policía que se me acercaba con interminables autorrecriminaciones: “Usted tiene razón, cómo pude hacer esto, no hay excusa, ni justificativo. Estoy convencido que nunca más lo haré, será una lección para mí, pero realmente fue un comportamiento totalmente reprochable”. El policía hizo todo lo posible para tranquilizarme. Consolándome, decía: “Bueno, le puede pasar a cualquiera”, ya que estaba convencido que yo no lo haría nunca más”¹⁴⁴.

Para que nuestro autor haya introducido el sentido del humor en la Logoterapia, ha tenido primero que haber sido consciente de que el humor es una facultad netamente humana (como antes lo hemos visto), es decir, un rasgo insertado en lo profundo de la misma configuración ontológica (esencial). El sentido del humor

¹⁴³ FRANKL, V.E., *La psicoterapia al alcance de todos*, p. 24

¹⁴⁴ FRANKL, V.E., *Lo que no está escrito en mis libros, Memorias*, San Pablo, 2011, p.61.

en la vida de los hombres, es una presencia natural que no reclama (necesariamente) su ejercicio desde una perspectiva positiva y autotrascendente.

Podríamos decir que, el sentido del humor es una “capacidad espontánea” para actuar, pero después de todo “capacidad humana para”. Precisamente, esta capacidad potencial, esta “capacidad para” en el ser humano, no es un “accesorio extraño”, y por no ser *algo* extraño a él, podemos decir que el sentido del humor “no se puede extralimitar” a los parámetros de la Logoterapia.

“La logoterapia traduce el conocimiento logrado por la fenomenología acerca de las posibilidades de encontrar un sentido en la vida, devolviéndolo al lenguaje del hombre simple y sencillo para prepararlo también a él para encontrar un sentido a la vida”¹⁴⁵.

Esto es verdad, pero la logoterapia también hace lo contrario, porque traduce el lenguaje humano de la calle al lenguaje científico. La ductilidad, la falta de rigidez (sin perjuicio de su carácter científico), es lo que hace que la logoterapia sea eficaz en todas las direcciones. Quizá se deba su riqueza sobre todo a la amplitud de miras y a su visión pluridimensional del hombre.

“Nosotros... constatamos la experiencia axiológica del hombre vulgar y corriente; es éste el que sabe el sentido que tiene la vida, el trabajo, el amor... El hombre corriente encuentra un sentido en el quehacer o crear humano. También encuentra un sentido en una situación desesperada que le sorprende inerme. Lo que importa es la actitud con que afronta el destino inevitable e inexorable. El hombre de la calle sabe todo esto, aunque sea incapaz de expresarlo... la logoterapia... traduce a lenguaje científico la idea de que el hombre vulgar y corriente tiene de sí mismo, habrá que decir que ella debe retraducir su propio saber al lenguaje del hombre en su cotidianidad”¹⁴⁶.

Nuestro autor prosigue diciendo:

“Insisto: la fenomenología traduce este saber radical al lenguaje científico, y la logoterapia retraduce esa experiencia elaborada al lenguaje del hombre de la calle; y

¹⁴⁵ FRANKL, V.E., *La voluntad de sentido*, Herder, Barcelona, 2002, p. 34.

¹⁴⁶ FRANKL, V.E., *El hombre doliente*, p. 20-21.

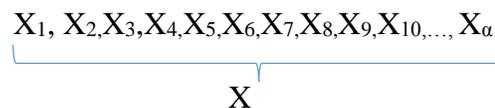
esto es **perfectamente posible**. Modesto Canales es un peón de albañil...realmente un “hombre de la calle”. Después de una conferencia que pronuncié en Nueva Orleans, me dijo que había estado 11 años en la cárcel, que allí le dieron a leer mi libro *El hombre en busca de sentido* y que el libro fue lo único que le había ayudado en todos aquellos años¹⁴⁷.

En el mismo sentido que ahora queremos resaltar, Eugenio Fizzotti, uno de los discípulos de Frankl, se expresa de esta manera:

“Uniendo a su profesión sus aficiones... Frankl es el fundador real de una nueva psicología, que no se limita a la esfera superficial, sino que alcanza la cima del espíritu humano. Su psicología, más que de lo profundo, es una psicología de la altura. En Frankl se encarnan las aspiraciones y las problemáticas existenciales de todo hombre. Habla a todos, al que sufre y al sano, porque todos tiene la tarea de encontrar el significado de la propias existencia, y todos –desde el más joven al más anciano, desde el japonés al europeo– jamás dejaran de educarse en la responsabilidad, en la coherencia, en el amor, porque todos necesitan de alguien que les ayude a decir sí a la vida”¹⁴⁸.

De acuerdo a esta **dimensión cotidiana** de la Logoterapia y del sentido del humor, nos atrevemos a presentar dos gráficos que ilustran –con las imperfecciones de cualquier esquema– lo que venimos diciendo:

Gráfico 1:

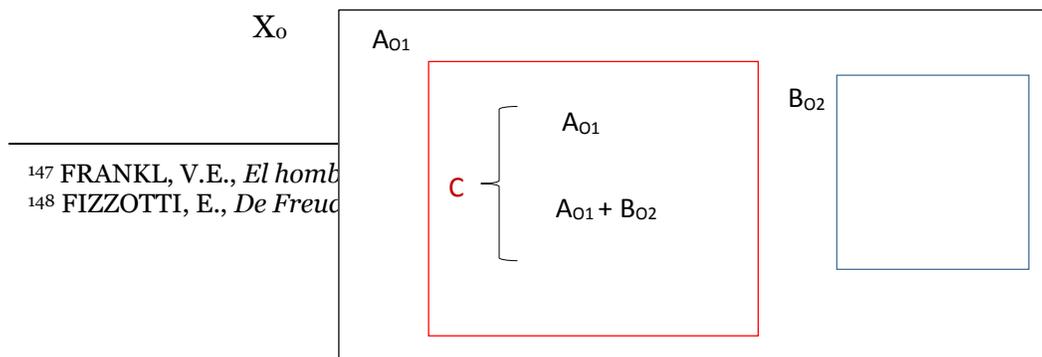


Donde:

X: naturaleza humana

1, 2, 3, 4,5,..., α : distintos sujetos (sanos- enfermos)

Gráfico 2:



¹⁴⁷ FRANKL, V.E., *El hombre en busca de sentido*

¹⁴⁸ FIZZOTTI, E., *De Freud a Frankl*

Donde:

X: humanidad

A: hombre sanos

B: hombre con patologías

C: familia

O: capacidad para el humor / autodistanciarse

O1: vida ordinaria

O2: práctica clínica

El sentido del humor no es extraño al hombre, y por lo tanto, es posible que su utilidad, según la concepción de nuestro autor, se haga presente en todo lo que tenga que ver con lo humano. Y nada más humano, que la vida familiar del día a día, donde confluyen una serie de vivencias y experiencias **verdaderamente humanas**. En consecuencia, después de lo descrito, podemos afirmar que si la Logoterapia de V. Frankl está inspirada y en parte dirigida al hombre de la calle, podemos concluir que el *sentido del humor* en Frankl también es una propuesta para el hombre contemporáneo de la *calle*. Su aplicación en la familia es claramente posible.

El camino para proseguir con nuestra investigación, desde esta perspectiva se vislumbra claro y sin mayores dificultades sino fuera por el tipo de orientación (positiva o negativa) que debe cobrar el *sentido del humor* en nuestro proyecto. Lo que tratamos de expresar es que, desde qué postura (frankliana si se quiere) se asume el sentido del humor en las vidas de los miembros de la familia.

Y, una vez aclarado el punto, habría que preguntar si el sentido del humor ¿será un **optimismo trágico** o un **pesimismo cómico**¹⁴⁹? Traemos el asunto a

¹⁴⁹ Sobre la intención paradójica que es la técnica donde se pone en práctica el sentido del humor: **la intención paradójica...** ¿no es esto lo contrario del “optimismo trágico”? el paciente de intención paradójica ¿no intenta desear lo peor que le pueda pasar, la desgracia que tanto teme? Más exactamente, no solo busca las intenciones paradójicas, sino que trata de formularlas con el mayor humor posible. No se limita a mirar el peligro de frente si no que se ríe

colación porque la honestidad y lealtad a nuestro trabajo nos reclama confrontar la orientación positiva que nosotros (Frankl - nosotros) le estamos asignando al sentido del humor con una postura un tanto negativa que, por lo demás, pareciera objetivar al propio ser humano.

Y en efecto, una vez dilucidado el camino para poder aplicar el sentido del humor en nuestras relaciones familiares, es necesario disipar de nosotros todo intento de objetivar a los demás o de objetivarnos a nosotros mismos al momento de poner en práctica el “autodistanciamiento **gracioso**¹⁵⁰”, el sentido del humor.

*El ser humano no es una cosa más entre otras cosas*¹⁵¹. Esta prematura sentencia es la que debe dirigir el curso de nuestras posteriores reflexiones. Máxime, cuando podemos correr el riesgo de *utilizar* al ser humano como un *medio* para lograr un determinado objetivo, que en nuestro presente caso, sería la mejoría de las relaciones familiares.

Una vertiente del personalismo defiende que el ser humano no se puede ni debe objetivar-se a sí mismo (hacerse un simple medio), ni objetivar a los demás (hacerles medios eficaces), sin correr el riesgo de perder su propia identidad, de cosificarse y cosificar a los demás. Cuando nos reímos de los demás corremos el riesgo de convertir al otro en un objeto, quitándole su carácter de *finis capax infiniti*. Ahora bien, si esto fuera así, que traería como consecuencia –una consecuencia parcialmente verdadera– que las relaciones familiares parecerían relaciones no entre personas sino entre cosas o con las cosas. Tal “desviación” opacaría tremendamente nuestra investigación **en clave personalista**¹⁵². Para mantenernos, pues, en la misma línea de Frankl habrá que evitar este riesgo en su sentido negativo.

de él. En una palabra, o en dos: práctica el “pesimismo cómico” (FRANKL, V.E., *El hombre doliente*, p. 78)

¹⁵⁰ Al emplear el término gracioso no nos referimos a la dimensión burlesca del autodistanciamiento llevado a cabo por el sentido del humor. Utilizamos la palabra en su terminología originaria griega: ἡ χάρις – ιτος que significa gracia, don. Desde esta perspectiva el sentido del humor es un **autodistanciamiento oblativo**.

¹⁵¹ FRANKL, V.E., *El hombre en busca de sentido*, Herder, Barcelona, p. 74.

¹⁵² Revísese: FRANKL, V.E., *Grundriß der Existenzanalyse und Logotherapie* (1939).

“Hay algo que no puede ser medio para un fin: el hombre, al que bajo ningún concepto se puede degradar a la condición de simple medio, según declara Kant en la segunda formulación del imperativo categórico¹⁵³”.

El hombre es un bien en sí mismo, puede y debe ser amado en sí mismo, es decir, es un fin, un para qué absoluto, posee un “telos”. He aquí un texto que puede subrayar este aspecto teleológico de la persona:

“El ser humano no es una cosa más entre otras cosas; las cosas se determinan unas a las otras; pero el hombre, en última instancia, es su propio determinante. Lo que llegue a ser –dentro de los límites de sus facultades y de su entorno– lo tiene que hacer por sí mismo. En los campos de concentración, por ejemplo, en aquel laboratorio vivo, en aquel banco de pruebas, observábamos... que algunos de nuestros camaradas actuaban como cerdos mientras que otros se comportaban como santos. El hombre tiene dentro de sí ambas potencias; de sus decisiones y no de sus condiciones depende cuál de ellas se manifieste¹⁵⁴”.

