



Hermanas  
Hospitalarias

BENITO MENNI CASM

## 2 DOCUMENTOS DEL COMITÉ DE ÉTICA ASISTENCIAL DE BENITO MENNI CASM



El proyecto de vida  
de las personas en  
el ámbito de la salud  
mental

## Índice

1. Presentación
2. Benito Menni CASM: hospitalidad, calidad y ética
3. Reflexión bioética introductoria
4. La institución Benito Menni CASM como colectividad con vocación ética
5. De la rehabilitación a la recuperación: el proyecto de vida como eje vertebrador
6. El proyecto de vida de las personas
  - 6.1 Consideraciones preliminares
  - 6.2 Voluntad de vivir y sentido
  - 6.3 Proyecto de vida y vulnerabilidad
  - 6.4. La elaboración del proyecto de vida en 7 movimientos
    - Uno. Tomar conciencia
    - Dos. Conocerse
    - Tres. Poseerse
    - Cuatro. Determinarse
    - Cinco. Gobernarse
    - Seis. Donarse
    - Siete. Realizarse
7. Conclusiones
8. Bibliografía





## Presentación

El presente documento es fruto de la reflexión del Comité de Ética Asistencial de Benito Menni CASM sobre el desarrollo de un proyecto vital de las personas con un trastorno mental, enmarcándolo dentro del modelo de recuperación y del *Marco de Identidad de las Hermanas Hospitalarias del Sagrado Corazón de Jesús*.

Esperamos que el presente documento ayude tanto en el ámbito interno como en el externo de nuestra organización a reflexionar sobre este tema, y que sus recomendaciones sean de utilidad para todos los profesionales implicados en la asistencia sanitaria en el ámbito de la salud mental.

**Sor Teresa Íñiguez**  
*Superiora*

**Dr. Joan Orrit**  
*Director gerente*

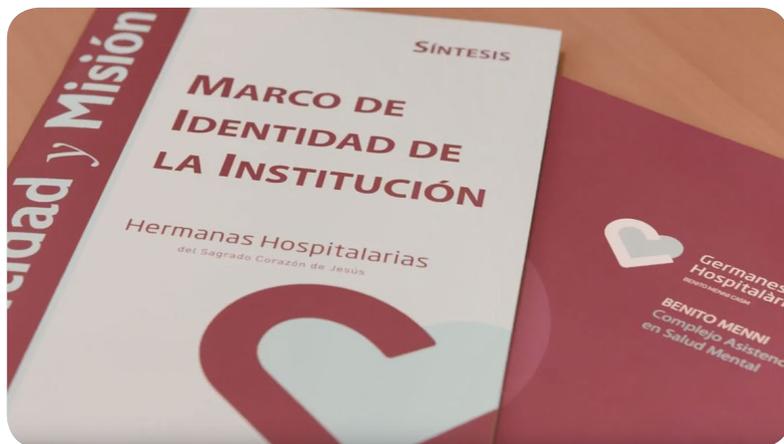
**Dr. Pedro Regalado**  
*Presidente del Comité de  
Ética Asistencial (CEA)*

**Dr. Francesc Torralba**  
*Experto en bioética*

## 2 Benito Menni CASM: hospitalidad, calidad y ética

Benito Menni CASM, entidad que pertenece a las Hermanas Hospitalarias del Sagrado Corazón de Jesús, desde el valor central de la **HOSPITALIDAD**, ofrece una *atención sanitaria y social integral y de calidad* a todas aquellas personas que sufren enfermedades mentales y necesitan asistencia en ámbitos sociosanitarios y sociales.

Nuestra misión se orienta hacia la prevención, cuidado y rehabilitación de las personas con algún trastorno mental, personas con discapacidad intelectual, pacientes psicogerítricos y los que presentan otras enfermedades, según su necesidad. La persona que sufre, dentro de su unidad y dignidad inviolable, es el centro de nuestra misión y a ella se han de subordinar todos los recursos de la Institución. Todos los profesionales que en ella trabajan están comprometidos con el cumplimiento del más alto nivel de calidad posible en cada momento, velando por la atención integral del ser humano.



En la vertiente docente, nuestra misión es la de capacitar a personas para ofrecer servicios sanitarios propios de su ámbito profesional, con calidad técnica y en conformidad con los valores de la Institución:

- La **hospitalidad** como valor central de nuestro trabajo desde la inspiración cristiana que las Hermanas Hospitalarias del Sagrado Corazón de Jesús y su fundador Benito Menni aportan como su razón de ser, y también la Hospitalidad entendida como un servicio a los demás, al cuidar, acompañar y ofrecer consuelo.
- La **calidad** como valor inseparable de la atención sanitaria y social que ofrecemos a las personas, basada en el trabajo y compromiso de todos en la mejora continua y en el camino hacia la excelencia. Englobando en este concepto la calidad humana y técnica del servicio, la calidad del trato dispensado y de los diversos dispositivos asistenciales.
- La **ética** como una forma de sentir, pensar y actuar. Las actuaciones de los profesionales tienen siempre en cuenta a la persona de manera integral y sus derechos como tal.

Dichos principios y valores quedan recogidos y se encuentran ampliamente desarrollados en el *Marco de Identidad de las Hermanas Hospitalarias del Sagrado Corazón de Jesús*, y el código de conducta, documentos que enmarcan toda nuestra actuación institucional.



# 3

## Reflexión bioética introdutoria

La bioética clínica es la ética aplicada a la asistencia sanitaria. En los últimos años se ha desarrollado fundamentalmente por tres motivos: los avances científicos, que condicionan una complejidad progresiva en las decisiones clínicas; el desarrollo de los derechos humanos que convierten al paciente en el protagonista del proceso de su enfermedad y de las decisiones que le afectan; y la generalización de la asistencia sanitaria, que obliga a reevaluar la relación recursos-necesidades. El aspecto más pragmático de la bioética es la identificación de los conflictos de valores que subyacen en las decisiones asistenciales, de forma que, el análisis de los hechos objetivos, pueda complementarse con el análisis de los valores en riesgo (Morera Pérez, 2000).

Los Comités de Ética tienen tres funciones fundamentales: discusión de casos, docencia y elaboración de documentos, bien para el uso de sus usuarios, o bien como posicionamiento de la institución, entre otros (Gías, 2016).

El Comité de Ética Asistencial (CEA) de Benito Menni CASM es un órgano consultivo en materia de bioética al servicio de nuestra Institución. Ayuda al asesoramiento en el ámbito asistencial en aspectos de la praxis clínica que puedan generar debate ético. El CEA desea aportar las claves para afrontar las decisiones y actuaciones con mayor justicia y prudencia, todo ello dentro del marco de los valores institucionales anteriormente referidos.

# 4

## La institución Benito Menni CASM como colectividad con vocación ética

Una institución de salud mental sin una voluntad ética que la sostenga viva se debilita como institución verdaderamente humana. En paralelo a la praxis de cada profesional en particular (sea médico, enfermero, psicólogo, etc.) hay un acto de profesión colectivo de cada hospital, que hace que éste se presente ante la sociedad como un sujeto moral bien definido, explícito, con un núcleo de convicciones que los constituye en una colectividad. Esas convicciones colectivas acordadas — aunque plenamente compatibles con el respeto a la legítima diversidad ética y de valores de cada uno — inspiran y regulan, más allá de lo exigido por la competencia técnica, el modo de hacer a que todos se comprometen y, por ende, la atención al paciente no se detiene en el mínimo legal, sino que se inclina hacia una conducta virtuosa (Herranz, 2008).

