

Adicciones y espiritualidad en el ser humano

Autor: Juan Cambron Ramírez - 21-04-2016

https://vinculando.org/psicologia_psicoterapia/adicciones-dimension-espiritual-ser-humano.html



Una vez que hizo su aparición la Logoterapia en mi ámbito personal y profesional, la psicoterapia que yo utilizaba en mis sesiones individuales y grupales con personas con adicción cambió considerablemente.

Desarrollo:

Aunque siempre utilicé los valiosos apoyos que brinda la psicoterapia Gestalt, al incorporar en mi oficio el elemento espiritual del que habla la Logoterapia, mi propia visión del problema adictivo sufrió cambios significativos, particularmente en ese fenómeno tan frecuente en personas que se adhieren a procesos de recuperación tradicionales, y que es la recaída.

Poco antes de conocer y de introducir en mi trabajo las enseñanzas de la Logoterapia, había yo descubierto algunos aspectos novedosos del programa tradicional de los doce pasos. Principalmente descubrí que cada uno de ellos equivale a una actividad de las que lleva a cabo una persona que se encuentra enferma de un padecimiento físico para recuperar la salud. Es decir, que el primer paso se refiere a la admisión de que el individuo tiene “una impotencia” hacia algo como puede ser el alcohol, las sustancias diversas, el sexo, el juego compulsivo o la cleptomanía, lo cual es idéntico a la necesidad que tiene que admitir un enfermo físico para iniciar un tratamiento.⁽¹⁾

El segundo paso dice que sólo un poder superior a él puede o podría devolverle el sano juicio. La segunda actividad del enfermo físico es reconocer que él solo no puede y que tiene que buscar a alguien que sepa de medicina (alguien superior a él en materia de salud) para que lo ayude.

El tercero habla de que “Decidimos poner nuestra voluntad y nuestra vida al cuidado de Dios, tal como cada quien lo conciba”. La tercera actividad de la persona enferma es ponerse en las manos del médico y tomar la determinación de someterse al tratamiento que éste le indique.

El cuarto paso, el llamado “inventario moral”, equivale a la definición de los síntomas del paciente físico que tendrá que expresar ante el médico para que haga un diagnóstico y le extienda la receta correspondiente.

En fin, así, hasta el duodécimo paso llamado el del despertar espiritual, que viene a ser la adquisición de la plena salud del enfermo físico ya recuperado y consciente de la necesidad de mantenerse en forma saludable.

Descubrir esta similitud fue para mí algo muy valioso porque me permitió recomendarla a mis pacientes en su propio proceso, de tal manera que a cada momento pudieran saber en qué paso estaban y qué les faltaba para pasar al siguiente.

Así, tendría que llegar el día en que terminaran su proceso, evitando con eso pasarse cinco, diez o más años en busca de una recuperación escurridiza, que parecía que nunca fuera a llegar. Además, el tema de la recaída quedaría muy visible para blindarse contra ella.

Trabajar y cumplir razonablemente cada uno de los pasos les aseguraría estar en el camino de la recuperación, diferente al camino de la recaída. A la pregunta “¿En qué paso vas?” ya no tendría que inventar cualquier respuesta ni que caer en la pseudo-humildad de decir que está en el primer paso, con tres o siete años de asistir al grupo.

Junto con este descubrimiento me llegó el de la Logoterapia como una herramienta no sólo para alinear la mente, sino la vida toda de la persona desorientada, a partir de promover su reconocimiento como individuo integrado por tres dimensiones, entre ellas y principalmente, la dimensión espiritual.

Las dimensiones física y la psicológica explican satisfactoriamente los aciertos y las deficiencias físicas, mentales y emocionales, pero ¿qué hay del elemento espiritual como apoyo para el hombre doliente a causa de las adicciones?.

Esta pregunta me llegaba a la mente una y otra vez, hasta que leí la frase: “Sin Sentido no hay Recuperación”. ¿Sentido?, ¿Sentido de Vida?, ¿Qué es eso?

La Logoterapia me brindó una respuesta a estas preguntas. La recuperación de una adicción será

fácil o difícil en la medida en que se incorpore o no en ese proceso el elemento espiritual.

Víktor Frankl lo señala en su libro *Ante el Vacío Existencial*:

“Cada época tiene sus neurosis y cada tiempo necesita su psicoterapia.

En realidad hoy no nos enfrentamos ya, como en los tiempos de Freud, con una frustración sexual, sino con una frustración existencial. El paciente típico de nuestros días no sufre tanto, como en los tiempos de Adler, bajo un complejo de inferioridad, sino bajo un abismal complejo de falta de sentido, acompañado de un sentimiento de vacío, razón por la que me inclino a hablar de un vacío existencial” (ó complejo de vacuidad)⁽²⁾

A tono con lo anterior, Frankl asegura que el vacío existencial no se llena con otra cosa, sino con Sentido de Vida.

Para mí, la gran diversidad de las llamadas “enfermedades emocionales” surge principalmente de ese vacío del que habla Frankl, por lo cual creo que si existiera un programa de recuperación que incorporara como objetivo central el logro del sentido de vida, sería algo así como una panacea, o al menos un apoyo considerable para quienes padecen ese tipo de enfermedades.

De hecho, me parece pertinente mencionar que en la literatura de N/A se asevera que tal diversidad de enfermedades emocionales no existe sino que son expresiones diferentes de una misma enfermedad de fondo, la cual es el egoísmo. Aseguran ahí, que el único remedio para el egoísmo es el amor⁽³⁾.

Personalmente considero que el egoísmo y todo su poder destructivo, no proviene de otra parte sino del vacío existencial. Quien ha perdido el sentido de vida se vuelve egoísta (defectos de carácter) para desentenderse de sus responsabilidades y poderle echar la culpa de ello a otros.

Referencias bibliográficas

1. Alcohólicos Anónimos. Texto Básico. Central Mexicana de Servicios Generales de Alcohólicos Anónimos, A. C. Versión al español de la 3ª edición del original en inglés, Decimonovena reimpresión, Junio, 2011. (Las referencias al tema de los pasos tienen que ver con este folleto);
2. Ante el Vacío Existencial. Viktor Frankl. (Mencionado en La Vida no tiene Sentido, Univ. Católica Andrés Bello, Caracas, 2000). p. 27
3. “Las Leyes de la Enfermedad Mental y Emocional”, de Neuróticos Anónimos. Capítulo Seis, p. 39