Quizá, el único contexto donde debe regir la gratuidad sea la familia, un ambiente donde somos amados sin más, solo por el hecho de ser. Amar a una persona implica el reconocimiento de su dignidad, de modo que toda objetivación, cosificación si se quiere, implica siempre –al menos parcialmente– una contravención de la nobleza de la persona amada. Ahora bien, y si lo que se pretende es amar en el seno de la familia, ¿qué ocurre en nosotros y que le hacemos a los demás al **reírnos**¹⁵⁵? ¿Acaso no instrumentalizamos al otro cuando es objeto de nuestro humor? Decía Bergson que en un mundo donde solo existieran inteligencias puras y desencarnadas de todo afecto, de seguro la risa sería lo más cotidiano en las relaciones¹⁵⁶.

Una cosa es reírme de alguien, y otra es reírme con él. Cuando la emoción o el afecto se hacen presente en una situación propicia para ejercitar el buen humor, el

¹⁵³ FRANKL, V.E., *El hombre doliente*, p. 240.

¹⁵⁴ FRANKL, V.E., *El hombre en busca de sentido*, Herder, Barcelona, p. 74.

¹⁵⁵ No hacemos solo referencia a la risa psicósomática, sino como expresión y síntesis del sentido del humor.

¹⁵⁶ Cf. BERGSON, H., *La risa*, Alianza editorial: Madrid, 2012, p. 13.

escenario es distinto. Yo no me río de mi madre aunque esta cayera innumerables veces de manera aparatosa y graciosa. Mejor dicho, no me sonrío precisamente porque se cae, porque no es bueno que se caiga ella.

“El humor está más dirigido al cerebro que a los sentimientos. Hay una cierta insensibilidad que acompaña a la risa. El peor enemigo de la risa es la emoción. Nos podemos reír de una persona que nos inspira piedad o afecto si por unos instantes hemos podido olvidar el afecto o la piedad. En una sociedad de inteligencias puras, quizás no se lloraría, pero se continuaría riendo¹⁵⁷”.

El hombre no es una inteligencia pura. El texto nos permite hablar de la unicidad sustancial de la persona humana. El hombre no es un *cogito*, mera *res cogitans*, sino que es una totalidad irreductible a una de sus facultades por muy alta que esta sea. Todo tiene que ver con todo: mente o inteligencia, voluntad, sentimientos, afectos, pasiones, deseos, sentidos, acciones, etc., se encuentran conectados. El sentido del humor los requiere pero se ensamblan y accionan de una manera particular cuando éste se pone en acto. Este es el riesgo de vivir una existencia encarnada –*homo patiens*–: en el hombre se da una *vecindad ontológica* de cuerpo, mente y alma, y su *inexorable vinculación existencial*. Por tanto, para proseguir en el discurso, desde la perspectiva personalista de Frankl, cabe cuestionar ¿acaso el ser humano necesita desasirse de toda afección humana para vivir con sentido del humor su propia vida y sus relaciones con sus seres queridos? So pretexto de evitar relaciones desagradables en el entorno familiar ¿podría utilizar a las personas?:

“Si el hombre no tiene otra tarea que deshacerse de tensiones **familiares** a base de dar satisfacción al instinto, entonces el mundo no es algo que el hombre, saliendo fuera de sí, explora en busca de una causa a la que valga la pena servir o en busca de un semejante al que pueda amar porque es “digno de amor”. No; entonces las cosas y los hombres que están fuera en él son denigrados a servir de simples medios para un fin, más o menos útiles y en el mejor de los casos justamente lo

¹⁵⁷ BERGSON, H., *La risa*, Alianza editorial: Madrid, 2012, p. 13.

bastante buenos para ser puestos al servicio de la satisfacción de los propios instintos y también de la autorrealización”¹⁵⁸.

Por tanto, desde la perspectiva de Frankl, si deseásemos (como lo estamos haciendo) hacer uso del sentido del humor en la vida familiar corriente: ¿se corre el riesgo de objetivar al hombre?, ya que parte de la esencia del humor es dicha objetivación. Una cita al pie de página del editor del libro *El hombre doliente* nos da una luz acerca del tema:

“... el paciente de intención paradójica ¿no intenta desear lo peor que le pueda pasar, la desgracia que tanto teme? Más exactamente, no solo busca las intenciones paradójicas, sino que trata de formularlas con el mayor humor posible. No se limita a mirar **el peligro** de frente, sino que se ríe de él. En una palabra, o en dos practica el pesimismo cómico¹⁵⁹”

El **editor** del libro dice “**mirar de frente el peligro y reírse de él**”, no dice “**mirarme y reírme de mí**”; en todo caso dice “reírse de mi situación”. Esto es precisamente lo que hay que hacer: reírnos de la situación, y no de las personas que amamos. De modo que allí no utilizaríamos a las personas que amamos para progresar en las relaciones familiares. En todo caso, se llega a la temática de distanciarnos de nosotros mismos y reírnos de los acontecimientos, sin cosificar a las personas.

“...el que habla de la persona como si fuese una cosa, pasa por alto su realidad. La persona escapa a toda captación cosificante. La existencia personal no es objetivable en su última sustancia: *la existencia nunca se me presenta como un objeto; está siempre detrás de mi pensamiento, detrás de mí como sujeto. Por eso es, en última instancia, un misterio*”¹⁶⁰.

Todo esto tiene coherencia, si se entiende que el sentido del humor no se refiere exclusivamente al aspecto risible del ser humano. Desde luego hay relación, pero vivir con sentido de humor la vida familiar, no es ejercitarnos únicamente en

¹⁵⁸ FRANKL, V.E., *El hombre doliente*, p. 65. La cursiva y negrita es nuestra.

¹⁵⁹ FRANKL, V.E., *El hombre doliente*, p. 78, nota 3. La negrita es nuestra.

¹⁶⁰ FRANKL, V.E., *El hombre doliente*, p. 208.

nuestros pulmones y diafragma o, en el aspecto psico-biológico de lo humorístico, es verdad que lo incluye, pero trasciende esta pretendida univocidad¹⁶¹.

Con lo dicho resulta claro que, desde la perspectiva frankliana, queda abierta la posibilidad de la vivencia del sentido del humor en el seno familiar. Más aun, la viabilidad en este ámbito parece ser como un desenlace natural. La educación en el sentido del humor, con las debidas salvedades, es perfectamente compatible y podría aplicarse sin forzar demasiado el sentido que Frankl le concede. Y, si es posible, es lícito preguntarse por la modalidad: ¿Cómo es posible lograr todo esto en la vida familiar?

3.III.2: La familia, educación y búsqueda de sentido, en la sociedad actual

Antes de intentar resolver la interrogante señalada anteriormente, es necesario realizar un somero análisis de la familia hoy en día. Para lograr nuestro cometido y en la línea personalista de nuestro trabajo de investigación son válidas las reflexiones de Tomás Melendo, filósofo contemporáneo que ha logrado aunar, en una publicación del 2012, metafísica y logoterapia¹⁶².

La familia es la “organización básica, fundamental para que la vida humana se desarrolle dentro de un orden natural, con fines altruistas que se apoyan en el más importante de los valores –el amor– y donde se fraguan, se entretejen y se logran ilusiones y conquistas, éxitos y fracasos del día a día del vivir”¹⁶³. Atendiendo a esta realidad, la familia ¿es necesaria hoy? ¿Por qué se debe conservar dicha institución?

¹⁶¹ Un texto difícilmente soluble al respecto podría –con la debida interpretación– ser el que recoge Frankl en su libro *Lo que no está escrito en mis libros*, p. 26.

¹⁶² “En este mi primer contacto “oficial” con la logoterapia querría mostrar ante todo, al hilo del tema que se me ha propuesto, las razones de mi acercamiento y mi aprecio hacia la escuela iniciada por Frankl. Y puesto que el punto de unión entre ambas cosmovisiones es la importancia concedida a la persona, también intentaré hacer ver, aunque sólo en escorzo, los lazos profundos que ligan la logoterapia al personalismo y a la metafísica del (acto de) ser, con la que me identifico”. *El cuidado en la familia*, Publicado por Tomás Melendo Granados en enero de 2012.

¹⁶³ O’ SHEA, C., *La armonía vital*, Temas de hoy, Madrid, 3^{ed.}, 1999, p.30.

La familia constituye el espacio vital que se necesita para crecer y desarrollarse biológica, psíquica y espiritualmente. Es el ambiente adecuado en donde hombre se descubre como un ser para otro, y como persona, sujeto de derechos y deberes. Es el lugar existencial donde se aprende a amar auténticamente.

“[...] el único camino hacia la completa humanidad del hombre”¹⁶⁴.

“[...] la familia no proviene ni original ni substancialmente de un déficit, sino de una tremenda superioridad en el ser: de la grandeza constitutiva de la persona”¹⁶⁵.

“[...] sin familia no hay persona, y sin persona no hay sociedad verdaderamente humana, sino mera agregación de individuos”¹⁶⁶.

De esta manera, la familia no es un añadido externo de la sociedad, sino un elemento básico que configura y orienta al propio hombre hacia su descubrimiento y crecimiento personal, que no se lleva a culmen sino es en la dinámica de ser amado y dar amor.

“No es, por tanto, la familia una suerte de refugio para los más débiles: los nacidos, los niños, los enfermos, los ancianos..., sino el lugar de la auténtica personalización de todo ser humano, más imprescindible conforme mayor se torna el desarrollo y plenitud que este vaya adquiriendo. La razón, como he repetido, es que la familia no encuentra su primer y más radical fundamento en indigencia alguna. La última razón es la “grandeza y sublimidad” del ser que por naturaleza corresponde a cualquier persona, que le “exige” amar y también –derivadamente, como condición de posibilidad de su entrega– que alguien acoja el amor con que se da.”¹⁶⁷

Por otro lado, a pesar de la reveladora importancia que posee la familia para la marcha y el progreso de la sociedad, hoy en día se pretende minar y violentar esta

¹⁶⁴ MELENDO, T., *El cuidado en la familia*, Revista electrónica, vol. 7. enero 2012

¹⁶⁵ *Ibidem*

¹⁶⁶ *Ibidem*

¹⁶⁷ MELENDO, T., *El cuidado en la familia*, Revista electrónica, vol. 7. enero 2012.

institución natural. Grupos y personas con intereses poco leales y particularistas, ejercen presión mediática y activa para tratar de quebrantar el vínculo familiar.