En este sentido, Benito Menni CASM contempla sus propios valores, fundamentales e insustituibles, que definen la Institución. Son el elemento sustancial que marca la actividad. El valor clave es la **HOSPITALIDAD** del que se despliegan ocho valores más: *sensibilidad por los excluidos, servicio a los enfermos y necesitados, acogida liberadora, salud integral, calidad profesional, humanidad en la atención, ética en toda actuación y conciencia histórica.*

El *Marco de Identidad de las Hermanas Hospitalarias del Sagrado Corazón de Jesús* es el documento institucional para la misión compartida; la referencia imprescindible común para las políticas de dirección, organización y gestión para todos los centros y la actividad de cada servicio, así como para los comportamientos concretos de los profesionales implicados, dentro de un marco de corresponsabilidad.

Dicho documento despliega los valores que sustentan nuestra entidad, valores éticos y cristianos que se concretan en un modo de hacer, de obrar, centrado en la persona que sufre.

Desde este marco de referencia, técnico y de valores abordamos las siguientes reflexiones bioéticas sobre el tema que nos ocupa.

# 5

## De la rehabilitación a la recuperación: el proyecto de vida como eje vertebrador

Tradicionalmente, la medicina en general y la psiquiatría en particular se habían basado en el modelo biomédico, centrado en enfermedades y síntomas, buscando su mejoría, con el médico en un papel central y dominante, con un claro rol paternalista.

Hace ya varias décadas que este modelo cambió, poniéndose mucho más énfasis en un modelo rehabilitador centrado en la recuperación de los déficits provocados por la enfermedad para lograr la mayor normalidad posible. Este nuevo modelo supuso un importante avance al pasar de una visión únicamente médica y farmacológica a una visión más integral que abarcaba más ámbitos de la persona (funcional, social...etc...). Supuso también una nueva vocación asistencial comunitaria de la psiquiatría frente a la visión centrada en el hospital que había predominado anteriormente.

Pese al cambio que significó esta visión rehabilitadora, mucho más integradora y holística y haciendo uso de equipos interdisciplinarios, aún seguía basándose de forma casi exclusiva en la visión de los profesionales.

Por eso poco a poco se fue abriendo paso un *nuevo paradigma en el que se dejaba de ver al paciente como un sujeto pasivo de los cuidados que le proporcionaba el sistema (por muy integrales que estos fueran) para considerar que la participación activa de la persona en su propia recuperación* era, además de un derecho, una condición esencial para conseguir los mejores resultados terapéuticos. Así, en la visión actual de la asistencia sanitaria se tiende hacia el llamado *modelo de recuperación*, en el que el paciente es el protagonista de su propio proceso de mejora y recuperación, convirtiéndose los profesionales en aliados a su favor, pero no ya en los protagonistas del proceso.

Esta evolución de la asistencia psiquiátrica ha sido (como no podía ser de otro modo) paralela a la evolución de las relaciones de ayuda de las profesiones sanitarias en las que, tras una fase de paternalismo, se comenzó a valorar de forma prioritaria la autonomía, rechazando la fase anterior paternalista como poco justa y en ocasiones contradictoria incluso con los derechos de las personas enfermas.

En este sentido, el modelo de recuperación tendría un claro paralelismo con el "autonomismo" bioético, mientras que en los modelos anteriores habría mayores dosis de "paternalismo".

En la actualidad el modelo de recuperación prima la autonomía del paciente, aporta un mayor reconocimiento y respeto de sus derechos y considera prioritario sus deseos y decisiones a través de las cuales se convierte en el centro del proceso asistencial.

No obstante, se han señalado también inconvenientes y peligros del modelo de recuperación, algunos de ellos no menores, como la excesiva "responsabilización" al paciente de su mejoría, pidiéndole algo que en ocasiones no puede realizar y quedando los profesionales como puros asistentes secundarios. También se ha apuntado la posibilidad de que este modelo pudiera utilizarse para favorecer de forma encubierta cierta insolidaridad social, al retirar recursos para los medios profesionales (al fin y al cabo secundarios), convirtiéndose en una excusa para un neoliberalismo extremo y privando así de asistencia a los pacientes más graves a los que este modelo no pueda ayudar.

Frente a estas ventajas e inconvenientes del modelo, siguiendo a *Rebolleda y Florit*, creemos que los modelos de recuperación y de rehabilitación están llamados a coexistir y a llegar a una síntesis fecunda mediante un proceso deliberativo, similar al que ha tenido lugar en el campo de la bioética, en el que actualmente se pretende superar el antagonismo entre el paternalismo y el autonomismo, llegando a una síntesis de ambos principios que permita el mayor bien del enfermo.



Creemos que en el caso de la asistencia psiquiátrica esta síntesis de elementos de recuperación y de rehabilitación consigue hacer corresponsables a los pacientes y a los profesionales de su proyecto de recuperación y actualiza las mejores tradiciones asistenciales hospitalarias de nuestros centros con las tendencias más modernas y autonomistas.

Es en este contexto en el que creemos que *el proyecto de vida puede resultar un elemento fundamental vertebrador de una verdadera recuperación integral* en donde, aún siendo la persona con un trastorno mental destinataria de nuestros servicios el auténtico protagonista, los conocimientos y la vocación profesional acumulados durante largo tiempo se pongan a su servicio para multiplicar sus propias capacidades.

Por ello, el presente documento tiene como finalidad de exponer la importancia del plan de vida para la realización integral de la persona y, en el campo de la salud mental, para lograr una óptima recuperación y reintegración social.

Asimismo, queremos transmitir nuestras reflexiones sobre la naturaleza y el significado de la realización de un plan de vida, las condiciones que lo hacen posible y el papel del personal sanitario en el acompañamiento y la ayuda a su definición y realización como pieza esencial de la recuperación integral del paciente afecto de patología mental, basándonos en nuestros principios y nuestra identidad hospitalaria.



## El proyecto de vida de las personas

### 6.1 Consideraciones preliminares

Al enfrentarnos a la tarea de explorar la noción de proyecto vital y su aplicación en el ámbito de la salud mental, debemos partir de varios fundamentos. En primer lugar, los derechos fundamentales e inalienables de la persona, tal y como fueron enunciados en la *Declaración Universal de los Derechos Humanos* (1948) Partiendo de esta base universal, desde nuestra identidad hospitalaria expresamos las siguientes convicciones:

1. Todo ser humano, más allá de sus rasgos, características y estados patológicos, posee una dignidad inherente y debe ser respetado y cuidado a lo largo de toda su vida.
2. Todo ser humano tiene derecho a autodeterminarse, a proyectar su propia existencia y a ejercer sus libertades civiles (libertad de expresión, de creencias, de pensamiento, de movimientos y de participación).
3. Los seres humanos que experimentan una grave vulnerabilidad de orden mental necesitan, especialmente, de la solidaridad y de la corresponsabilidad de los demás para llevar a cabo sus proyectos de vida. Para ello, resulta esencial combatir el estigma social y la tendencia a la exclusión y a la marginación. Romper tópicos y prejuicios es una exigencia básica.
4. La atención a las personas excluidas y vulnerables constituye uno de los valores preeminentes de nuestra identidad y carisma, por lo cual debemos realizar un esfuerzo especial para potenciar el reconocimiento de la dignidad de estos colectivos y su plena realización como personas.

