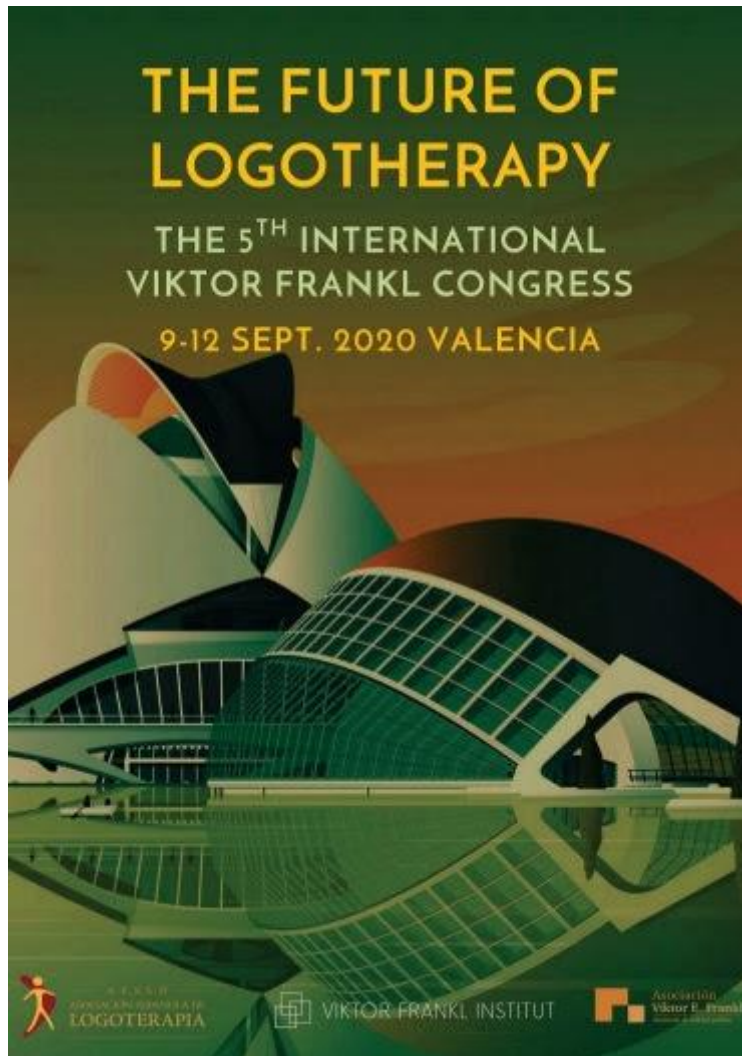


## Acompañar

Boletín informativo nº 71- febrero 2020

---



Ya estamos en marcha en el nuevo año 2020 con la ilusión de seguir dando lo mejor de nosotros mismos para bien de otros. Es lo que nos empuja a dedicar nuestro tiempo a la asociación. Decía Viktor Frankl que “sobrevivir no puede ser el máximo valor. Ser hombre significa estar preparado y orientado hacia algo que no es él mismo. En cuanto que una vida ya no trasciende más allá de sí mismo, no tiene sentido permanecer con vida”. Es una máxima basada en su experiencia, y que nos cuestiona para qué vivimos. Con ese espíritu vamos adelante con los talleres, grupos de ayuda, libro-forum y cine y la orientación a personas que se acercan en busca de sentido ante las adversidades y las pérdidas vitales. En este boletín encontraremos muchas de esas iniciativas para participar y compartir.