“En el enfrentamiento entre un Goliat pertrechado con las armas más devastadoras y un David casi inerme, entre una civilización en apariencia omnipotente y una familia minúscula y desvalida, ¿no será más bien la familia la llamada a desaparecer, como consecuencia de los peligros que la cercan? Aquí es donde se impone afinar en nuestras consideraciones. Este es el momento decisivo. Es ahora cuando debemos preguntarnos: ¿cuáles son las asechanzas reales que se ciernen sobre la familia? Para muchos de nosotros, esas insidias sobrevienen desde fuera, animadas por una fuerza ciclópea, arrolladora: una legislación cada vez más asfixiante y distorsionadora, gravámenes económicos impuestos por bastantes Estados, conspiraciones en el sistema educativo, degradación moral, sofocamiento de la sensibilidad religiosa, influjo casi invencible de los medios de comunicación, escándalos y corrupciones sin cuento... Un panorama desolador que amenaza con borrar cualquier vislumbre de esperanza.”¹⁶⁸

Sin embargo, aunque parezca contradictorio, los peligros más desafiantes por los que atraviesa actualmente la familia, se encuentran en el interior de ella. El enemigo número uno de la familia es uno mismo, cuando carente de educación se percibe la *falta de desarrollo del interior humano, la pobreza de espíritu, el aburrimiento, la frivolidad, y la asombrosa ausencia de la imaginación*. Lo que trae como consecuencia, un compromiso *descartable* en la construcción y relación familiar.

“Chesterton fue ya consciente de que el enemigo número uno de la familia no había que buscarlo afuera, en estas fuerzas enormes y avasalladoras que derrumban sociedades enteras. Los mismos extremos del capitalismo, del socialismo y de la sociedad de consumo, apenas tienen relevancia en comparación con el enemigo interior al ser humano. El enemigo del amor y de la familia es uno mismo. Según Chesterton, es la falta de desarrollo interior humano, la pobreza de espíritu, el aburrimiento y la frivolidad, la asombrosa ausencia de imaginación, la

¹⁶⁸ *Ibidem*

que lleva a hombres y mujeres a desesperar de la familia y del matrimonio, o por lo menos, de su familia y de su matrimonio tal como lo experimentan. Chesterton insiste en que la vida no es algo que viene de fuera, sino de dentro. El hogar no es pequeño, es el alma de algunas personas la que es raquílica. El matrimonio y el hogar resultan demasiado grandes para ellos. Es el “mí mismo” el que en su cobardía egoísta se muestra incapaz de aceptar el prodigioso escenario del hogar, con su grandeza de composición épica, trágica y **cómica**, que todo ser humano puede protagonizar¹⁶⁹”.

Por tanto, hasta el momento son dos las interrogantes que se nos planean: ¿Cómo vivir con sentido del humor la vida familiar sin “objetivar” a nuestros seres queridos? Y ¿Qué hacer frente a falta de plenitud personal de los miembros de la familia que enrarecen la convivencia del hogar? La respuesta a esta interrogante la podemos encontrar en la educación¹⁷⁰.

Educar, por tanto, en un sentido fuerte, es *hacer ser una persona humana*, y ser persona significa ser capaz de dotar de sentido la propia existencia. Y, si la conciencia es el “órgano del sentido”, se hace necesario educarla, pulirla y refinarla. La preocupación es legítima y la intervención es urgente dada las circunstancias en las que nos movemos junto a nuestros contemporáneos.

“Vivimos en una época de sentimiento de falta de sentido que se difunde rápidamente. Y en nuestra época la educación debería ocuparse no solamente de transmitir conocimientos sino también, de refinar la conciencia para que el hombre sea capaz de escuchar en cada situación la exigencia que contiene. En una época en que los diez mandamientos parecen perder su vigencia para tanta gente, el hombre debe ser preparado para percibir los 10 000 que están encerrados en las 10 000 con que lo enfrenta la vida. Entonces no solo parecería esta vida llena de sentido, sino que él mismo estaría inmunizado contra el conformismo y el totalitarismo – ambos consecuencias del vacío existencial– pues una conciencia alerta lo hace capaz de “resistir” de manera que no se entregue fácilmente al conformismo, ni se

¹⁶⁹ *Ibidem*

¹⁷⁰ CAFFARRA, *Creati per amare*, Cantagalli, Siena, 2006, p. 230.

doblegue al totalitarismo (ambos consecuencia de la pérdida del carácter personal del hombre)”¹⁷¹.

De modo que educar es ayudar a dar sentido a la vida¹⁷², debido a que adquiero una autentica plenitud personal cuando doto de sentido a mi vida: “la educación debe ser hoy más que nunca una educación para la responsabilidad”¹⁷³. Huelga decir que el ámbito más natural de tal educación para tal fin es el familiar.

“La condición humana podrá recuperarse solo en la medida en que se la entienda como responsabilidad frente al cumplimiento del sentido. Si promovemos este sentido de responsabilidad por un sentido en el hombre, por *su sentido*, entonces hemos dado un paso decisivo hacia la superación del vacío existencial”¹⁷⁴.

Intentemos dar un paso más. De la mano de la corriente a la que pertenece Frankl –el personalismo fenomenológico o el existencialismo personalista– hay que insistir en el carácter único de la persona humana y, en la familia, como el único espacio en que se puede, debe y quiere tomar en serio su unicidad. Una unicidad que se expresa en el espacio y en el tiempo. Es el ámbito en que sus miembros procuran hacerse cargo y “comprender” los desniveles, positivos y negativos de cada uno, los vaivenes de derechas y de izquierdas, allí uno tiene el ‘derecho’ y el ‘deber’ de equivocarse y de rectificar. Es el hábitat donde nace, crece y se desarrolla el ser responsable. Es una responsabilidad para ser capaces de dotar de sentido nuestra propia existencia.

“... ningún médico que pueda contestar a esta pregunta en términos generales, ya que el sentido de la vida difiere de un hombre a otro, de un día para otro, de una hora a otra hora. Así pues, lo que importa no es el sentido de la vida en términos generales, sino el significado concreto de la vida de cada individuo en un

¹⁷¹ FRANKL, V.E., *La voluntad de sentido*, Herder, Barcelona, 2001, p. 31.

¹⁷² “En lo relativo a la realización de *uno* mismo, me atrevo a afirmar que el hombre solo esté en condiciones de realizarse en la medida en que realiza un sentido. El imperativo de Píndaro, según el cual el hombre debe ser lo que ya es, precisa de una ampliación, que yo creo encontrar en las palabras de Jaspers: “lo que el hombre es, lo es a través de lo que hace suyo” (FRANKL, V.E., *La psicoterapia al alcance de todos*, p. 15).

¹⁷³ FRANKL, V.E., *El hombre doliente*, p.20.

¹⁷⁴ FRANKL, V.E., *La voluntad de sentido*, p. 33.

momento dado... No deberíamos buscar un sentido abstracto a la vida, pues cada uno tiene en ella su propia misión que cumplir; cada uno debe llevar a cabo un cometido concreto. Por tanto, ni puede ser reemplazado en la función, ni su vida puede repetirse; su tarea es única como única es su oportunidad para instrumentarla. 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 inquiera. 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”¹⁷⁵.

En esta línea, Han Urs von Balthasar dijo: “el sentido del ser está en el amor” ¹⁷⁶. Y es que la plenitud de sentido de la vida se adquiere en el amor. Y *el amor es siempre la relación entre un yo y un tú*¹⁷⁷. Educar en la responsabilidad de amar libremente a los demás, buscando el sentido de la vida, es la tarea que hoy en día, se le propone a la familia.

Buscar el sentido a la vida en el amor es la clave para mejorar las relaciones familiares y la base fundamental para vivir con sentido del humor la cotidianidad de convivencia familiar. Solo quien es capaz de dotar de sentido en el amor su propia existencia, es capaz de auto-distanciarse de sí mismo, y al hacerlo también estará capacitado para no objetivar “indebidamente” a los seres queridos.

“El amor constituye la única manera de aprehender a otro ser humano en lo más profundo de su personalidad. Nadie puede ser totalmente conocedor de la esencia de otro ser humano si no le ama. Por el acto espiritual del amor se es capaz de ver los trazos y rasgos esenciales en la persona amada; y lo que es más, ver también sus potencias: lo que todavía no se ha revelado, lo que ha de mostrarse.

¹⁷⁵ FRANKL, V.E., *El hombre en busca de sentido*, p. 62.

¹⁷⁶ FRANKL, V.E., *El hombre doliente*, p. 225.

¹⁷⁷ FRANKL, V.E., *La voluntad de sentido*, p. 111.

Todavía más, mediante su amor, la persona que ama posibilita al amado a que manifieste sus potencias. Al hacerle consciente de lo que puede ser y de lo que puede llegar a ser, logra que esas potencias se conviertan en realidad”¹⁷⁸.

Vivir con amor la existencia, nos ayuda a vivir con sentido del humor las diversas vivencias en el hogar. Amor y humor están estrechamente ligados. Solo quien es capaz de amar es capaz de vivir con sentido del humor la propia vida por amor a los demás. El sentido del humor presupone el amor, para no *objetivar*, *utilizar*, *manipular* a nuestros seres queridos, para no descuidar el carácter personal de las relaciones familiares.

“La familia es el ámbito primordial de personalización de cualquier varón y mujer. El lugar donde nace, vive y muere, precisamente como persona. O, si se prefiere, el hábitat donde va creciendo como persona y donde día tras día repone las fuerzas imprescindibles para actuar en medio del mundo... también como persona, como principio y término de amor”¹⁷⁹.

Repárese en los sentidos que puede sugerir la frase “donde día tras día repone las fuerzas”. Este es uno de los efectos naturales del humor. La familia es el contexto en que más se necesita ese elemento, por el que sus miembros puedan respirar, puedan reparar sus fuerzas para luchar. El sentido del humor aquí no significa huida, tomar distancia no es claudicar, es distanciarte para tomar carrera e intentar llegar más lejos. Quien vive con amor la propia vida, dota al propio humor de un sentido trascendente. Debido a que el bien es difusivo por naturaleza, el amor autentico es difusible sobremanera.

El humor está llamado a reparar a su mismo agente y a sus semejantes que lo rodean. Por ejemplo, si se beneficia con ella la mamá, llegará naturalmente al hijo. De ahí, que el humor sea una comunicación profusa del amor: el humor adquiere sentido cuando soy capaz de encontrar en él, una ocasión para hacer feliz al otro, para mejorar las relaciones familiares.

¹⁷⁸ FRANKL, V.E., *El hombre en busca de sentido*, p. 63.

¹⁷⁹ *Ibidem*

De esta manera, al hombre no le interesa tanto qué es lo que puede obtener viviendo con sentido del humor su vida, que se traduce por la pregunta ¿qué tiene de divertido divertir a los demás? Sino qué puede hacer por el otro (que en definitiva es ayudarlo a crecer personalmente) que se traduce en esta respuesta: ¡porque los demás son felices yo soy feliz, y vale la vida hacer de mi vida, una vida con sentido de humor! O, lo que podría ser lo mismo, el esfuerzo de estar siempre alegres para hacer felices a los demás.

Y aquí retomamos el principio, que podría remontarse al mismo Aristóteles, de que la felicidad se consigue cuando menos se persigue, según la razón que tenía Kierkegaard al afirmar que *la puerta de la felicidad se abre hacia fuera y al que intenta “derribarla” se le cierra*¹⁸⁰.

“En efecto, la *Happiness*, la dicha, no llega cuando se persigue como una meta, sino más bien cuando no se busca expresamente, cuando no se intenta alcanzar, sino que surge como un mero efecto concomitante”¹⁸¹.

En la familia debería ser natural esta paradoja, la de implantar el imperativo de que sus miembros no se interesen de su propia felicidad, su felicidad no debería llegar más que como una consecuencia no directamente pretendida.