El proyecto de vida es un concepto que incluye, necesariamente, los siguientes elementos:

1. Presupone la idea de libertad, la competencia para autodeterminarse y gobernar la voluntad para realizar un determinado fin.
2. Presupone la capacidad de planificar el futuro, lo cual requiere de un ejercicio de la razón y de la imaginación que hace posible la anticipación de escenarios vitales.
3. Requiere del apoyo de la comunidad (terapéutica, social y familiar) para poder desarrollar los propios anhelos, pues, aisladamente, resulta imposible articular ningún proyecto de vida.
4. A través del proyecto de vida, el ser humano trata de alcanzar la "vida buena", su realización personal.
5. El trabajo constituye un elemento clave en el desarrollo del proyecto vital y en el proceso de emancipación vital. A través de él, el ser humano aporta un bien a la sociedad y, por ello, percibe recursos económicos para poder sostenerse.
6. Disponer de una vivienda propia también es un elemento decisivo en la elaboración del proyecto vital. Todo ser humano anhela un espacio privado, disponer de un entorno para desarrollar su vida íntima y su afectividad.
7. Los vínculos afectivos juegan, también, un papel decisivo en la articulación del proyecto vital. Todo ser humano necesita una comunidad afectiva, ser significativo y relevante para alguien. Esta necesidad de reconocimiento y de estima es clave para alcanzar la vida buena.

Las personas con trastornos de orden mental tienen pleno derecho a elaborar sus proyectos de vida, a ser reconocidos moral y jurídicamente y queridos por la comunidad, a determinarse a sí mismos y a perseguir sus horizontes personales.

Un obstáculo para abordar este reto es precisamente el paternalismo, que consiste en negar la autonomía potencial del otro

por razón de su vulnerabilidad. Frente al paternalismo, que puede adoptar distintas formas (débil o fuerte, consentido o no consentido), resulta esencial reivindicar el empoderamiento, el reconocimiento de las capacidades latentes de la persona.

Sólo si se reconocen éstas capacidades y se ayuda a la persona a desarrollarlas, puede ser empoderada. En este proceso juegan un papel decisivo los buenos hábitos de vida. Los hábitos constituyen rutinas, procesos que se repiten. Los buenos hábitos hacen posible el pleno desarrollo de las potencialidades del ser humano, mientras que los malos hábitos tienen como consecuencia problemas de salud y, en ocasiones, la caída en todo tipo de dependencias. La extirpación de los malos hábitos es difícil cuando están muy enraizados en la persona, pero es la condición indispensable para poder desarrollar un proyecto vital.

Ningún ser humano desea convertirse exclusivamente en un objeto de cuidados. Necesita ser cuidado, dada su constitutiva fragilidad, pero es un sujeto de derechos, alguien que anhela un futuro, que desea realizarse como ser humano, ser útil a los demás, aportar algo valioso al conjunto de la sociedad. Su autoestima depende, en gran parte, de este reconocimiento.

Todos necesitamos de los demás para hacer realidad nuestros proyectos de vida, pero los seres humanos que se hallan en situaciones de vulnerabilidad mental, social, económica y emocional requieren, de un apoyo especial, para poder articular sus proyectos de vida.

Por lo que respeta al trabajo, es esencial la colaboración de las fundaciones tutelares, de las cooperativas, de las empresas de economía social, pero también de las empresas mercantiles. En la medida en que éstas incluyan en sus propios organigramas personas que pertenecen al mundo de la exclusión social hacen posible la integración y, con ello, facilitan un elemento decisivo del proyecto vital.

Esta integración no es una utopía. Es ya una realidad en algunas empresas referentes de nuestro país. Los estudios académicos revelan que la presencia activa de trabajadores de colectivos vulnerables tiene efectos positivos, no sólo en los interesados, sino



también para la cohesión de la organización y para su productividad. Para ello, es fundamental ofrecer a las personas vulnerables el ámbito adecuado de actividad y una formación específica.

Resulta imprescindible la filosofía de la integración para superar lo que el Papa Francisco denomina la cultura del descarte: “La calidad de la vida dentro de una sociedad se mide, en buena parte, por la capacidad de incluir a los que son más débiles y necesitados dentro del respeto efectivo de su dignidad como hombres y mujeres. Y la madurez se alcanza cuando tal inclusión no es percibida como algo extraordinario, sino como algo normal. También la persona con discapacidades y fragilidades físicas, psíquicas o morales, debe poder participar en la vida de la sociedad y ser ayudada a aplicar sus potencialidades en varias dimensiones. Solamente si vienen reconocidos los derechos de los más débiles una sociedad puede decir que está fundada sobre el derecho y sobre la justicia. Una sociedad que diese espacio solo a las personas plenamente funcionales, del todo autónomas e independientes no sería una sociedad digna del hombre. La discriminación con base en la eficiencia no es menos deplorable de la cumplida con base en la raza o al censo o a la religión”<sup>1</sup>.

El proyecto vital incluye, por lo general, el proceso de emancipación de la familia nuclear y en ocasiones existen resistencias por parte de ésta. Los mismos padres recelan de tal proceso sucumbiendo al paternalismo. Para propiciar la emancipación juega un papel determinante la vivienda tutelada, entendida como un espacio de transición para personas que no gozan de plena autonomía.

La vivienda tutelada permite el empoderamiento progresivo de las personas y su emancipación gradual del entorno hospitalizado o de la vivienda familiar. El seguimiento y la creación de buenos hábitos de vida son determinantes para alcanzar esta emancipación. Con frecuencia es imposible garantizar la plena emancipación por causa de la extrema vulnerabilidad de la persona y/o de sus malos hábitos, pero deben buscarse los mecanismos oportunos para facilitar el máximo nivel de autodeterminación sin correr riesgos para su salud, ni para uno mismo, ni para de los demás.

El proceso de elaboración del proyecto de vida requiere de confianza. El interesado debe confiar en sus posibilidades y en los recursos que se le ofrecen. La crisis de autoestima que sufren muchas personas vulnerables que pertenecen al mundo de la exclusión social tiene como consecuencia una crisis de confianza. Empoderar a estas personas y generarles confianza respecto de sí mismas es básico.

En la elaboración del proyecto de vida se producen caídas y recaídas, rupturas y fracasos. Uno empieza algo, persigue un propósito, pero, a menudo, le falta la tenacidad, el empeño y la constancia para llevarlo a cabo. La puesta en marcha de un proyecto de vida requiere de la virtud de la constancia, de la tenacidad y la paciencia, así como el apoyo necesario.

Al fin y al cabo, el proyecto de vida es un proceso y no un punto; su forma verbal es el gerundio y no el participio. Todo ser humano, por vulnerable y deteriorado que esté, contiene un abanico de posibilidades latentes, de capacidades que requieren de oportunidades para poder ser desarrolladas. El objetivo de una institución que alberga a personas vulnerables es, justamente, ofrecer estas oportunidades.