Un evento que va a marcar este año es el reto que nos propuso el Profesor Alexander Batthyany, director del Viktor Frankl Institute de Viena, que fue el invitado especial en el sexto Simposio sobre el duelo en las transiciones vitales que celebramos en el Ateneo en noviembre de 2016, junto a Sebastián Tabernero. Cada dos años se celebra un Congreso mundial sobre Viktor Frankl, desde 2012 en Viena, en 2018 en Moscú, y en 2020 va a ser en Valencia. Este año, del **9 al 12 de**

**septiembre** tendrá lugar el [V CONGRESO INTERNACIONAL DE LOGOTERAPIA Y ANÁLISIS EXISTENCIAL](#) en nuestra ciudad, en los salones del Ilustre Colegio Oficial de Médicos de Valencia. El propósito es proporcionar un espacio de encuentro y diálogo internacional donde intercambiar reflexiones, investigaciones, experiencias, metodologías y proyectos que ayuden a encontrar nuevas respuestas a los retos de los hombres y mujeres de hoy en su búsqueda de sentido. Habrá mesas sobre logoeducación, formación en logoterapia, atención clínica, atención en la enfermedad y el duelo, trabajo social...

Es un congreso dirigido a todos nosotros, personas interesadas en la Logoterapia, una ocasión única y excepcional de conocer a las personalidades más relevantes a nivel mundial, algunos de ellos amigos personales de Viktor Frankl, como nuestro amigo Gerónimo Acevedo, Jay Levinson de EEUU, David Guttmann de Israel, el profesor Nagata de Japón, y el nieto de Frankl, Alexander Vesely. Y una oportunidad de compartir algo de nuestra experiencia a lo largo de estos 18 años de existencia de nuestra asociación. Podéis entrar ya en la página web del congreso para informaros y hacer la inscripción: [www.thefutureoflogotherapy.com](http://www.thefutureoflogotherapy.com)

El congreso está coorganizado por el Viktor Frankl Institute, la Asociación Española de Logoterapia (AESLO) y la Asociación Viktor E. Frankl de Valencia (AVEF). Estamos participando en la elaboración del programa, pero sobre todo en la organización local, hemos conseguido el reconocimiento del Ayuntamiento que nos dará una recepción el miércoles 9 de septiembre por la tarde, el apoyo del colegio de Psicólogos y del colegio de Médicos, así como de varias universidades. Este año la Jornada de Logoterapia que haremos **el 26 de marzo**, será organizada en el colegio de Psicólogos, sobre "LOGOTERAPIA Y ANÁLISIS EXISTENCIAL. APORTACIÓN DE VIKTOR FRANKL A LA PSICOTERAPIA ACTUAL".

Os pedimos a todos los amigos y socios de la AVEF vuestra colaboración para la difusión del congreso a vuestros conocidos, y por redes sociales. Buscamos empresas patrocinadoras que puedan colaborar económicamente con el congreso. Hacednos saber cualquier contacto que pueda ayudarnos al éxito del congreso: [coordinacion@asociacionviktorfrankl.org](mailto:coordinacion@asociacionviktorfrankl.org)

Desde aquí el agradecimiento de toda la Junta a cada uno de los que hacéis posible llevar adelante este proyecto, orientados más allá de uno mismo, para bien de muchas personas.

**José Luis Guinot**

Presidente de la asociación

# Cifras clave 2019

ASOCIACIÓN VIKTOR E. FRANKL

**2961 PERSONAS ATENDIDAS**

**ÁREA ASISTENCIAL : 1610 PERSONAS**

**ÁREA DE FORMACIÓN : 566  
PERSONAS**

**ÁREA DE DIVULGACIÓN Y  
SENSIBILIZACIÓN : 785 PERSONAS**

[Descargar la Memoria 2019](#)

## El sentido. Una búsqueda que nos encuentra.

"*Si tenemos nuestro propio porqué en la vida, podemos soportar casi cualquier cómo*". Esta frase es parte de uno de los aforismos de Nietzsche y de ella se sirvió Viktor E. Frankl para aproximarnos a la noción de sentido.