“La felicidad debe tener un fundamento del que nazca espontáneamente; pero la felicidad no se puede perseguir, no se puede fabricar; al contrario, cuanto más se la persigue, cuanto más se busca el placer, menos se alcanza”¹⁸².

Hemos remarcado que el sentido de la vida se adquiere por el amor. Y es que en la familia –‘ser’ y ‘deber ser’– se da y se recibe amor.

“Si cualquier persona precisa de la familia fundamentalmente para dar amor y entregarse, también la requiere –de manera secundaria– para ser incondicionalmente amada y, de este modo, adquirir y re-adquirir el vigor

¹⁸⁰ FRANKL, V.E., *El hombre doliente*, p.12.

¹⁸¹ FRANKL, V.E., *El hombre doliente*, p. 29.

¹⁸² FRANKL, V.E., *El hombre doliente*, pp. 64-65.

imprescindible con que llevar a término esa operación suprema y sumamente caracterizadora, que es el amor sin reservas”¹⁸³.

Esto es así, porque es la familia el motivo fundamental que ocupa nuestra felicidad. Solo *si tenemos un fundamento para ser felices, la felicidad vendrá por sí misma, y cuando menos nos preocupemos de ella, más seguros podemos estar*”¹⁸⁴.

“Las reacciones descritas empezaron a cambiar a los pocos días. El prisionero pasaba de la... apatía relativa en la que llegaba a una especie de muerte emocional. Aparte de las emociones ya descritas, el prisionero recién llegado experimentaba las torturas de otras emociones más dolorosas, todas las cuales intentaba amortiguar. La primera de todas era la añoranza sin límites de su casa y de su familia. A veces era tan aguda que simplemente se consumía de nostalgia”¹⁸⁵.

No deja, pues, de tener “razones” S. Freud al intuir que la raíz de todos los males, o al menos de los más importantes, se haya en el seno de las relaciones básicas de la familia, como pueden ser la paterno-filial. Para reforzar la idea resulta útil las aseveraciones de la podría ser la discípula predilecta de Frankl:

“No puede negarse que la felicidad en familia es irremplazable. Es sinónimo de paz espiritual, de estar al abrigo. Quien la pierde acaso logre la paz espiritual que conceden las treguas, pero no más que esto. Bien es cierto que hay excepciones que confirman la regla, pero no dejan de ser la variante improbable de la ley de los grandes números. Y a nadie le gusta confiar en lo improbable”¹⁸⁶.

La familia es una “ocasión” para ser felices y, el lugar más preciso y precioso para vivir y dotar de sentido la propia vida. Más aun, ella misma ya es la meta. Se le podrían aplicar los mismos términos que el personalismo tiende a predicar de la persona. En este sentido, la familia es grande a causa de su “inutilidad”, es buena porque es bueno tenerla, la persona es relación.

¹⁸³ MELENDO, T., *El cuidado en la familia*, Revista electrónica, vol. 7. enero 2012.

¹⁸⁴ FRANKL, V.E., *El hombre doliente*, p. 64.

¹⁸⁵ FRANKL, V.E., *El hombre doliente*, p 31.

¹⁸⁶ LUKAS, E., *La felicidad en la familia*, San Pablo, Buenos Aires, 2007, p 13.

“... la familia es la comunidad más estrecha e íntima que pueda imaginarse. Por consiguiente, ofrece a sus miembros la invalorable posibilidad de avanzar hacia una existencia plena de sentido en la medida en que éstos tomen conciencia de su contenido familiar. Se caracteriza por preservar la existencia y dar sentido a la vida”¹⁸⁷.

De lo dicho se deduce que la familia es lo primero, así lo afirma de diversas formas Frankl. Debería ser el primer criterio en nuestra toma de decisiones, aquello que modela y jerarquiza nuestras disposiciones y acciones concretas. El amor a los padres, por ejemplo, es fundamental, es el “dulcísimo precepto” del decálogo¹⁸⁸. Veamos una anécdota de nuestro autor que refleja lo que venimos diciendo:

“... ¡La visa era exclusivamente para mí!... indeciso, fui a caminar un poco y pensé: ‘¿No es esta una típica situación en la que sería necesaria una señal del cielo?’. Al volver a casa, vi un pequeño pedazo de mármol... ‘¿Qué es esto?’, me dirigí a mi padre. ‘... lo he levantado hoy de un montón de escombros, allí donde antes se encontraba la sinagoga que ha sido quemada. El pedazo de mármol es una parte de las tablas de los mandamientos. Si te interesa, puedo decirte también de cuál de los mandamientos es el signo en hebreo que se encuentra allí grabado. Porque sólo existe un mandamiento que lo lleva como inicial’. ‘¿Cuál es?’, le insistí a mi padre. Entonces me dio la respuesta: ‘Honra a tu padre y a tu madre para que vivas por mucho tiempo en la tierra...’ Así es que me quedé ‘en la tierra’ junto a mis padres, y dejé vencer la visa...”¹⁸⁹.

De esta manera estamos llegando a lo radicalmente específico de nuestro trabajo. Se entrecruzan aquí los conceptos de sentido de la vida, sentido del humor, educación y familia. Puede ser oportuno, entonces, recordar que para Frankl es importante entender que no se trata de imponer un **sentido** a la vida

¹⁸⁷ LUKAS, E., *La felicidad en la familia*, San Pablo, Buenos Aires, 2007, p. 26.

¹⁸⁸ Cf. URBANO, P., *El hombre de Villa Tevere*, Plaza & Janes, p. 188, nota 29. Se trata de una expresión familiar en la predicación corriente de San Josémaría, quien llamaba al cuarto mandamiento “dulcísimo precepto”, porque su cumplimiento se ve facilitado por el afecto natural que surge entre los miembros de una familia.

¹⁸⁹ FRANKL, V.E., *Lo que no está escrito en mis libros*, Memorias, San Pablo, 2011, p.75.

de los miembros de la familia, está lejos de nuestra consideración, puesto que *en la vida no se trata de dar sentido, sino de encontrarlo*¹⁹⁰.

“El sentido no se puede dar sino que se debe encontrar: dar el sentido equivaldría a moralizar...no podemos dar un sentido a la vida de los demás: lo que podemos brindarles en su camino por la vida es, más bien y únicamente, un ejemplo: el ejemplo de lo que somos. Pues la respuesta al problema del sentido... de la vida humana, no puede ser intelectual, sino solo existencial: no contestamos con palabras, sino que toda nuestra existencia es nuestra respuesta¹⁹¹.”

Es una idea que nos ha acompañado en los apartados anteriores, pero que ahora conviene recordar. Si se trata de la conveniencia de educar en el sentido del humor en el contexto más personal de todos, lo es para capacitar a sus miembros para encontrar, de la manera más “desinteresada”, el sentido de su vida. Nótese en esta última idea la intención (de Frankl) de cuidar las personas de la arbitrariedad y la tiranía de otros o de uno mismo de imponer o manipularnos en la dirección de un “sentido”. El sentido de humor dispone -sin coerciones de ningún tipo- a encontrar el sentido allí donde hemos caído (Dasein).

3.III.3: Educar para la vida en el sentido del humor, para tener familias con vida.

Llegados a este punto, es preciso reflexionar y verificar si el sentido del humor es una alternativa válida para mejorar las relaciones familiares desde una óptica personalista, y más en concreto, desde esa misma óptica en Frankl. Antes que nada, pretender descubrir la utilidad del buen humor, su viabilidad o no, en

¹⁹⁰ FRANKL, V.E., *La voluntad de sentido*, p. 29.

¹⁹¹ FRANKL, V.E., *La voluntad de sentido*, p. 32.

nuestras vidas, tiene que ser una búsqueda intelectual esperanzadora, para no caer en lo que algún día dijo H. Bergson¹⁹² de los filósofos: “que son como los médicos que diagnostican enfermedades que no pueden curar.

Retomando ideas anteriores, vivir con sentido del humor requiere como antecedente principal vivir con sentido la vida. Educar en el sentido, es ayudar a que el otro experimente la vida como una ocasión para amar. Así vivir con amor, es vivir con humor o, al menos, luchar y poner mis potencias orientadas en esa dirección y, así terminar teniendo sentido del humor.

Pero, ¿Cómo educar en el sentido del humor? Presuponiendo que ya se ha adquirido un sentido en la vida (una razón por la cual amar), nos toca ahora la tarea de ayudar a que nuestros familiares (más en general se puede decir “ayudar a las familias”) sean creativos en las vivencias de su cotidianidad familiar, que encuentren modos para hacer felices a los demás, contribuir a que los demás estén contentos. El sentido del humor es un acto de caridad que puede costar mucho al que desea practicarlo. El amor es creativo, y el sentido del humor es una señal manifiesta de que la vida se está viviendo con amor, es decir, teniendo en cuenta al otro en la integridad de su dignidad.

“ Se puede definir el amor como poder llamar tú a alguien y además poder aceptarle positivamente; en otras palabras: comprender a una persona en su esencia, tal como es, en su singularidad y peculiaridad, pero no solo en su esencia y tal como es, sino también en su valor, en su deber ser, y esto quiere decir aceptarle positivamente¹⁹³.”

Educar con amor y con el ejemplo es la clave para aprender a vivir con creatividad sana la existencia familiar. Si queremos que nuestros hogares sean focos luminosos de amor y de confianza, en los que se vivencien un equilibrio saludable y el mínimo de tensiones, debemos de comenzar por nosotros mismos, tratando de poner en práctica el sentido del humor.

¹⁹² FRANKL, V.E., *El hombre doliente*, p. 241.

¹⁹³ FRANKL, V.E., *Logoterapia y análisis existencial*, Herder, Barcelona, 2011, p. 81.

Quizá hoy en día nos estamos acostumbrando a dejarnos llevar por nuestras reacciones a veces desproporcionadas, desequilibradas y desubicadas, perdiendo ocasiones valiosas de crecer personalmente y de tratar mejor a las personas dentro del entorno familiar. Si Dostoievski afirmaba que “el hombre es un animal que se acostumbra a todo”, el primer paso para comenzar a vivir con sentido del humor la vida personal y familiar es desacostumbrarnos a actuar con ligereza y precipitación, dejándonos llevar por nuestros primeros impulsos. En positivo sería “acostumbrándonos” a la amabilidad y a la gentileza, al humor, hasta lograr que este modo de proceder se convierta en nosotros en una segunda naturaleza, que se constituya en virtud.

Cabe recalcar que vivir con sentido del humor la propia existencia en relación con los seres queridos no hace referencia exclusiva a una vida exitosa. La vida de cualquier persona no es siempre color rosa. Para vivir con sentido del humor no se necesita taxativamente tener una **buena vida** sino una **vida buena**. La existencia de los grandes problemas o las pequeñas contrariedades en la vida familiar no tienen por qué desaparecer del todo para el logro de la felicidad. Es más, son un **pre- texto** para poner en práctica nuestro buen sentido del humor, son la ocasión para esforzarnos a vivirlo.

He aquí un claro ejemplo de lo que estamos diciendo: se trata del caso de una señora con metástasis, informada de su situación, y que se entrevista con Elisabeth Lukas. En otras palabras, el sentido del humor no tiene por qué ser un caso de extremo heroísmo, un sobreponerse “aguantando la respiración” y por fin tener humor, exhalar una sonrisa. Se puede tratar más bien de algo elegante, de algo “más normal” ya que el dolor puede ser llevado con donaire, con humor.