El diseño del proyecto de vida requiere de una serie de fases que desarrollamos a continuación. El conocimiento de la realidad de la persona afectada es imprescindible a la hora de proyectar. La clave es soñar con los pies puestos en la tierra. Cuando el proyecto pierde de vista la realidad de la persona y de su entorno familiar, social, económico y político en el que se halla, es muy probable que sucumba al fracaso.

El acompañamiento del profesional en la elaboración del proyecto de vida de la persona vulnerable es decisivo. Corresponde a los profesionales ayudarle a discernir, a evaluar los episodios del pasado, los fracasos y los abandonos, si los hubiere pero, simultáneamente, tiene que ofrecerle estrategias para llevar a cabo sus objetivos. Sin confianza, ni esperanza, no hay proyecto vital posible.



<sup>1</sup> DISCURSO DEL SANTO PADRE FRANCISCO A LA COMUNIDAD DE CAPODARCO. Aula Pablo VI. Sábado, 25 de febrero de 2017.

Reducir los malos hábitos y, si es posible extirparlos, es determinante. Para ello, es necesario un acto de consciencia, que consiste en percatarse de las consecuencias negativas que tienen para sí mismo y para los demás este conjunto de hábitos. Esta tarea, nada fácil, es inherente a la elaboración del proyecto vital.

## 6.2. Voluntad de vivir y sentido

La voluntad de vivir es inherente a todo ser vivo. Cuando el vivir se percibe anodino, insulso, absurdo, la voluntad de vivir puede menguar e incluso apagarse. Por el contrario, cuando uno tiene una motivación o una razón por la que luchar o, en definitiva, unos objetivos vitales, la voluntad de vivir crece a la máxima potencia y uno es capaz de enfrentarse a todo tipo de dificultades y de adversidades.

Eso significa que existe una íntima correlación entre la voluntad de vivir y el proyecto vital. Quien tiene un proyecto, experimenta un deseo de vivir; mientras que quien padece el vacío existencial, siente cómo su voluntad de vivir se apaga.

La vida nos arrastra con su impulso intrínseco, impregnándonos de esperanza de conseguir algo, aquello que satisfaga nuestros anhelos más profundos. Ante todo, es la esperanza de ser felices, de conseguir el bien que todos anhelamos, aunque cada ser humano define el bien de modo diferente.

Podemos discrepar sobre el sentido y el contenido del bien y de la felicidad, pero difícilmente podemos negar que la búsqueda de ambos constituye un elemento esencial de la vida.

El profesional no está legitimado para juzgar el proyecto de vida de su destinatario, únicamente debe contribuir, en la medida de lo posible, a su realización personal, siempre y cuando tal objetivo no ponga en crisis su salud física, psíquica o social, ni ponga en situación de riesgo el bienestar o la vida de los otros.

El profesional está obligado a colocarse en la posición de dicha persona, más allá de lo que significa tradicionalmente la medicina y

entrar en un diálogo sobre los argumentos que propone. Eso significa entrar en el pensamiento peculiar de la persona sin juzgarlo. El equipo de profesionales también debería poder comprender aquellos momentos en los que no es necesaria su intervención debido a que la persona tiene completa y conscientemente asumida su decisión.

La búsqueda del bien es una meta de la realización humana. No existe un único modo de concebir el bien, sino que contiene una riqueza de significados.

En el diálogo entre el profesional y la persona afectada, es posible discernir gradualmente lo que puede ser más beneficioso para ella, pero vigilando no proyectar la propia idea de bien en el otro. De esta forma se pueden llegar a conocer aquellas actividades significativas para la persona que doten de sentido a su existencia.

El proyecto de vida no se configura sin los otros. No somos islas, tampoco flechas que vuelan solitariamente hacia sus destinos individuales, sino que realizamos nuestra vida en compañía de otros seres humanos que también aspiran a dotar su vida de sentido.

No es posible entender *mi* propia realización personal al margen de los demás, siendo en muchas ocasiones éste el motivo del sinsentido de muchas vidas que se ven en el vacío, huecas y sin rumbo, porque han olvidado enlazar el sentido de sus vidas en un trenzado del que los otros forman parte esencial.

De ahí que, posiblemente, como dice H. Gollwitzer, la mejor manera de rescatar a las personas de una crisis de sentido, al borde a veces del suicidio, radica en reintegrarlas al entramado social y hacerles ver que los demás necesitan de ellas<sup>2</sup>.

## 6.3 Proyecto de vida y vulnerabilidad

En tanto que animal vulnerable, el ser humano siempre puede fracasar en sus empeños por realizar un determinado proyecto. El fracaso es una posibilidad inherente al ser vulnerable. No tendría sentido referirse a la posibilidad del fracaso en un dios omnipo-



<sup>2</sup>Cf. H. GOLLWITZER, Pregunto por el sentido de la vida, Sociedad de Educación Atenas, Madrid, 1977.

tente, pero en el ser humano es algo que se debe contemplar, algo con lo que se debe contar. El fracaso, además de ser una situación límite, es como una pequeña muerte personal o, mejor dicho, como la anticipación lo que será la muerte en mayúsculas.

La enfermedad no puede considerarse, simplemente, como una alteración de alguna parte del cuerpo humano y menos aún un evento totalmente objetivable. Se trata de una experiencia subjetiva de fractura, de ruptura con el propio cuerpo. El evento de la enfermedad es, pues, una experiencia que se produce, ante todo, en la intimidad del hombre y sólo después, puede ser tematizada científicamente, medida y manipulada técnicamente.

Tiene un impacto sobre la libertad y sobre la consciencia de la persona que la sufre, no sólo en el sentido que aniquila completa o prácticamente de un modo entero, la capacidad decisoria, sino porque a través de ella se pone de relieve el carácter precario e inestable de todo ser humano que sólo algunas veces, se insinúa en la existencia.

La enfermedad debilita la voluntad, transfigura negativamente el horizonte de sentido de la decisión concreta. Concentra toda la atención del sufriente y, en este sentido, lo aísla de los otros, coartando su disponibilidad a la proximidad. El cuerpo que somos tiende a escucharse más, a estar más pendiente de sí. La precariedad de una función obliga a transgredir las propias perspectivas vitales, impide que la disposición hacia el otro hombre se traduzca ágilmente en actos y obras.

Cuando el ser humano enferma, se siente a sí mismo como a un extraño. El enfermo espera reencontrar de nuevo una confidente sintonía con las cosas, espera curarse. La visión que un ser humano tiene de la patología no puede asimilarse a una conciencia abstracta, que pueda poner a distancia el ser cuerpo. La experiencia de la enfermedad es, en este sentido, una epifanía vital de la vulnerabilidad del ser. Como consecuencia de ella, uno se percata de que necesita la ayuda de los demás.

La enfermedad y la muerte ponen en peligro la totalidad del ser humano y no sólo la parte inferior de él. Lo que toca al cuerpo, toca a la persona entera. El hombre enfermo, enferma todo y no sólo su cuerpo. Eso significa que la experiencia de la enfermedad precede y resiste a la abstracción de la antropología dualista, como también a la categorización objetiva del saber científico. Esta experiencia se ofrece como una permanente reserva de significado, como un coagulo de símbolos.