Citada en su libro *El hombre en búsqueda de sentido* y en referencia a su vivencia en el campo de concentración nos dice: "Las palabras de Nietzsche: pudieran ser la motivación que guía todas las acciones psicoterapéuticas y psicosociales.... Desgraciado de aquel que no viera ningún sentido en su vida, ninguna meta, ninguna intencionalidad y, por tanto, ninguna finalidad en vivirla, ése estaba perdido." (Frankl, *El hombre en busca de sentido*, 2001)

Como podemos advertir en esta cita, Frankl considera al sentido como una especie de meta que afirma la propia voluntad. Cuando alguien tiene un propósito, éste se convierte en una brújula, una finalidad que mueve su existencia, incluso en situaciones extremas como en los campos de concentración.

Pero ¿cómo ocurre esto? ¿Es acaso un tema individual? ¿Es una tarea únicamente relacionada con el bienestar personal? ¿Es una búsqueda aislada de los demás?

En la actualidad, no es difícil encontrar personas que creen que el sentido es una cuestión meramente personal y de terreno privado. La noción de autocuidado, a veces, se confunde con posturas de aislamiento y hasta de defensa de todo lo foráneo so pena del juicio de incompetencia ante la dureza de la vida. Muchas personas prefieren centrarse totalmente en sí mismas y en sus necesidades. De hecho, es una reacción muy comprensible ante el dolor. Cuando la vida nos pone ante una situación de sufrimiento inevitable, la primera reacción es retirarnos, cubrimos con nuestro propio abrazo y percibir la soledad existencial como una cruda realidad.

Usualmente, cerramos el "yo" en una especie de defensa contra el estímulo doloroso. Quisiéramos borrar el acontecimiento y, en esa ilusión, a veces nos sumergimos en la autocompasión. Un apego desmedido a esta primera reacción alarga el centramiento y puede producir hiperreflexión, estrechar la visión de la vida y propiciar el abismo de la rigidez de pensamiento. Frases como "no puedo", "no hay salida", "nadie me comprende", o similares, pueden ser un callejón sin salida.

El "yo" doliente adquiere un protagonismo inusitado y el "centramiento" en cómo afrontar la situación demanda toda la energía emocional, pero al mismo tiempo, también nos reta a responder ante ello. Este es el primer peldaño en la larga escalera hacia el sentido.

De hecho, las reacciones del ser humano tienen su propia sabiduría y no debemos minimizar sus fortalezas, pero, hay que saber que cuando Frankl habla de sentido no se refiere a las reacciones sino a las respuestas. La diferencia es obvia. Una reacción es instantánea y una respuesta implica un tiempo de reflexión, una comprensión de lo vivido

y un movimiento de la voluntad ante los hechos. Una reacción tiene sentido en un tiempo determinado mientras una respuesta es una madeja que empieza a desenrollarse en lo nuevo e imprevisible.

Nuestras respuestas ante las primeras reacciones son las que nos permiten entrever lo que significa el sentido. La tensión interna ante el dolor “se abre irrevocable e inalienablemente entre el hombre y el sentido que anhela ser realizado por él” (Frankl, *Psicoanálisis y Existencialismo*, 1997). Tensión que, por sí misma, ya es un llamado a hacer algo, una atracción por algo que está más allá de las reacciones o las circunstancias.

Entonces es cuando el “yo” sale de sí, busca, anhela, abre su mirada, expande su pensamiento, mira más allá de sus propias limitaciones y atraviesa su ámbito privado para ir más allá de los hechos dolorosos. El “yo” trasciende las circunstancias, confía en que su existencia no marcha hacia el absurdo. Al enfrentarse al sufrimiento se doblega, se transforma; siente el movimiento que lo sacude por dentro y anhela ese posible significado que intuye.

Entonces atraviesa la auto compasión y se abre a la acción. Se implica por completo en la búsqueda y en la confianza de “arrancar incluso sentido al propio sufrimiento” (Frankl, *Logoterapia y Análisis Existencial*, 1990)

En este camino y de forma natural, la mayoría de las personas ansiamos compartir nuestros dolores; nos acercamos a nuestros seres queridos; anhelamos un abrazo y una palabra de aliento. Vamos en la búsqueda de sanación entregándonos a otros, cuidando de otros, descentrándonos por completo. Vamos a por nuestros paisajes favoritos, deportes, pasatiempos, etc. Rescatamos esos libros, música o películas que un día nos hicieron bien. Estamos atentos a las recomendaciones de otros, nos interesamos en las posibles soluciones y al hacerlo, “trascendemos”.