“Antes de la primera entrevista yo me preparaba para encontrar a una mujer bastante destruida, pero cuando la conocí, se dio muy distinto. Se hallaba debilitada físicamente, pero irradiaba una tranquilidad y serenidad tal que más de una persona sana se lo podía envidiar. Cuando hablaba, sus ojos brillaban como dos estrellas. Bien dispuesta, me dio información acerca de su vida, acotando que los psicólogos habitualmente estaban interesados en la vida

transcurrida. Yo pensé: ‘Bueno, que se exprese libremente, probablemente hay algún acontecimiento en su vida al que quiere dedicar especial atención...’, pero los acontecimientos que luego escuché fueron factores durísimos. Siendo joven contrajo matrimonio incorporándose a un emprendimiento de campo, y bajo la supervisión de un suegro severo aprendió a compartir allí las tareas. Con los años el emprendimiento creció, el trabajo no se terminaba nunca, tampoco cuando dio a luz a tres hijos y tuvo que desempeñarse como ama de casa para una familia de cinco integrantes. Uno de los hijos murió en un accidente de bicicleta... otro hijo hizo un viaje a Francia cuando cumplió dieciocho años; en la Cote d’Azur tomó contacto con la droga y entró en círculos dudosos...el tercer hijo se crió normalmente, pero se negó a continuar el emprendimiento del padre y vive su propia vida. Al fin se arrendó la propiedad, se edificó una casa moderna como bien merecida residencia para la vejez de los padres. En ese momento el cáncer no operable pone en duda todos los planes para el futuro de la mujer. Cuando la paciente finalizó su relato probablemente observó mi impresión y participación emocional, y nuevamente me sonrió en forma radiante como si hubiera relatado acerca de un hermoso viaje de vacaciones...de esta paciente que nunca perdió su serenidad y su **humor**, recibí una de las mejores lecciones de mi vida”¹⁹⁴.

Las condiciones adversas (sufrimiento en sus múltiples manifestaciones), aunque limitan al ser humano, no le impiden a este alcanzar un sentido a su vida. La persona que se cultiva en el sentido del humor no tiene nada que ver con el masoquista, no tiene nada de noble amar el sufrimiento por el sufrimiento. No hay que buscar necesariamente el dolor para llegar al sentido. Pero cuando llegue la adversidad se estará equipado y capacitado.

“¿Quiere decir esto que el sufrimiento es necesario para encontrar el sentido? Eso sería un grave mal entendido. Yo no afirmo en modo alguno que el

¹⁹⁴ LUKAS, E., *Una vida fascinante*, San Pablo, Buenos Aires, 2005, 53-54.

sufrimiento sea necesario; lo que digo es que el sentido es posible a pesar del sufrimiento, por no decir mediante el sufrimiento”¹⁹⁵.

En medio de las difíciles y fáciles situaciones de la vida familiar (no todo tiene que ser malo) es posible encontrar el sentido del humor. Los contratiempos familiares no son pretexto para actuar precipitadamente con una amalgama de reacciones de falta de dominio y desenfreno. Al contrario, justo en estos momentos cuando todo aconseja desesperación hay que afirmar “alma, ¡calma!”.

Y es que para poder amar, que es el sentido pleno de la vida, es necesario saberse dominar. Amor, humor y ser señor de uno mismo son tres aspectos que se complementan, se engloban y se suponen: solo aquel que es capaz de poseerse, es capaz de donarse. Así nos acercamos a una vertiente del auto-distanciamiento como fruto del auto-dominio.

Frente al deseo de ser dueños de nosotros mismos para poder amar, se presenta la libertad humana, como un factor tensional fundamental para adquirir el señorío deseado. Nuestras pasiones nos asaltan, nuestro carácter aflora, el cansancio se encarna en una noche de intenso trabajo, la enfermedad nos impele a ser sujetos pasivos frente a nuestras agrias actitudes. Entonces ¿Qué hacer frente a estas *necesidades* que nos reclaman unas reacciones descontextualizadas de nuestra naturaleza? ¿Cómo obrar ante estos requerimientos que me bloquean, que me limitan? Frankl, nos muestra no solo que seguimos siendo nosotros, sino cómo continuamos a ser dueños. El binomio explicativo en el que lo expresa es la necesidad y la libertad:

“... la necesidad y la libertad no están en un mismo plano, más bien la libertad está y se construye por encima de cualquier necesidad... por lo que se refiere a la libertad, es una libertad frente a tres cosas, a saber: 1) frente a los instintos, 2) frente a la herencia 3) frente al medio ambiente. El hombre posee instintos, pero los instintos no le poseen a él. Lo que el hombre es frente a ellos, constituye su libertad. *Frente a la herencia el hombre es libre de elegir la direccionalidad moral de sus*

¹⁹⁵ FRANKL, V.E., *El hombre doliente*, p. 64.

disposiciones genéticas, Goethe tenía razón cuando dijo... que no habría virtud que no se pudiese transformar en defecto, ni defecto que no se pudiese convertir en virtud. Por lo que se refiere al medio ambiente, éste tampoco constituye todo el hombre, que más bien todo depende de lo que el hombre hace de él”¹⁹⁶.

El hombre no se reduce a “naturaleza”, tiene leyes necesarias, se encuentra sometido a la química de la que está hecho pero es él el que “marca la dirección”. De la paradoja entre necesidad y naturaleza humana, se desprende la necesidad de la educación de la libertad. Frente a un sinnúmero determinado de situaciones en las que debo lidiar con aquello que me **afecta**, la educación en la libertad se presenta como la eficaz capacidad para trascenderme a mí mismo y ponerme por encima de mis propias **condiciones**, es decir, para vivir con sentido del humor la propia existencia familiar.

“El hombre no está totalmente condicionado y determinado; él es quien determina si ha de entregarse a las situaciones o hacer frente a ellas. En otras palabras, el hombre en última instancia se determina a sí mismo. El hombre no se limita a existir, sino que siempre decide cuál será su existencia y lo que será al minuto siguiente. Análogamente, todo ser humano tiene la libertad de cambiar en cada instante. Por consiguiente, podemos predecir su futuro sólo dentro del amplio marco de la encuesta estadística que se refiere a todo un grupo; la personalidad individual, no obstante, sigue siendo impredecible. Las bases de toda predicción vendrán representadas por las condiciones biológicas, psicológicas o sociológicas. No obstante, uno de los rasgos principales de la existencia humana es la capacidad para elevarse por encima de estas condiciones y trascenderlas. Análogamente, y en último término, el hombre se trasciende a sí mismo; el ser humano es un ser autotrascendente”¹⁹⁷.

Estas palabras de Sófocles ilustran muy bien lo que queremos explicar: “el existir del mundo es un estupor infinito, pero nada es más estupendo que el hombre... fornido sin medida de saber, de ingenio y arte, sea que quiera el mal o

¹⁹⁶ FRANKL, V.E., *Logoterapia y análisis existencial*, pp. 93-96.

¹⁹⁷ FRANKL, V.E., *El hombre en busca de sentido*, p. 72.

sea que prefiera el bien; y se ajusta a la justicia divina con las leyes de la tierra, y así hará grande la patria. Pero si el mal habita en él, soberbio, sin patria y mísero, vivirá”¹⁹⁸.

Solo si somos capaces de “querer hacer el bien” a nuestros familiares tendremos una gran patria: nuestra familia sana. Y es que para amar a los demás, tenemos que ser amables. Se requiere valor para defender la patria (entiéndase y léase familia detrás de esta figura). Entregar la vida y morir por la patria se traduce como abnegarse, morir a uno mismo, y hacerlo de tal manera que no llame de ningún modo la atención, sin ser aparatosos, huyendo de victimizar-nos por amor, temiendo parecer mártires resignados y sacrificados a los que todo el mundo les debe su agradecimiento y pena¹⁹⁹. Lo que se pretende decir se puede resumir en la palabra “amabilidad”.

“El que desea ser amado debe ser amable en el sentido propio de la palabra, digno de ser amado, y comportarse en forma acorde. Debe poseer **(se)** una irradiación que allane el camino al amor”²⁰⁰.

Y aquí el sentido del humor, cobra su importancia, como una herramienta eficaz para conseguir amar a los demás, siendo amables al mismo tiempo. Y así, se incrusta de manera natural en el seno familiar. Es un “amor elegante” en todos los sentidos en que desee entenderse esta palabra, pero principalmente, en el sentido de amor personal, libre, es decir, el que elige, el que sabe elegir. Educar en el sentido del humor tiene consecuencias directas en varios ámbitos de la vida familiar, es una herramienta y una técnica moldeable, se adecua y resulta positivo en diversos aspectos de la misma vida familiar. Su radio de acción va de lo insulso hasta lo divino, a todas las cosas que se viva en familia.

“... el humorismo es la principal técnica del hombre para desembarazarse de lo que no es pertinente... Su carcajada (que bien puede ser una sonrisa, un gesto, un silencio, unas palabras) demuele mucho de lo que es imprevisible,

¹⁹⁸ SOFOCLES, *Antigone*, Stasimo I.

¹⁹⁹ No se quiere insinuar aquí la idea de sufrir sin decir, padecer como mudo. A veces, puede ser aconsejable, por amor a los seres queridos, manifestar que se está padeciendo.

²⁰⁰ LUKAS, E., *La felicidad en la familia*, p. 14.

caprichoso o desarmónico en su vida (y en la vida de sus familiares) el humorismo puede cambiar una situación intolerable en una perspectiva nueva y factible”²⁰¹.

Queremos subrayar un concepto que subyace en estas palabras, la idea de que el humor puede también ordenar el amor, ordena los valores, los jerarquiza. El humor nos dice qué merece importancia y qué cosas no. Nos deja equidistantes tanto de idolatrarnos e idolatrar a nuestros seres queridos como de denigrarnos o denigrar a los nuestros. Por tanto, nos permite reírnos de nosotros y de las personas que amamos. Y aunque a veces sea difícil y hasta vergonzoso actuar con sentido del humor, no cabe duda que su uso es de vital importancia.

“...debe aprender a reírse de sus angustias ante sus narices. Para ello es necesario coraje para aguantar el ridículo”²⁰².

Sin embargo, no hay que perder de vista la idea inicial con la que iniciamos este apartado: el ejemplo que se debe dar con la propia vida si queremos educar a nuestros seres queridos en el sentido del humor. Y esto debido a que, parafraseando a Pablo VI, “el mundo de hoy no necesita seguir tanto a maestros sino a testigos, y si sigue a maestros es porque antes han sido testigos”²⁰³. Mejor dicho, **viviendo con sentido de humor la propia vida** soy testigo creíble de que la vida es posible ser bien y alegremente vivida²⁰⁴.

Desde esta perspectiva, la vida coherente, en el seno familiar, se erige como el poderoso bastión para poder transmitir con **autoridad** las propias vivencias y enseñanzas a los demás miembros de la familia. Por otro lado, no podemos negar que la vida en la familia no solo es una tarea individual que le compete solo a un miembro, o a unos pocos. Es una **obra arte** en la que confluyen todos los miembros del hogar, junto con sus vivencias y circunstancias particulares.

²⁰¹ FIZZOTTI, E., *De Freud a Frankl*, p. 242.