La realidad de la patología psiquiátrica es aún más lacerante, ya que afecta a lo que cada uno considera la centralidad de su ser. En la enfermedad psíquica no hay posibilidad de racionalización sobre la afectación de un mecanismo ajeno a lo nuclear de la persona, ya que lo afectado es precisamente donde radica la conciencia de ser persona.

Como consecuencia de la experiencia de la enfermedad, aflora la demanda de ayuda, la apertura al otro en términos de necesidad vital. Esta petición de ayuda revela, de un modo nítido, la vulnerabilidad sentida en el propio cuerpo. Esta demanda de ayuda no siempre se produce en pacientes con enfermedad mental.

#### 6.4 La elaboración del proyecto de vida en siete movimientos

Lo que proponemos, en esta última parte del documento, es *una metodología, en siete movimientos, para llevar a cabo la elaboración del proyecto de vida.*

No existe un proyecto dado con antelación, tampoco una aplicación tecnológica para hacerse rápidamente con la respuesta; pero sí distintos itinerarios o caminos para iniciarse en su búsqueda. El estudio de la naturaleza humana no revela cuál es el proyecto del ser humano en este mundo. Evoca las necesidades, las posibilidades y las tendencias naturales de todo ser personal, pero no lo que dota de significado último a su existencia.

La necesidad de vivir una existencia con significado es común a todos los mortales. Ya sea de un modo consciente o inconsciente,



todos tratamos de vivir una existencia con sentido, que merezca la pena vivir. El sentido no es algo que se pueda comprar o vender. No es un bien de mercado, tampoco un objeto que se obtenga a través de una transacción de tipo económico. Es algo intangible, pero fundamental.

La elaboración del proyecto de vida es una tarea individual, un proceso mental, emocional y espiritual que, en cada ser humano, dibuja un recorrido particular, unos vericuetos y meandros que sólo él puede llegar a describir y a cartografiar. Escribe Alfred Adler: "Existe un algo innato inherente a la vida: un afán, un impulso, un desarrollarse, un algo sin el cual sería imposible en absoluto imaginársela. Vivir quiere decir evolucionar"<sup>3</sup>.

Este afán o conato tiende hacia algo que cada ser humano debe ser capaz de identificar, puesto que es su fin, su razón de ser. El impulso es inherente a la condición humana, pero el horizonte, el fin que se persigue distingue a unos de otros, así como la intensidad del mismo. El sentido no puede deducirse matemáticamente, tampoco puede inducirse empíricamente. Exige un método de búsqueda, un trabajo interior que nadie puede delegar, ni copiar.

El método es, por definición, un camino dividido en distintas fases cuyo fin es alcanzar un objetivo. La palabra compartida, el fluir amistoso de ideas y sentimientos, de silencios y verbos, es clave en este proceso de dilucidar. Es esencial disponer de una comunidad de aprendizaje, donde sea posible el intercambio fluido y auténtico de visiones y de perspectivas, pues sólo de ese modo puede uno aclarar verdaderamente cuál es el motor, el proyecto de vida, lo que le mantiene a flote cuando todo se derrumba.

No existen fórmulas mágicas para salvarse del vacío, tampoco métodos preventivos con total garantía. El fin del método no es sentenciar cuál es el sentido de la existencia. El fin es que cada cual se formule tal pregunta y halle, por sí mismo, formas para responder a la cuestión. Es un ejercicio mental que requiere de inteligencia y de imaginación, de una comunidad de aprendizaje donde sea posible seguir toda la secuencia.

Este método incluye siete movimientos: uno, toma de conciencia; dos, conocerse a sí mismo; tres, poseerse; cuatro, determinarse; cinco, gobernarse; sexto, donarse y, finalmente, realizarse.

### ■ Uno: *Tomar conciencia*

El primer movimiento consiste en transitar de la inconciencia de existir a la conciencia de existir. El objetivo de esta primera operación es tomar conciencia del propio existir, percatarse del hecho de estar vivo. Sólo tiene razón de ser la indagación del sentido de la existencia si uno se da cuenta, primero, de que existe, de que está en el mundo, pudiendo no estar.

Cuando uno toma conciencia de ello, se pregunta por el fin, por el objetivo, por el *para qué* de su existir. Empieza a interrogarse por lo que, de veras, colma de significado su presencia en este mundo. Entonces la existencia se convierte en algo problemático y uno se interroga por su acción, por lo que hace, por lo que dice, por el sentido de las decisiones que toma.

La conciencia se puede definir como la capacidad intuitiva para descubrir el sentido único y excepcional que se oculta en cada situación. Es lo que Viktor Frankl denomina *el órgano del sentido*.

La conciencia es una forma de revelación, aunque no en el sentido religioso del término. Ofrece una mirada nueva que permite captar, con más hondura, la propia realidad humana y la realidad circundante. No es el fruto de un proceso deductivo, ni, necesariamente, la consecuencia final de un análisis racional.

Nadie puede anticipar cuándo experimentará dicha conciencia, ni en qué momento de su desarrollo emocional y mental se va a dar cuenta de que existe. Cuando, por un motivo u otro, uno capta esta verdad, no puede vivir como antes, deja de estar, para siempre, dormido. Entonces está capacitado para hacer con su vida una obra personal, para existir en libertad y para decidir qué orientación desea dar a su vida.

<sup>3</sup> A. ADLER, El sentido de la vida, Miracle, Barcelona, 1964, p. 255.



La resultante de este movimiento es que la vida se convierte en tarea, porque, en el mismo momento, uno capta que debe hacer algo con eso que le ha sido dado, que no puede desperdiciarlo, que dispone de un tiempo y de un talento para hacer algo con ello en el mundo.

Para hacer realidad tal fin, uno se debe preguntar para qué está hecho, qué cualidades tiene su ser, qué riqueza inherente existe en su naturaleza que, debidamente, labrada, puede convertir ese don en algo nuevo, bello, en un nuevo nacimiento.

Esto requiere el paso al segundo movimiento: el autoconocimiento.

## ■ Dos: **Conocerse**

El segundo movimiento, en la elaboración del proyecto de vida, exige el paso de la ignorancia de uno mismo al autoconocimiento.

En sentido estricto, este movimiento no termina nunca, pues el conocimiento de uno mismo no es el conocimiento de un objeto, sino de una realidad que, por definición, no puede ser objetivada. Sin embargo, la exploración de la propia naturaleza es clave para poder captar la vocación fundamental que late en ella, las capacidades latentes y dones que la configuran.

Es imposible aclarar qué es lo que va a dotar de sentido la propia vida, si uno no reconoce su propio ser, los anhelos que hay en él, las posibilidades latentes que se vislumbran, el conjunto de capacidades naturales que, debidamente desarrolladas, van a dar bellos frutos.

Muy frecuentemente, uno se descubre a sí mismo persiguiendo un fin ajeno que no responde a su propio ser, sino que ha sido inculcado por agentes externos, por el entorno familiar, cultural o social en el que vive. Esto violenta y frustra, porque el fin resulta artificial y ajeno a la propia naturaleza y aunque realmente se logre, no colma sus secretas aspiraciones. Cada ser está hecho para un determinado fin, pero este fin no está escrito en su piel, ni en su ADN. Debe explorarlo e identificarlo.

Ésta es la verdadera aventura humana y lo que está expresado en el conocido oráculo delfico, *conócete a ti mismo*, que muchos pensadores han convertido en el principal imperativo de la acción educativa.