“Porque pertenece a la esencia del hombre el ser también abierto, “abierto al mundo”. Porque ser hombre significa, por sí mismo, estar orientado hacia más allá de sí mismo.” (Frankl, *Psicoanálisis y Existencialismo*, 1997)

Algo dentro de nosotros mismos nos impele a hacer cosas nuevas; a buscar nuevos caminos; nuevas relaciones y novedosas tareas. Con el tiempo, el dolor empieza a tomar nuevos matices y el “yo” advierte que, en su búsqueda por sanarse, se ha transformado. Una transformación que nos ha implicado con otros y para otros. Entonces, ocurre un fenómeno muy profundo: nos asumimos vulnerables, necesitados y deseosos de reescribir nuestra propia historia. Es entonces cuando advertimos que hemos crecido en empatía, que nos condolemos con los demás, que nuestro propio esfuerzo nos ha llevado a cuidarnos cuidando de otros. Ejemplos abundan: libros que han surgido desde el sufrimiento; creación de grupos de cuidado mutuo; expresiones artísticas de toda índole; devociones renovadas; tareas solidarias; vínculos transformados, reconocimiento de la fuerza del perdón, de la gratuidad, etc.

Como dice Frankl, vamos descubriendo el sentido gracias a esa tarea que queremos cumplir; a esa persona a quien amamos o a esos valores que sostienen nuestra actitud firme ante el destino.

Sin duda, una enorme apertura en donde las puertas de la posibilidad se abren y las celdas psíquicas se vuelven manifiestas. Atraídos por el mundo de la posibilidad, advertimos la hondura de nuestra libertad porque nos vemos expuestos a ser libres en relación con “algo” o con “alguien”. Revisamos nuestros condicionamientos, nuestros límites y esas zonas en las que debemos trabajar. En plena consciencia de libertad, nos damos cuenta de que somos seres de “encuentro”. El dolor que un día nos “inmovilizó” se convierte en la fuente de un cambio innegable, en la inspiración inusitada de la que surgen novedosas actitudes y hasta heroicos comportamientos.

Como vemos, el sentido del que habla Frankl no es una lucha por superar un dolor o una pelea que elimine la auto compasión. No se traduce en términos de victoria o fracaso. No es un tema privado que solamente apela al sujeto aislado. El sentido implica el reconocernos como seres trascendentes, capaces de salir de nosotros mismos, de hacer frente a nuestras propias limitaciones, de transformarnos en y con el mundo y junto a las personas que nos rodean.

Desde este punto de vista, el sentido es un camino hacia el encuentro, se construye gracias a la ayuda y el apoyo de otros; se erige como una tarea compartida.

Y es que el sentido no se agota en la auto estima o en la auto realización. De hecho, éstas se convierten en su efecto.

La búsqueda por el sentido nos encuentra con los demás desde sus primeras preguntas, ¿qué hacer y cómo hacerlo?, pasando por la dignidad de cada respuesta, para desembocar en la vivencia de cuidarnos cuidando de otros. Sin duda, surge entonces en el ser humano la conciencia límpida de su naturaleza vincular.

Pero quizás la mayor fuerza que transmite la noción de sentido es la confianza extrema en el valor de la vida a pesar de todas sus complejidades. Una confianza que unifica todos los peldaños de la escalera del sentido.

En este contexto, quizá la búsqueda de sentido es más que un mero concepto, quizá es un buen inicio para repensar la existencia como misión compartida. Una misión que nos abre y nos encuentra en torno a ese íntimo anhelo por trascender.

**Eliana Cevallos**

#### **Bibliografía**

- Frankl, V. (1990). Logoterapia y Análisis Existencial. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. (1997). Psicoanálisis y Existencialismo. México: FCE.
- Frankl, V. (2001). El hombre en busca de sentido. Barcelona: Herder.