²⁰² Cf. FRANKL, V.E., *Logoterapia y análisis existencial*, p.174.

²⁰³ Cf. PABLO VI, *Discurso a los miembros del Consilium de Laicis* (2 octubre 1974): AAS 66 (1974), p. 568. Citado por Pablo VI en *Evangelii Nuntiandi*, n. 41.

²⁰⁴ FRANKL, V.E., *El hombre doliente*, p. 64.

Es en este entrecruzarse de distintos caracteres y circunstancias en el seno familiar, donde heroicamente (sin alardes de dolor y sacrificio) el esfuerzo mutuo tiene que sobreponerse a las crisis que se generan en la familia. Afrontar sucintamente esta perspectiva, es útil para nuestro estudio, puesto que nos permitirá una aplicación del buen sentido del humor aún en los momentos más difíciles de la convivencia familiar. Desde esta realidad, es necesario presentar dos cometidos propuestos por Elisabeth Lukas²⁰⁵, fiel discípula de V. Frankl, que intentan evitar las crisis en el seno familiar:

.- La renuncia a la queja permanente y a la insistencia respecto de experiencias o enfoques negativos.

.- El esfuerzo por no “ayudar” ni más ni menos de lo que resulta provechoso para el otro.

El buen sentido del humor en estas situaciones es perfectamente aplicable. En nuestro primer cometido el sentido del humor se presenta como el autodistanciamiento voluntario de situaciones tensionales que ocultarían el sentido positivo de la vida familiar, permitiendo detectar solo los aspectos negativos de la situación, desvalorando lo positivo de las personas y de las situaciones. Reacciones como: tengo un dolor de muelas, pero no sería igual este dolor (más llevadero) si no fuera un dolor de muelas en casa; estuve tan cansado, pero estando en casa el cansancio creo que se quedó en la puerta; o la maternal reacción de la madre cuando la hija chispotea un poco de sopa y le ensucia la blusa: ¡me parece que está lloviendo un poquito!²⁰⁶

En nuestro segundo cometido, es fácil encontrar en las familias, situaciones en las que se puede poner en práctica una solícita y desinteresada ayuda para provecho de los demás. Y todo esto, en clave humorística. Ejemplos como cuando la niña llega de clases y se encuentra a su padre y le dice: ¡Papá! ¿de quién ha sido el refresco que estaba en la mesa? Y el padre amablemente sonriente, después de haber salido de la ducha y estar a punto de ir a tomar el

²⁰⁵ LUKAS, E., *La felicidad en la familia*, p. 34.

²⁰⁶ Es sumamente ilustrativa e iluminante la lectura de LEWIS, C.S., *Los cuatro amores*, Rialp, Madrid 2007, pp. 55 ss.

refresco preparado por su esposa...dice a su hija: ¡era para ti mi amor!; o la clásica entrega de regalos por parte de la abuela: los nietos entran de uno en uno en una habitación en donde se encuentra la abuela que está distribuyendo los regalos...a cada nieto la abuela entrega el regalo y sonriente les dice: ¡“tú eres mi nieto preferido, pero no se lo digas a nadie”! Todo nieto que sale de esa habitación, sale con una enorme sonrisa en su rostro; todos se quedaron contentos; y esto es real porque la abuela no quiere a todos sus nietos iguales, sino a cada uno de distinta manera, es decir, cada uno de ellos es su preferido.

Es difícil no percibir la fuerza y la seriedad del sentido del humor en la vida familiar más ordinaria. Se pueden intuir toda su potencialidad. Para ilustrar mejor lo que hasta el momento venimos reflexionando, presentaremos unos ejemplos de la vida diaria.

Anécdota 1²⁰⁷:

“Temprano de mañana, el ómnibus correo sale del valle... se va llenando con la gente que... se dirige a sus lugares de trabajo... En el primer asiento detrás del conductor se ha sentado un monje capuchino menudo y callado... Aprovecha el viaje para leer su breviario, aunque no le es fácil fijar la vista debido al zangoloteo del ómnibus. En una parada asciende un pasajero barullero y conversador... tosco... sin inhibiciones, probablemente envalentonado por las copas de más... Mientras profiere su burdo palabrerío, mira a su alrededor con complacencia... De pronto ve al monje capuchino. Ha encontrado a la víctima ideal... “Eh, tú padre”, comienza, con tono provocativo, “tengo que decirte algo: ¡con las mujeres soy como un toro!” El monje no dice nada y hunde la cabeza en su breviario. Esto parece incitar más al fanfarrón. Ya vera este mascullador de salmos; lo pondré en tal aprieto que no sabrá donde meterse: “¿pero sabes qué? ¡Hijos no tendré!”. Silencio en el ómnibus. Inesperadamente, el pequeño capuchino alza el rostro del breviario y dice en voz alta...: ¡Entonces, mi hijo, usted es un buey!, y vuelve a fijar la mirada en los Salmos... Un mar de carcajadas sacude el ómnibus, haciendo vibrar los vidrios. Ni siquiera el

²⁰⁷ LUKAS, E., *La felicidad en la familia*, p. 94.

conductor puede sustraerse a la tentación de risa. Aferra el volante lo mejor que puede, luego, frena a un costado del camino, cruza los brazos sobre el volante y ríe y ríe... El bravucón desciende en la parada siguiente. Nadie le cree que haya llegado a destino. A sus espaldas sigue el chapoteo de risas”.

El amor es creativo, y el sentido del humor que nace de él y a él tiende también vive de tal creatividad. Reclama en la vida ordinaria una agilidad que le permitan –sin lo que de ofensivo y sarcasmo pueda colarse en la anécdota que se presenta– responder con prontitud. No cabe duda alguna, de que el ingenio²⁰⁸ y la creatividad, como herramientas esenciales del buen sentido del humor, son eficaces. Sin embargo, no todo depende de ello. Debemos tener conciencia de que nuestra dignidad es intangible. Nuestra dignidad debe ser tal, que toda provocación rebote contra ella sin dejar del mínimo rasguño. De ahí que no solo sea necesario ser imaginativos, sino equilibrados con la propia y la ajena humanidad. Se podría completar diciendo que reclama con la misma fuerza creatividad y ecuanimidad, esto es virtud o se convierte en ella.

La persona que está convencida de esta verdad antropológica, en la vida familiar, no toma las afrentas como algo personal, sino que las deja en aquel de quien provienen, amortiguando los golpes que producen los desaciertos comunicativos del otro. Esta situación, es una oportunidad de ahorrar desgaste nervioso y mostrarse, tanto física como psíquicamente, a la altura de cualquier situación penosa. Salir airoso de este contexto, sin generar perjuicio en el otro, es lo que bellamente Elisabeth Lukas llamaría un “talante jocosos que desarma”²⁰⁹.

Anécdota 2:

La hija de un profesor de alemán llega a casa y se cuelga del cuello del padre. “¡Pa, no sabés lo que me pasa!”. Solloza: “¡Vuá tener un hijo!”. “¡Dios santo!”, exclama el hombre, horrorizado. “¡has pasado cinco años de tu vida en el mejor internado para señoritas y no aprendiste a hablar correctamente!”²¹⁰.

²⁰⁸ BERGSON, H., *La risa*, Alianza editorial, Madrid, 2012, p. 77-82.

²⁰⁹ Cf. LUKAS, E., *La felicidad en la familia*, p. 94-95.

²¹⁰ LUKAS, E., *La felicidad en la familia*, p. 85.

En ciertas circunstancias en las que comunicar una noticia resulta muy difícil por la incertidumbre de la reacción del interlocutor, la escena se debe desarmar disminuyendo la pretendida gravedad de lo que se comunica. Hay que tener un arte especial para –sin “simplonería” ni la risa del Cacaseno– salir al paso del distinto carácter de los distintos personajes de nuestras familias. Cada uno con sus límites mentales, físicos o morales. No a todos se puede llegar de la misma manera. La cita referida se podría interpretar de muchas formas, de hecho la autora de donde lo recogemos no le da el mismo sentido que tiene en nuestro texto.

Prosiguiendo con nuestra reflexión, dentro de las propuestas que pretendemos fundadas, nos parece oportuno señalar, en contra de quienes negativamente valoran el sentido del humor como una herramienta “infantil” para armonizar la vida familiar, que (en palabras de Elisabeth Lukas) es posible apelar a la virtud curativa de la risa. La risa sin afectación, sarcasmo ni burla, la risa franca y cordial (lo mismo que el llanto leal) que es un remedio inigualable, una inyección de vitaminas como no hay otra para ánimos decaídos y quebrantados. Si le diésemos mayor margen a la risa en nuestra sociedad (en nuestra familia) las sesiones de psicoterapia se reducirían a la mitad²¹¹. De ahí, que en nuestras relaciones familiares no solo sea importante no olvidar reír, sino más que necesario ejercitarse en este arte, para proteger la propia integridad interior²¹² y el bienestar de la “inviolable dignidad” de cada uno de los miembros que constituyen la familia.

CONSIDERACIONES FINALES

Abordar el sentido del humor desde la perspectiva de V. Frankl en el ámbito familiar situando la problemática en la óptica personalista, ha sido una

²¹¹ Cf. LUKAS, E., *La felicidad en la familia*, p. 93.

²¹² *Ibidem*

tarea dispendiosa y costosa en el tiempo y en los medios empleados. Nos complace poder compartir ahora las conclusiones de nuestra investigación de manera formal. Hay que decir al inicio que el balance que hemos obtenido ha sido fruto de la conjunción entre el trabajo académico realizado en las horas de estudio y la experiencia de vida adquirida en el ámbito personal y familiar.

La investigación, el análisis y la ponderación nos han llevado a unos resultados que exponemos a continuación:

1: De resultas, después de haber abordado nuestro cometido, nos ha llamado poderosamente la atención la visión que V. Frankl posee del ser humano. Frankl ama sobremanera la humanidad (especie y espécimen) del hombre, y lo hace porque es consciente de que esa humanidad está preñada del espíritu. El hombre, en su dimensión física-psíquico-espiritual, es una unidad personal, indivisible, en lo profundo de su ser, y una, en la manifestación de su obrar. La primera observación conclusiva consistiría en evidenciar la imposibilidad de comprender en sentido del humor en Frankl sin tener en cuenta la totalidad del ser humano. La visión y el concepto de persona es crucial.

Esta consideración holística del hombre por parte de nuestro autor, nos ha permitido registrar la consideración de nuestro tema en una perspectiva antropológica sana, es decir, sin reduccionismo de tipo materialista o espiritualista que resaltan algún aspecto constitutivo de la unidad del hombre, so pena de distorsionar la verdad acerca de la íntima naturaleza de todo ser humano. En el cuerpo del trabajo viene tratado con detención, baste aquí insinuar el diálogo que sostiene el autor con las diversas corrientes de su época, especialmente, la freudiana.

2: Desde esta óptica antropológica, hemos decidido abordar un aspecto del ser humano que es decisiva para toda sana convivencia: el sentido del humor. Para llegar al meollo del asunto es necesario no perder de vista que se trata de un sentido del humor personal.

Disfrutamos haber constatado de manera académica algo que sabíamos o intuíamos en un modo más corriente y existencial, a saber: que el sentido del humor es una capacidad inscrita en la naturaleza de todo ser humano, y por tanto, una herramienta con la que no solo unos cuantos privilegiados cuentan para hacer más llevadera su vida, sino un potencial interno con el que todos y todo el hombre pueden generar un sano equilibrio a su alrededor. Desde esta perspectiva se puede decir que el sentido del humor es una realidad natural, cultural y personal.