Escribe Edith Stein en *Construcción de la persona humana* (1932): "En el interior del hombre habita la 'verdad': esta verdad no es el hecho desnudo de la propia existencia en su finitud. Por irrefutablemente cierto que sea para S. Agustín el hecho del propio ser, aún más cierto es el hecho del ser eterno que se halla tras ese frágil ser propio. *Esta* es la verdad que se encuentra cuando se llega hasta el fondo en el propio interior. Cuando el alma se conoce a sí misma, reconoce a Dios dentro de ella"<sup>4</sup>.

Muy habitualmente, uno se encuentra luchando por algo que no le interesa, se halla metido en batallas que percibe que no son *sus* batallas. Cuando ocurre esto, uno siente que su vida es estéril y absurda, que carece de sentido, que no le pertenece. Es como el soldado que está metido en un campo de batalla, pero no comparte la causa de la lucha, no siente que esa lucha sea *su* lucha.

Como consecuencia de ello, está ahí, cumpliendo las órdenes del sargento de turno, pero sin convicción, sin amor por lo que hace, sin poner su vida en ello. Se encuentra luchando por algo que no quiere, pero que le han metido entre ceja y ceja; se halla defendiendo bastiones que no son de su incumbencia. El resultado final es que lucha sin pasión. Ocurre exactamente lo mismo cuando uno se encuentra realizando una actividad que no le llena, que no colma las expectativas de plenitud.

Sólo si uno es capaz y se libera de estas luchas inútiles y se desapega de estos elementos adventicios que han quedado incrustados en su ser, puede, realmente, descubrir lo que él anhela, sus más secretas aspiraciones.

Nadie desea vivir una vida prestada, nadie anhela esforzarse por un objetivo impuesto desde fuera. El ser humano, a través del



<sup>4</sup> E. STEIN, Obras Completas, IV, 572.

proceso de autoconocimiento, está llamado a descubrir cuál es su tendencia natural, a qué aspira, qué cree que va a colmar sus ansias de plenitud. También él es un ser de fines, una energía que apunta a un horizonte, pero muy frecuentemente lo ignora, no lo ha meditado. Es un ser en camino, un ente *in fieri*, cuya realización exige tiempo y carácter. No nace acabado, menos aún definido; irrumpe en el mundo como un campo abierto de posibilidades, pero dispone de un tiempo, su vida, para tratar de hacerlas realidad.

Aspira a la felicidad, está hecho para ser feliz, pero debe explorar el camino, el itinerario que le va a conducir a tal estado de plenitud. En él late un sentimiento de carencia, se percata que le falta algo, busca una perfección que no posee.

Para san Agustín, la verdad habita dentro de la persona y no fuera. Sólo cuando uno tiene la audacia de penetrar en ese interior y despojarse de todo, se encuentra con la única y definitiva verdad de sí mismo.

Escribe san Agustín: “Niégate a ir fuera, regresa a ti mismo; en el *hombre interior* (Ef 3, 16) habita la verdad; y, si hallares mudable tu naturaleza, trasciéndete también a ti mismo”<sup>5</sup>.

Cuando un ser humano, por desidia o por temor, renuncia a ser lo que está llamado a ser, niega su propia singularidad, se produce una pérdida de riqueza en el mundo, pues la riqueza depende substancialmente de la pluralidad de seres. Cuando un ser humano se limita a plagiar a otro, se ignora a sí mismo y todo su potencial creativo, la humanidad se empobrece y, por consiguiente, el progreso integral de las comunidades y de los pueblos.

Es evidente que la realización del fin depende de muchos factores, tanto externos como internos y que es fácil que no se alcance tal plenitud, pero si uno lucha por lo que cree que es suyo, si está metido en una batalla cuya causa ha decidido previamente, pierda o gane, ese tiempo vivido posee sentido.

Nadie desea, como proyecto de vida, ser la copia de alguien, ser la pálida imagen de otro ser humano, por bello, noble e interesante que sea. La emulación no convence, ni es el destino en la condición humana.

La transición de la ignorancia al conocimiento de sí mismo jamás alcanza su cumbre, porque el proceso de conocerse no termina nunca. Se prolonga a lo largo de todo el curso de la vida, pues el *sí mismo*, eso que llamamos la *identidad personal*, no es algo estático, quieto, pétreo en el tiempo, sino algo fluido y mutante, con lo cual sólo quien permanentemente ejerce el movimiento de conocerse, se percata de los cambios, de las transformaciones de su propia identidad a lo largo de la obra que representa.

La definición de uno mismo acaba siendo una tarea artificial y reduccionista. Se puede definir un objeto, una cosa, una realidad abstracta, pero un ser vivo y dinámico como la persona humana escapa a toda conceptualización, a todo esquema racional.

El ser humano, por propia esencia, no puede ser definido, delimitado, acotado en una bella descripción. Es un ser que se va haciendo, que deviene, a cada momento, algo que todavía no era. Por él fluyen pensamientos, emociones y recuerdos que no pueden paralizarse; él mismo es una fuente de relaciones que alteran su vida emocional y también su propio modo de ser.

El esfuerzo por conocerse mejor no concluye nunca, pero eso no significa que tal empeño sea fútil o una tarea condenada al absurdo. Se trata de un proceso gradual, de una aproximación de carácter asintótico, que jamás se hace totalmente realidad, pero que uno se acerca progresivamente a ella y, por lo tanto, adquiere más claridad sobre *quién es y para qué* está hecho.

En definitiva, sólo quien indaga en su ser, puede escuchar sus motivaciones fundamentales, sus anhelos y deseos. Sólo entonces puede plantearse cuál es la orientación de su existencia acorde con lo que es.



<sup>5</sup> SAN AGUSTÍN DE HIPONA, De vera religione, 72.

### ■ Tres: *Poseerse*

El tercer movimiento consiste en transitar del conocimiento de sí mismo a la autoposesión. Poseerse a sí mismo es un acto de la voluntad; mientras que conocerse es un acto de la inteligencia. El verbo *poseer* debe ser interpretado en clave metafórica, pues ningún ser humano puede, en sentido estricto, ser poseído, ni poseer a sus semejantes, dado que no es un objeto.

La práctica de la posesión se relaciona estrictamente con los objetos, con las cosas, pero el ser humano, en virtud de su dignidad, no puede ser poseído. No es algo; es alguien. Uno puede poseer un coche, un piso o un ordenador, pero las personas son de tal naturaleza que no pueden ser poseídas.

La posesión de sí sólo es posible cuando uno tiene clara conciencia de sus límites, de la amplitud y de la profundidad de su ser. Es el tercer momento, el que sigue al autoconocimiento. Cuando uno ha detectado esas constantes, esos ejes que definen la propia identidad, los acepta y es plenamente consciente de ello, se puede afirmar que se posee a sí mismo. Sabe quién es, de qué está hecho, qué caracteres le definen.

Una cosa es saber cuáles son los propios defectos y limitaciones y otra cosa, muy distinta, es reconocerlos. Conocerse a sí mismo no garantiza la autoposesión. En la posesión de sí se da una aceptación de los límites y de las posibilidades, una aceptación que no es resignación, pero que tampoco es fruto de la idealización.