## **ACTIVIDADES:**

### **TALLER PARA ENTENDER Y ATENDER AL ENFERMO DE CÁNCER**

**17 febrero**, 6 abril, 15 junio de 18 a 20h

Sede Asociación Viktor E. Frankl ([C/ Don Juan de Austria 34, 4 – Valencia](#)).

PREVIA INSCRIPCIÓN llamando al 963.510.113 (Aforo limitado)

[Más detalles](#)

### **AYUDA MUTUA EN LA PERDIDA A TRAVÉS DEL SILENCIO Y LA MEDITACIÓN**

**16 y 30 de enero / 06 y 27 de febrero/ 12 de marzo, de 18h30 a 20h30**

Sede Asociación Viktor E. Frankl ([C/ Don Juan de Austria 34, 4 – Valencia](#)).

[Más detalles](#)

### **CICLO CINE "En busca del sentido de la vida"**

**22 de febrero a las 18h**

"La vida secreta de Walter Mitty"

Residencia S. Francisco Javier de Valencia (Avenida Blasco Ibañez 55)

PREVIA INSCRIPCIÓN llamando al 963.510.113.

[Más detalles](#)

### **PRESENTACIÓN DE LIBRO**

**24 de febrero de 18h30 a 20h**

"Nadie dijo desde donde" y "Cayetana y el guardián de las estrellas". Sandra Díaz

[Más detalles](#)

### **GRUPO-TALLER PARA UNA VIDA CON SENTIDO**

A partir del **20 de febrero de 2020 los jueves de 18h a 19h30.**

[Más detalles](#)

### **CONFERENCIA en la casa de la Cultura de Caudete.**

"La actitud ante la enfermedad. Cómo crear una personalidad resiliente"

**24 de febrero a las 19h.**

Albacete. Asoc. Lucha contra el cáncer.

### **TALLER AFRONTAR EL DUELO**

**25/02, 10 y 24 de marzo, 7 y 21 de abril, 5 y 19 de mayo, 2 de junio 18h a 20h.**

Sede Asociación Viktor E. Frankl ([C/ Don Juan de Austria 34, 4 – Valencia](#)).

PREVIA INSCRIPCIÓN llamando al 963.510.113

[Más detalles](#)

### **CHARLA en Pastoral de la salud.**

"La soledad del mayor, por aislamiento propio, por enfermedad y por duelo. Aportaciones de Viktor E. Frankl"

**11 de marzo de 2020. A las 17:30 horas.**

Calle Avellanas, 12.

### **TALLER CONVIVIENDO CON EL DOLOR CRÓNICO**

Fecha por determinar

[Más detalles](#)

### **CINE BENÉFICO en Colaboración con Cines Lys**

**Junio** (fecha por definir)

## **GRUPO RENACER - GRUPO DE AYUDA MUTUA DE PADRES QUE ENFRENTAN LA MUERTE DE HIJOS**

**2º y 4º martes del mes de 19h a 21h.**

Sede Asociación Viktor E. Frankl ([C/ Don Juan de Austria 34, 4 – Valencia](#)).

Llamar previamente al 963.510.113

[Más detalles](#)

## **MAYORES Y SENTIDO GRUPO DE AYUDA MUTUA**

Durante todo el año, **el primer y tercer lunes de cada mes de 11 a 13h** Sede Asociación Viktor E. Frankl ([C/ Don Juan de Austria 34, 4 – Valencia](#)). PREVIA INSCRIPCIÓN llamando al 963.510.113

[Más detalles](#)

## **ACTIVIDADES DIARIAS DE VOLUNTARIADO**

**En la sede**, atendiendo las necesidades.

**Servicio de orientación:** las consultas se realizan todas las tardes y algunas mañanas. Pedir cita por teléfono (963510113).

**Voluntariado Hospitalario:** todas las semanas en el IVO y Hospital Padre Jofre

**Colaborar**