3: Hilando con lo anterior señalamos precisamente que todo el hombre es afectado por el sentido del humor, porque cuando nos referimos a este, no solo señalamos la dimensión biológica o psicológica del acontecimiento, sino también al aspecto espiritual. El humor, y el tenerlo a flor de piel como “sentido”, como “órgano sensorial” –respetando el lenguaje analógico para no decir equívoco– es una realidad personal.

Tras haber realizado un recorrido histórico, con la pretensión de insinuar un somero, pero valioso y certero concepto del humor, hemos comprobado que nuestra temática posee una amplia gama de vertientes y dimensiones que pueden tener un carácter artístico, literario y terapéutico, cosa que ya venía incoada en el primer capítulo de la tesis. Lo que nos ha llevado a ponderar un sinnúmero de apreciables acepciones, con la consiguiente difícil tarea de realizar una honesta aproximación a la concepción que V. Frankl tenía del humor.

4: No caben dudas que congraciarse con un rostro sonriente resulta más fácil que definirlo desde la óptica de Frankl. Del mismo modo, es más fácil sonreír que definir la sonrisa, hablar que conceptualizar el habla, etc. Pero esta realidad nunca ha sido excusa para exonerarse de la delimitación de los conceptos. Y así, hemos señalado que Frankl, a la hora de referirse al sentido del humor lo hace principalmente como capacidad para autodistanciarse de uno mismo, y de ciertas situaciones inconvenientes. Aspecto que no deja de lado la dimensión psico-somática del sentido del humor. Es decir, la ruidosa o discreta

carcajada y la razonable serenidad frente a una situación desafiante para los valores humanos, es perfectamente compatible para nuestro autor.

5: Pero, si nos detenemos un poco y consideramos el ámbito propio en donde Frankl lleva a cabo la propuesta del sentido del humor como autodistanciamiento de uno mismo; inmediatamente es fácil comprobar que su proposición se enmarca principalmente en el ámbito clínico. Tal comprobación constituía en un primer momento, un obstáculo que no podía ser pasado por alto. La enfermedad ciertamente es parte de nuestra vida ordinaria y debe ser contada y no darse por descontada, pero no siempre requiere un tratamiento clínico. Había que trasladar la consideración al hogar.

De esta manera, nuestro trabajo ha supuesto indagar en la mayor parte de la producción literaria de Frankl, la real posibilidad de una aplicación en el ámbito de la vida ordinaria familiar. Y en este sentido, ha resultado muy consolador para nosotros, el hecho de saber que la Logoterapia ha sido una técnica que ha brotado en los jalones de la vida ordinaria de nuestro autor²¹³, según se ha manifestado con anterioridad.

Así, tras un breve análisis, hemos llegado a la convicción de que en el cuerpo literario de nuestro autor, está, aunque implícitamente presente, la temática del sentido del humor como herramienta para ser aplicada en el ámbito de la vida corriente de todos los hombres y mujeres.

6: Tras este convencimiento nuestro, el trabajo se delimitó en los parámetros del ámbito familiar. ¿Cómo hacer posible una (si cabe le término) *logoterapia de la calle* en el seno de la vida familiar? ¿Cómo es posible la aplicación del sentido del humor en las relaciones familiares? En definitiva:

²¹³ La Logoterapia, entonces nació en mi casa natal. Más los libros que han sido editados por mí, ya fueron redactados en la vivienda que habito desde mi retorno a Viena. Y como mi sala de trabajo tiene un mirador de forma semicircular, lo he llamado alguna vez la “semi-sala de parto”, aludiendo a la sala de parto y porque mis libros son dictados bajo contracciones de parto. FRANKL, V.E., *Lo que no está escrito en mis libros*, p. 15.

¿cómo propiciar un sano equilibrio en la familia de hoy, utilizando el buen sentido del humor?

Esta interrogante ha sido la que ha jaloneado nuestras últimas reflexiones, en toda nuestra investigación. Y, desde esta línea trazada por nuestro estudio, sopesamos que una aplicación adecuada del sentido del humor en el seno de la vida familiar requería la buena práctica de la educación.

En efecto, nos convencimos de que sin una adecuada educación en el sentido del humor, era difícil una correcta y constante aplicación del mismo en las vidas de los que componen el entorno familiar.

Con una razonable intuición, llegamos a proponer que educar en el sentido del humor requería por parte de los *maestros caseros y domésticos*, el valioso testimonio de la vida. Y esto, según reza el clásico adagio tomasiano (aunque dominico primero): educar es *contemplata aliis tradere*, transmitir lo que antes ya se ha contemplado.

7: Pero ¿cuál sería el proceso para llegar a vivir la vida familiar con sentido del humor? Aunque naturalmente el ser humano esté dispuesto a vivir con humor su existencia, esta vivencia no se lograría si previamente no se ha dotado a la propia vida de sentido. De esta manera, llenar de sentido a la existencia permite dotar de sentido y contenido al humor. Así, el sentido del humor se realiza por el sentido de la vida. Si soy capaz de darle un rumbo a mi existencia entonces el sentido del humor tendrá un sentido.

Pero ¿cuál es el criterio para que el sentido de la vida y del humor, tengan verdaderamente sentido? Víctor Frankl, con aguda inteligencia, responde que el amor es el valor que puede dotar de máximo sentido a la existencia del hombre. Y es que no hay mayor motivación para actuar buscando el bien del otro, que el amor.

El amor dota de sentido a la vida y al humor. Así, humor y amor, van estrechamente ligados. Solo quien es capaz de vivir por, con, y para el amor; es capaz de vivir con humor la propia vida y ayudar a los demás a que la vivan bien.

Y esto es así porque en el entorno familiar, una buena dosis de amor puede facilitar mucho la convivencia.

8: En esta reflexión, hemos constatado que el sentido del humor es una consecuencia de una vida dotada de sentido por el amor. Así, el sentido del humor es perfectamente realizable si antes hay un sentido del amor, es decir, una *única manera de aprehender al otro en lo más profundo de su personalidad*²¹⁴.

Por último, podemos destacar que lo que hemos pretendido lograr en este trabajo de investigación se concretizará en la vivencia de cada una de las vidas de las familias. Los resultados de nuestras investigaciones, es decir, la aplicación del sentido del humor en las relaciones interpersonales familiares, serán los que nos indiquen la fructuosidad o esterilidad de nuestros esfuerzos.

Por lo pronto, el marco teórico para empezar a educar (*educere* = conducir hacia) en el sentido del humor en el seno de las familias, está desarrollado coherentemente según los parámetros que inicialmente se han señalado²¹⁵.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

OBRAS DEL AUTOR:

FRANKL, V. E., *Ante el vacío existencial. Hacia una humanización de la psicoterapia*, Herder, Barcelona 1987.

-----, *Búsqueda de Dios y sentido de vida. Diálogo entre un teólogo y un psicólogo*, (con Pinchas Lapide), Herder, Barcelona 2005.

²¹⁴ “El amor constituye la única manera de aprehender a otro ser humano en lo más profundo de su personalidad. Nadie puede ser totalmente conocedor de la esencia de otro ser humano si no le ama. Por el acto espiritual del amor se es capaz de ver los trazos y rasgos esenciales en la persona amada; y lo que es más, ver también sus potencias: lo que todavía no se ha revelado, lo que ha de mostrarse. Todavía más, mediante su amor, la persona que ama posibilita al amado a que manifieste sus potencias. Al hacerle consciente de lo que puede ser y de lo que puede llegar a ser, logra que esas potencias se conviertan en realidad”. (FRANKL, V.E., *El hombre en busca de sentido*, p. 63)

²¹⁵ Para un ejemplo, si se quiere, de aplicación práctica de lo dicho, puede verse LUKAS E., *La felicidad en la familia. Comprender, aceptar, amar*, san Pablo, Buenos Aires 2007, pp. 157-158.

-----, *El hombre doliente. Fundamentos antropológicos de la psicoterapia*, Herder, Barcelona 2004.

-----, *El hombre en busca de sentido, edición y prólogo de José Benigno Freire*, Herder, Barcelona 2004.

-----, *El hombre en busca de sentido último. El análisis existencial y la conciencia espiritual del ser humano*, Paidós, México 2003.

-----, *El hombre incondicionado. Lecciones Metaclínicas*, Plantín, Buenos Aires 1955.

-----, *En el principio era el sentido. Reflexiones en torno al ser humano*, Paidós, México 2001.

-----, *Fundamentos y aplicaciones de la Logoterapia*, Col. Noesis No. 15, San Pablo, Buenos Aires 2002.

-----, *Homo Patiens. Intento de una patodicea*, Plantín, Buenos Aires 1955.

-----, *La psicoterapia al alcance de todos. Conferencias radiofónicas sobre terapéutica psíquica*, Herder, Barcelona 2003.

-----, *La psicoterapia en la práctica médica. Una introducción casuística para médicos*, Col. Noesis No. 5, San Pablo, Buenos Aires 2003.

-----, *La psicoterapia y la dignidad de la existencia*, Almagesto, Buenos Aires 1991.

-----, *La idea psicológica del hombre*, Rialp, Madrid 1986.

-----, *La presencia ignorada de Dios. Psicoterapia y religión*, Herder, Barcelona 1994.

-----, *La voluntad de sentido. Conferencias escogidas sobre logoterapia*, Herder, Barcelona 1988.

-----, *Logoterapia y análisis existencial*, Herder, Barcelona 2011 (1994).

-----, *Psicoanálisis y existencialismo. De la psicoterapia a la logoterapia*, Breviarios FCE, México 2002.

-----, *Psicoterapia y existencialismo. Escritos selectos sobre logoterapia*, Herder, Barcelona 2001.

-----, *Psicoterapia y humanismo. ¿Tiene un sentido la vida?*, Breviarios FCE, México 2002.

-----, *Teoría y terapia de las neurosis. Iniciación a la logoterapia y el análisis existencial*, Herder, Barcelona 2001.

-----, *Lo que no está escrito en mis libros. Memorias*. San Pablo, Buenos Aires 2011.

-----, *Escritos de juventud*. Herder, Barcelona 2007.

-----, *Las neurosis y sus tratamientos*. Herder, Barcelona 2007.

-----, *La psicoterapia al alcance de todos*. Herder, Barcelona 2007.

OTRAS OBRAS Y ESTUDIOS COMPLEMENTARIOS

AA. VV., *Sentido del humor: aproximación conceptual y su relación con la salud*, 8º Congreso Virtual de psiquiatría, Interpsiquis, Febrero 2007.

ALEMANY, C. & CABESTERO, R., *Desarrollo del humor: estudios e investigaciones*, en Idígoras, A. (ed.), *El valor terapéutico del humor*, Desclée de Brouwer, Bilbao 2002.- AMABILE, T. M., *The social psychology of creativity*, Harcourt Brace, New York 1983.

ARTALEJO, F. *Temas de familia. Sentido del humor en la educación*. 1998

BRAVO, H., “El Humor un sentimiento. Su importancia en la educación”. 2010

BENIGNO FREIRE J., *Humor serenidad, en la vida corriente*, 6ed., Eunsa, Pamplona 2011.