Cuando uno asume este conocimiento, está preparado para vivir conforme a lo que es. Se deshace de aquel castillo ideal que se había construido de sí mismo y fluye espontáneamente. Ya no pretende ser alguien que no es, ni asemejarse a un ídolo, tampoco se plantea horizontes que están reñidos con su naturaleza. Al poseerse, sabe de lo que es capaz, pero también donde tiene límites severos.

Ahondar en lo más íntimo es el único camino viable para poder extraer todo el potencial latente en el propio ser, la riqueza intangible que cada ser humano alberga dentro de sí.

En sentido estricto, nunca jamás llega uno a poseerse totalmente. La novedad siempre está al acecho y, en la medida, en que uno se va conociendo, también descubre aspectos o dimensiones de su ser que no había anticipado.

La aceptación de uno mismo es la vía esencial para elaborar el proyecto vital. La autoposesión es, en definitiva, la afirmación y aceptación de sí mismo. Escribe el teólogo protestante, Paul Tillich (1886-1965): “La autoafirmación de la propia unicidad y la aceptación de las demandas de la propia naturaleza individual constituyen el verdadero valor de ser”<sup>6</sup>. En eso consiste esencialmente la posesión de uno mismo.

### ■ Cuatro: *Determinarse*

El cuarto movimiento es un acto de la voluntad, la condición de posibilidad de la libertad humana. Sólo se puede realizar tal paso si uno adquiere conciencia de lo que le determina, de las voces que imperan dentro de su ser. Para ello, tiene que ser capaz de explorar dentro de sí mismo y visualizar esas alteridades que le determinan, que conducen sigilosamente su existencia. Mientras no sea capaz de poner en el plano de la conciencia esas voces que imperan, no podrá descubrir su propia identidad y, menos aún, actuar conforme a ellas.

Un ser se determina a sí mismo cuando tiene el valor de vivir conforme a su voluntad, de actuar de acuerdo con sus intenciones, cuando posee el valor de atreverse a pensar y de actuar por sí mismo, pero ello sólo es viable, si uno es capaz de escuchar ese *sí mismo*, esa identidad. Precisamente por eso, el conocimiento de uno mismo es un movimiento anterior a la autodeterminación y, a la vez, su condición de posibilidad.



<sup>6</sup> P. TILLICH, El coraje de existir, Estela, Barcelona, 1968, p. 113.

Determinarse es un acto de la voluntad. Una vida subyugada, determinada por los otros, sellada con anticipación, difícilmente puede experimentar significado.

Cada ser humano está llamado a hacer de su vida una obra de arte, a realizar su propio viaje; tiene el derecho a errar, a cambiar el rumbo de su vida, para corregir sus carencias. La libertad es una posibilidad humana, pero siempre es una posibilidad finita.

El ser humano no está libre de condiciones; sólo es libre de tomar postura frente a ellas. Con todo, las condiciones no le determinan sin más. En última instancia depende de cada ser humano decidir someterse o no a las condiciones. Existe un margen de acción dentro del cual el ser humano puede elevarse por encima de sus condiciones para situarse en la dimensión humana.

Escribe Viktor Frankl: “Mi libertad del modo de ser la conozco en la autorreflexión; mi libertad para la modificación la conozco en la autodeterminación. La autodeterminación se produce con arreglo al imperativo délfico ‘conócete a ti mismo’; la autodeterminación acontece a tenor del dicho de Píndaro: ‘Llega a ser el que eres’”<sup>7</sup>.

### ■ Cinco: *Gobernarse*

Gobernar es conducir, dirigir. Es un acto de la voluntad que sólo puede alcanzar su fin si se persiste con tenacidad en ello. El gobierno de uno mismo presupone el conocimiento de sí, pero también la capacidad de determinarse. Si uno se conoce, pero no tiene potencia para orientar la dirección de su vida, no puede llegar a gobernarse, pero si uno se desconoce profundamente, tampoco puede gobernarse, porque el autogobierno significa ejercer la soberanía sobre uno mismo, exhibir control, lo cual presupone el conocimiento de sí.

El buen gobierno requiere el conocimiento de lo que se gobierna, pues sólo así se pueden tomar las decisiones adecuadas y esas directrices podrán ser aceptadas y asumidas por el gobernador. Eso vale tanto para el gobierno de uno mismo como para el de una comunidad humana, grande o pequeña.

El ejercicio de cualquier fin, tanto en el orden intelectual, como en el físico, exige un entrenamiento de la voluntad, un dominio de sí, condiciones básicas e ineludibles para el autogobierno.

El gobierno de uno mismo es un acto de la voluntad, pero también de la razón. Cuando uno tiene claro que desea hacer con su vida, posee una visión, necesita organizar su existencia para alcanzar tal fin. La misión es el objetivo, lo que llena de significado la existencia. Cabe la posibilidad de equivocarse el tiro. También de fracasar en tal empresa. Eso es vivir: arriesgar, jugársela, optar sin saber cuál es la solución.

Todo ello posee, inevitablemente, una alta dosis de aventura, pero no en el sentido frívolo del término, sino en su sentido más estrictamente narrativo y filosófico. En los libros de aventuras, los protagonistas no saben lo que les va acaecer. Están perplejos y deben responder con celeridad a la multiplicidad de escenarios que se suceden a lo largo de su trayectoria vital. Sólo es posible el gobierno de uno mismo, si uno es hábil para identificar las presiones externas, los influjos ambientales y permanecer sólidamente instalado en el propio rumbo.

### ■ Seis: *Donarse*

Lo que verdaderamente colma un proyecto vital es la práctica de la donación. Cuando uno puede dar lo que es, su talento, su ser a los otros, cuando tiene la oportunidad de expresar su yo en el mundo y de contribuir, de este modo, a embellecerlo, a hacerlo más amable, más humano, recibe un valor intangible: el sentido. Se trata de una compensación de tipo emocional, que no puede cifrarse en términos económicos.

Todo ser humano aspira, en el fondo, a darse, pero no siempre sabe qué puede dar, ni tiene ocasión para hacerlo. En algunas ocasiones, desconoce su ser; no se posee a sí mismo, con lo cual no puede darse. En otras, se encuentra con obstáculos de todo tipo que abortan su finalidad, que frustran su vocación fundamental que consiste en darse.

<sup>7</sup> V. FRANKL, El hombre doliente, Herder, Barcelona, 1998, p. 178.



Para poder darse, es condición esencial la liberación del *ego*. Escribe Viktor Frankl: “El ser humano está ahí para superarse a sí mismo, para olvidarse, para perderse de vista, para hacer caso omiso de sí mismo en la medida en que se entrega a una cosa o a un prójimo. Esto es lo que yo llamo autotranscendencia. Sólo en ella se vuelve el ser humano verdaderamente humano”<sup>8</sup>.

Sólo colma el proyecto vital, el hecho de contribuir a mejorar el mundo, el comprometerse para hacerlo más bello, más noble, más humano. Éste es, además, el único modo de dejar rastro en la Historia, de conseguir que la existencia personal no se disuelva en la nada. Queda, de nosotros, lo que generosamente hemos dado.

Este descubrimiento no se alcanza por la vía intelectual; se experimenta por la vía de la práctica. En el mismo ejercicio libre del don, uno se percata que ahí radica el modo de colmarse.

