



Neurosis en las sociedades

El mundo occidental profesa una filosofía volcada hacia el futuro, pero su actitud es contradictoria con este ideal. Su mirada no llega más allá de mañana puesto que explota los recursos y modifica el medio ambiente con un conocimiento muy fragmentado de las consecuencias de su accionar desequilibrado. Desde esta mirada entonces podríamos decir que la persona occidental es extranjera de sí misma en relación a su grado de consciencia.

Para desarrollarnos como personas es importante comenzar ahí donde estamos e ir trabajando nuestros lamentos, sufrimientos y culpas. El prevenir enfermar es una responsabilidad y también tiene un sentido.

La falta de aceptación de nosotros mismos significa ir por la vida de una manera condicionada, desconfiada y sin una presencia real. Nos encontraremos luchando y sintiendo frustración hasta muy posiblemente llegar a un vacío existencial por no encontrar el propio sentido de vida.

Nuestra luz se va logrando a través de una libertad responsable influenciada por nuestros valores personales. La dimensión auténticamente humana no enferma, pero puede llegar a estar bloqueada en uno o varios aspectos de la vida de un ser humano. En tales casos, las notas que se evidencian entre otras son el aburrimiento, la auto-agresión, la depresión y la adicción según el grado del bloqueo.

Las neurosis adoptan el espíritu de las sociedades en un momento determinado. Podemos decir que su configuración cambia con la época y que por ello se actualizan. En líneas generales, podemos revisarlas desde cuatro síntomas principales de la neurosis colectiva según el Dr. Viktor Frankl:

- 1) Actitud efímera ante la vida: vivir de un modo provisional.
- 2) Actitud fatalista ante la vida: tiende a considerarse un juguete de las circunstancias externas o condicionamientos internos por lo que va cambiando de acuerdo con ello.
- 3) Pensamiento conformista o colectivista: el hombre medio desea pasar por su vida tan desapercibido como le sea posible, prefiriendo permanecer sumergido en la masa de gente. La masa rebaja el nivel de la personalidad individual.
- 4) Fanatismo: sólo prevalece su opinión; sin embargo, carece de opinión propia y expresa una opinión pública.

Estos cuatro síntomas provienen del miedo a vivir y de la huida de la libertad y de la responsabilidad.

El Dr. Viktor Frankl (1905-1997), neurólogo y psiquiatra vienés, en su juventud fue discípulo del Dr. Sigmund Freud, sobrevivió su experiencia en los campos de concentración durante la Segunda Guerra Mundial y fue el fundador de la Logoterapia, la psicoterapia espiritual o del sentido de vida como más se la conoce.

Cada época tiene sus neurosis y cada época también necesita su propia psicoterapia. Hoy en la actualidad la frustración existencial desempeña un papel fundamental en la formación de neurosis; en especial, aquellas cuyas raíces no son los complejos y traumas psicológicos, sino más bien los conflictos morales y las crisis existenciales. Por otra parte, lo que también amenaza a la persona contemporánea es la falta de sentido en su vida, en este caso estamos ya hablando de un vacío existencial más que de una frustración. En definitiva podemos decir que se trata de una falta de motivos para expandir nuestra humanidad.

Hay muchos matices entre el estar sano y enfermo. Cada uno de nosotros se halla siempre en algún lugar de este continuo con dos polos, tanto en lo que nos afecta a los estados anímicos como a los corporales. Es por ello que es de vital importancia orientar nuestras vidas hacia el sentido de cada momento y estimular nuestra voluntad de sentido. Son tres las vías para descubrirlo y desarrollarlo: el trabajo, las relaciones y las situaciones límites como son la culpa, la muerte y el sufrimiento inevitable.

La Logoterapia no intenta suplantar a la psicoterapia ya existente, en sus diversas formas, sino que la completa al acompañar hacia el descubrimiento de lo auténtico en el ser humano desde una manera integral, existencial y trascendental.