BERGER A., *An Anatomy of Humor*. Transmission Publishers: EE. UU 1999.

BERGSON H. *La risa ensayo sobre lo cómico*. Alianza editorial. Madrid 2012.

BRETONES, F., *Logoterapia: la audacia de vivir*, San Pablo, Buenos Aires 2005.

BUKMAN, E., *The use of humor in psychotherapy*, en University: Dissertation Abstracts International, Busto 1980, 41.

- BUKMAN, E. (comp.), *The handbook of humor: clinical applications in psychotherapy*. Krieger Publishing Company, Florida 1994.
- BURMA, J. *Humor as a technique in race conflict*, en *American sociological review*, (1946) 11, 710-715.
- BURGOS, J. M., ¿Es la familia una institución natural?, Asociación Española de Personalismo. Instituto Juan Pablo II. Cuadernos de Bioética, XVI, 2005/3ª, 359.
- BUTTIGLIONE, R., *La persona y la familia*, Palabra, Madrid 2000.
- BUXMAN, K., *Humor in therapy for the mental ill*, en *Journal of Psychosocial nursing*, (1991) 29 (12), 15-18.
- CARRERO DIOS, H., *Sentido del humor: construcción de la escala de apreciación del sentido del humor*, Ed. De la Universidad de Granada, Granada 2005.
- CASTILLA CONTRERAS, O., *Psiquiatría y Humor: Humorismo, comicidad, chiste y psiquiatría*. Rev. Col. Psiquiatría, vol. XXVI, N°3. 1997.
- CAZAMIAN, L., *The Development of English Humor*, Durham (Estados Unidos) 1952.
- CAZAMIAN, L., *Pourquoi nous ne pouvons définir l'humour?*, en *Revue germanique*, Paris 1906, pp. 601-634.
- DE LOS RIOS, R., *Cuando el mundo gira enamorado*. 11 y 14 ed. Rialp. Madrid 2014.
- DÍAZ, C., *Soy amado, luego existo. Yo y tú*, Desclée de Brouwer, Bilbao 1999.
- DIMMER, S., CARROLL, J. & WYATT, K., *Uses of humor in psychotherapy*, en *Psychological Reports*, (1990) 66, 795-801.
- ELITZUR, C., *Humor, play and neurosis: The power of confinement*, en *Humor: International Journal of Humor Research*, (1990) 3(1), 29-31.
- FERNANDEZ FLORES, W., *Antología del humorismo en la literatura universal*. Tomo I, Ed. Labor, Barcelona 1957.
- FIZZOTTI, E., *Viktor E. Frankl: profeta de la actual emergencia educativa. Orientación y propuestas para superar el vacío existencial*, en *Revista Mexicana de Logoterapia* #28.
- , *De Freud a Frankl. Interrogantes sobre el vacío existencial*, Eunsa, Pamplona 1977.

- FREUD, S., *El humor*, Hyspamerica, Buenos Aires (1928) 1987.
- FREUD, S. *El chiste y su relación con lo inconsciente*, Hyspamerica, Buenos Aires (1905) 1987.
- FRY, W. & SALAMEH, W., *Handbook of Humor and Psychotherapy: Advances in the Clinical Use of Humor*, FL: Professional Resource Exchange, Sarasota 1987.
- FRY, W., *Sweet Madness. A Study of Humor*, CA: Pacific Books, Palo Alto 1968.
- FRY, W., *Physiologic effects of humor mirth, and laughter*, en *Journal of the American Medical Association* (1992), 267(13), 1857-1858.
- FRY, W. & SALAMEH, W., *Advances in Humor and Psychotherapy*, FL: Professional Resource Exchange, Sarasota 1993.
- Fry, W. & Salameh, W., *Humor and Wellness in Clinical Intervention*, CT: Praeger, Westport 2001.
- GALLI, N., *La pedagogía familiar*, Herder, Barcelona 1976.
- GARCÍA PINTOS, C., *Frankl comentado*, San Pablo, Buenos Aires 2011.
- GINER DE LOS RIOS, F., *Qué es lo cómico*, en *Estudios de literatura y arte*, Madrid 1876, 33-45.
- GOLDSTEIN, J. & MCGHEE, P., *The psychology of humor*, Academic, New York 1972.
- LÓPEZ, Y., *La familia una construcción simbólica: de la naturaleza a la cultura*. *Departamento de Psicoanálisis*. Universidad de Antioquía, *Affectio Societatis* n° 2/ setiembre 1998.
- LÓPEZ L; SEEVILLA A y RUIZ C. “¿Por qué la creatividad y el sentido del humor en la educación?” *INFAD Revista de Psicología International Journal of Developmental and Educational Psychology*, N°1, 2009. ISSN: 0214-9877. pp:281-290
- LUKAS, E., *La felicidad en la familia. Comprender, aceptar, amar*, San Pablo, Buenos Aires 2007.
- , *Una vida fascinante. En la tensión entre ser y deber ser*, San Pablo, Buenos Aires 2005.
- , *Psicología espiritual. Manantiales de vida plena de sentido*, San Pablo, Buenos Aires 2008.

- , *Psicoterapia en dignidad. Apoyo para la vida con orientación hacia el sentido según Viktor Frankl*, San Pablo, Buenos Aires 2008.
- MARTÍN CAMACHO, J., El humor y la dimensión creativa en la psicoterapia, en Revista Psicodebate 6. Psicología, cultura y sociedad: <http://www.palermo.edu/cienciassociales/publicaciones/pdf/psico6/6Psico%2004.pdf>.
- MARQUES MIGUEZ, E., *Persona, logos y educación*, San Pablo, Buenos Aires 2013.
- MAY, R., *El dilema existencial del hombre moderno*, Editorial Paidós, Buenos Aires 1978.
- MCGHEE, P., *Humor: Its origin and development*, CA: Freeman & Co, San Francisco 1979.
- MELENDO, T., “El cuidado en la familia”, en *Metafísica y Persona. Filosofía, conocimiento y vida*. Enero-julio de 2012, núm. 7, versión impresa, ISSN: 2007-9669, Puebla, pp. 29-54.
- , *10 principios básicos para educar correctamente*, Homini, Lima 2017.
- , *El ser humano: desarrollo y plenitud*, Eds. Internacionales Universitarias, Madrid 2013.
- MENCHÉN, B. -MELENDO, T., *Quiénes son nuestros hijos y qué esperan de nosotros: Curso de antropología infantil: “Para educar con hondura”*. Eds. Internacionales universitarias, Madrid 2013.
- MINDESS, H. & TUREK J. (Eds.), *The study of humor*, CA: Antioch University, Los Angeles 1980.
- MIRAMONTES, F., *Volver a los escritos de Viktor E. Frankl. Sistematización cronológica para el estudio y aplicación práctica del Análisis Existencial y la Logoterapia*, en Revista Mexicana de Logoterapia #28.
- PADILLA MARBÁN E., *Reflexiones a partir del libro Pedagogía de las alturas. Logoterapia y educación*, en Revista Mexicana de Logoterapia #28.
- PALOMAR LEVER, J. – ESTRADA, V. – AMPARO & MATUS GARCIA, G., *Sentido del humor y optimismo: un estudio de validación*. Revista Interamericana de psicología / Interamerican Journal Psychology, Vol. 45 (2011), n° 2, pp. 123-132.

- PARADA NAVAS, J. L., *La educación familiar en la familia del pasado, presente y futuro*, en *Educatio Siglo XXI*, Universidad de Murcia, Vol. 28, n° 1, 2010, pp. 17-40.
- PARADA VELEE, J., *La pedagogía del humor para el desarrollo emocional en niños y niñas del centro educativo Carlos Zambrano Orejuela. Maestría en intervención y educación inicial*. Universidad del Azuay - Ecuador, 2014
- PIDDINGTON, R., *Psicología de la risa: Un estudio sobre adaptación social*, Leviatán, Buenos Aires (1962) 1995.
- RAIMON, A., *Vida después de la vida*, Moode – Porterdale, 30 de junio 1944.
- RUCH, W., *The Sense of Humor. Exploration of a Personality Characteristic*, en *Humor Research* 3, Mouton de Gruyter, Berlín 1998.
- RUEDA GUARDIA C., *La Logoterapia en el Mundo*, en *Revista Mexicana de Logoterapia* 28.
- SÁNCHEZ CAMPOS, *María Fernanda*. *Las Fortalezas Personales en la Educación Familiar: Programa de entrenamiento del humor y el optimismo para padres con hijos /as de 2 a 4 años de edad*. 2016
- SCHOPENHAUER A., *El arte de ser feliz*. Herder: Barcelona, 2005.
- SCHMIDT, N.E. & WILLIAMS, D., *The evolution of theories of humor*, en *Journal of Behavioral Science* (1971), 1, 95-106.
- SHAKESPIARE, W., *Enrique IV*. Planeta D'Agostini, Barcelona.
- SOFOCLES, *Antigone*, Stasimo I.
- SORIA, J. L., *Maestro del Buen Humor. El Beato José María Escrivá de Balaguer*, Rialp, Madrid 1993.
- URBANO P., *El hombre de Villa Tevere: los años romanos de Josemaría Escrivá*, 9ª ed., Plaza & Janés, Barcelona 2000.
- VALENCIA G., *Pedagogía del sufrimiento*, en *Revista Mexicana de Logoterapia* #28.
- VERA OLIVARES Y NELSON ZICARO MARTINEZ., *Tesis satisfacción marital: factores incidentes*. Universidad de Bío y Bío Chillac. 2010.
- VIAL MENA, W., *Antropología De Viktor Frankl: El Dolor, Una Puerta Abierta*, Impresos Universitaria: Santiago de Chile 2000.

YALOM, I., *Psicología Existencial*, Herder, Barcelona 1984.
ZIV, A., *Personality and sense of humor*, Springer, New York 1984.

ARTÍCULOS SECUNDARIOS, EN GRAN ENCICLOPEDIA RIALP

ALMAZAN HERNANDEZ, R., *Schopenhauer A.* en GER. pp. 65 – 66.
ASTRAIN, M. L., *Addinson Joseph* en GER. pp. 208 – 209.
BLANCO, C. A., *Goncourt E.* en GER. pp. 100 – 101.
CIORANESCU, A., *Staél de Madame* en GER. pp. 653 – 654.
COLLADO MILLAN, J. A., *Gotthold Ephraim* en GER. pp. 201 – 204.
-----, *Richtr Jean Paul* en GER. pp. 294.
DIEZ TABOADA, J. M., *Humorismo I* en GER. pp. 246 – 248.
FABRO, C., *Hegel* en GER. pp. 632 – 637.
JORNADA, R., *Chesterton Gilber Keith* en GER. pp. 105 – 106.
MACDERMONTT, D., *Shaw George Bernard* en GER. pp. 288 – 289.
MENDEZ GONZALES, R., *Diderot* en GER. pp. 694 – 696.
PANIAGUA, J. A., *Galeno* en GER, pp. 624 – 626.
PEÑALVER SIMÓ, P., *Henry Bergson* en GER. pp. 75 – 77 A.
PUJALS, E., *Jonson Ben* en GER, pp. 490 – 491.
SHAW FAIMAN, P., *Dryden Jhon* en GER. pp. 141 – 142.
SHAW FAIMAN, P., *Sterne* en GER. pp. 668 – 669.