### ■ **Siete: Realizarse**

Una de las expresiones más equívocas en el lenguaje coloquial se observa en el uso del verbo en forma pasiva: *realizarse*. Se utiliza con frecuencia en distintos contextos y con significados muy variados.

La realización se relaciona, estrechamente, con el sentido. Cuando uno percibe que su tarea laboral posee sentido, reconoce que se realiza a través de ella y goza haciéndola. El objetivo de todo ser humano es, pues, realizarse, o dicho en términos filosóficos, llegar a ser lo que está llamado a ser, pero sólo lo alcanza cuando vierte sus dones a la comunidad.

Escribe Albert Einstein: “La motivación más importante del trabajo, en la escuela y en la vida, es el placer que proporciona el trabajo mismo, es el placer que proporcionan sus resultados y la certeza del valor que tienen estos resultados para la comunidad”<sup>9</sup>.

La autorrealización sólo es posible si uno vence el fatalismo y se dispone a donar sus talentos al mundo. Escribe Gabriel Mar-

cel que “vivir corre el riesgo de no ser otra cosa que vegetar esperando”<sup>10</sup>. Este riesgo siempre está latente y el único modo de prevenirlo consiste en concebir la vida como la gran ocasión para realizarse, para transformar la realidad y experimentar que uno es actor y no un mero espectador.

La autorrealización exige, como condición de posibilidad, la trascendencia de uno mismo. La autotranscendencia, como escribe Viktor Frankl, está en la base del ser humano y se refiere a que el ser humano siempre remite a algo que se encuentra más allá de sí mismo y que no es él mismo, o algo o también a alguien; a un sentido que tiene que realizar o a un prójimo con el que se encuentra.

Cuando la vida humana se convierte en un puro vegetar sin esperanza alguna, ya no puede denominarse, con propiedad, vida humana. Cuando, a través de ella se persigue un fin y se lucha para hacerlo realidad, hay vida antes de la muerte.

La elaboración del proyecto de vida no es, en ningún caso, una tarea solitaria. Requiere de algo tan humano y tan noble como la conversación, la apertura al otro. Cuando ese diálogo adquiere el grado de confidencialidad y de complicidad necesarios, se convierte en una herramienta clave para discernir el sentido, el *para qué* de la propia vida.



<sup>10</sup> G. MARCEL, Los hombres contra lo humano, Hachette, Buenos Aires, 1955, p. 145.

<sup>8</sup> Citado en E. LUKAS, Viktor Frankl. El sentido de la vida, Plataforma, Barcelona, 2007, p. 20.

<sup>9</sup> A. EINSTEIN, Mis ideas y opiniones, Innova, Barcelona, 2010, p. 108.

# 7

## Conclusiones

El **proyecto de vida** no puede elaborarse a la primera de cambio. Es el fruto de un proceso, de una labor solitaria y comunitaria. Se requiere el valor de confrontarse a sí mismo en silencio, pero también de dialogar sobre lo que extrañamente es objeto de diálogo: la propia vida.

La relación entre profesionales y usuarios es un ámbito ideal para articular esta conversación, para dilucidar para qué viven, qué es lo que mueve su existencia. Ningún artefacto puede suplir al profesional en este encuentro. Éste no puede delegarlo en ninguna máquina, porque sólo el ser humano tiene interioridad y sólo él se interroga por el sentido de su existencia.

El proyecto hay que descifrarlo. Germina en cada hora y espera a cada persona. La vida es una ocasión que en cada ser humano adquiere una forma determinada. Esta oportunidad es un campo de posibilidades, un inventario de horizontes.

Frente a la desconfianza, es necesario mostrar que todo ser humano puede aportar algo en el mundo. Frente al desaliento, resulta fundamental mostrarle que está hecho para amar y para ser amado. Frente a la tentación de huir, es clave que se sienta vinculado, que experimente que es alguien y no algo.

En el modelo de recuperación, la figura del proyecto de vida resulta fundamental. Es papel de los profesionales acompañar a la persona afecta de patología psiquiátrica en el camino de su planteamiento y puesta en práctica que hemos esbozado en este documento. Esto requerirá, además de una elevada capacidad técnica, un profundo entendimiento de la importancia del proyecto de vida, sus condicionantes y los factores que lo determinan.

Creemos firmemente que los valores institucionales de la hospitalidad propios de nuestra institución aportan valor a este importante proceso de sanación, paradigma de la psiquiatría actual.

## Bibliografía

ADLER, El sentido *de la vida*, Miracle, Barcelona, 1964.

AGUSTÍN DE HIPONA, *Confesiones*, BAC, Madrid, 1980.

H. ARENDT, *La condición humana*, Paidós, Barcelona, 2010.

E. BLOCH, *El principio esperanza*, I, Trotta, Madrid, 2007.

M. BLONDEL, *La acción*, BAC, Madrid, 1996.

A. CAMUS, *El mito de Sísifo*, Alianza Editorial, Madrid, 2006.

A. EINSTEIN, *Mis ideas y opiniones*, Prisa, Madrid, 2009.

V. FRANKL, *El hombre en busca del sentido*, Herder, Barcelona, 1991.

IDEM, *El hombre doliente*, Herder, Barcelona, 1990.

R. GUARDINI, *Ética*, BAC, Madrid, 1999.

V. JANKÉLÉVITCH, *La aventura, el aburrimiento, lo serio*, Taurus, Madrid, 1989.

G. MARCEL, *Homo viator*, Sígueme, Salamanca, 2005.

REBOLLEDA GIL, CARLOS FLORIT ROBLES, ALEJANDRO. *Del concepto de rehabilitación al de recuperación*. Informaciones psiquiátricas; 2010 nº 201.

B. RUSSELL, *La conquista de la felicidad*, Círculo de Lectores, Barcelona, 2002.

P. SARTRE, *La náusea*, Alianza Editorial, Madrid, 2011.

J. SEMPRÚN, *La escritura o la vida*, Tusquets, Barcelona, 1995.

A. SCHOPENHAUER, *Senilia*, Herder, Barcelona, 2010.

P. SLOTERDIJK, *Crítica de la razón cínica*, Siruela, Madrid, 2011.

E. STEIN, *La estructura de la persona humana*, BAC, Madrid, 2007.

P. TILLICH, *El coraje de existir*, Estela, Barcelona, 1968.

F. TORRALBA, *La lógica del don*, Khaf, Madrid, 2012.

IDEM, *El sentido de la vida*, Planeta, Madrid, 2010.

IDEM, *Pedagogía del sentido*, PPC, Madrid, 1998.

IDEM, *Inteligencia espiritual*, Plataforma, Barcelona, 2010.

VV. AA., *Al lado de la persona afectada por una enfermedad mental grave*, Consejería de salud pública, Junta de Andalucía, 2012.

R. M. VALLÈS, S. GUZMÁN, *Proyecto de vida en las personas con trastorno mental grave*, en TOG 6/5 (2009) 31-44.





## Hermanas Hospitalarias

BENITO MENNI CASM

C/ Dr. Antoni Pujadas, 38  
08830-Sant Boi de Llobregat (Barcelona)  
Tel.: 936 529 999 Fax: 936 400 268  
[www.hospitalbenitomeni.org](http://www.hospitalbenitomeni.org)

