



Cuadernos de Bioética

ISSN: 1132-1989

bioética@um.es

Asociación Española de Bioética y Ética

Médica

España

Cañas Fernández, José Luis  
PSICOTERAPIA Y REHUMANIZACIÓN DE LAS ADICCIONES. UN MODELO PARA LA BIOÉTICA  
PERSONALISTA

Cuadernos de Bioética, vol. XXIV, núm. 1, enero-abril, 2013, pp. 101-112

Asociación Española de Bioética y Ética Médica

Murcia, España

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=87527461011>

- Cómo citar el artículo
- Número completo
- Más información del artículo
- Página de la revista en redalyc.org

redalyc.org

Sistema de Información Científica

Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal

Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto

# PSICOTERAPIA Y REHUMANIZACIÓN DE LAS ADICCIONES. UN MODELO PARA LA BIOÉTICA PERSONALISTA

## PSYCHOTHERAPY AND REHUMANIZATION FROM ADDICTIONS. A MODEL FOR PERSONALIST BIOETHICS

JOSÉ LUIS CAÑAS FERNÁNDEZ

*Universidad Complutense de Madrid*

Facultad de Filosofía, Ciudad Universitaria, 28040-Madrid (Esp.)

Teléfono: +34 913 946 013

E-mail: jlcf@filos.ucm.es

### RESUMEN:

**Palabras clave:**

rehumanización,  
adicciones, bioética,  
psicoterapia,  
personalismo.

Recibido: 03/10/2012

Aceptado: 04/12/2012

Si convenimos que existe alguna posibilidad de superar las adicciones, por remota que sea, y que el hombre no sería hombre si no tuviese esa oportunidad, concluimos que ha de haber algún modelo o teoría que la fundamente. Nuestra propuesta en este artículo consiste en enfocar el fenómeno adictivo desde la perspectiva de la rehumanización, un modelo antropológico-terapéutico contrastado en Comunidades Terapéuticas Rehumanizadoras como terapia sanadora eficaz y ayuda de las personas más deshumanizadas de la sociedad. Este valioso modelo teórico-práctico, que venimos denominando desde hace algo más de una década "Filosofía de la rehumanización", puede servir de ayuda para la epistemología de una Bioética Personalista actual.

### ABSTRACT:

**Keywords:**

re-humanization,  
addictions, bioethics,  
psychotherapy,  
personalism.

If we agree that there is any chance of overcoming addictions, however remote, and that man would not be man if he did not have that opportunity, we conclude that there must be a model or theory to back it up. Our proposal in this paper is to approach the addictive phenomenon from the perspective of re-humanization, an anthropological and therapeutic model corroborated by Re-humanizing Therapeutic Communities as a healing therapy that helps the most dehumanized persons in society. This valuable theoretical and practical model, which we have come to call "re-humanization Philosophy" for more than ten years, may be of help for the epistemology of present-day Personalist Bioethics.

## 1. Introducción

Las adicciones se han convertido, por derecho propio, en uno de los principales 'temas de nuestro tiempo' en todas las sociedades. Las drogas sintéticas o 'de diseño', por ejemplo, con un proceso de producción y colocación en el mercado muy rápido debido a su facilidad de elaboración a partir de productos farmacéuticos, se distribuyen con tal rapidez que su oferta cada vez es más

amplia y fácil de alcanzar, lo cual nos lleva a predecir un aumento del número de personas adictas en todo el mundo cada vez mayor.

El tema, en efecto, es de sobra importante para los gobiernos y Estados del mundo entero, y es tratado con profusión de medios desde las ciencias de la salud y sus variadas ramas: médico-hospitalaria, farmacológica, psicológica, bioética, etc., y por descontado también des-

de las ciencias humanas: sociología, educación, y ramas como la política, la judicatura, la policial, etc. Pero la cuestión apenas ha sido esbozada por la mirada de una filosofía humanista y una antropología personalista, tarea no exenta de atractivos para la bioética y otras epistemologías personalistas emergentes actuales, según veremos. De modo que el propósito último de nuestro enfoque es adentrarnos en este fenómeno creciente de las adicciones, hermético mundo de 'oscura noticia', desde la perspectiva de una antropología y una bioética personalistas que nos permita fundamentar dicho fenómeno, por un lado, e implementar una práctica o psicoterapia bien experimentada, por otro.

En primer lugar digamos que el perfil de las adicciones en la actualidad sobrepasa la cuestión toxicológica o de las ciencias de la salud, y ha pasado a formar parte de los *curricula* de las Ciencias Humanas o Ciencias de la Persona<sup>1</sup>. Las adicciones ya no son sólo las drogadicciones, aunque éstas siguen siendo las más alarmantes para la sociedad. La gravedad del fenómeno adictivo procede de su amplitud social y sobre todo existencial, es decir de un posicionamiento vivencial que incluso nos atrevemos a decir que ya está generando un nuevo 'puesto del hombre en el cosmos'. Hoy día las adicciones son un problema grave para la mayoría de las sociedades de todo el mundo porque el número de personas usuarios va en aumento, pero la batalla de los Estados y gobiernos tiene poco éxito porque no va a las raíces donde se gesta el problema en las personas, y no se abordan los factores preventivos o culturales profundos que influyen en la vida de las personas decisivamente, lo cual contribuye a crear una insaciable demanda.

Dicho desde el punto de vista de una bioética personalista: debemos cambiar y ampliar el concepto de salud actual. Podemos tomar ahora como referente la propuesta que hace el psiquiatra argentino, y discípulo de Viktor Frankl, Jerónimo Acevedo: "La salud se entiende [se debe entender] no como ausencia de enfer-

medad, sino: 1, como sentido de vida, en un proyecto de vida incluido en un proyecto familiar y social. 2, como la posibilidad de escribir la propia historia vital en la propia familia, el trabajo y la comunidad. 3, como la posibilidad de expresar lo 'no dicho' en el diálogo y la reflexión. 4, como la posibilidad de sentirse querido y de querer, privilegiando el encuentro con el otro. 5, como la posibilidad de transformar y transformarse. 6, como la posibilidad de comprometerse, participar y sentirse participando"<sup>2</sup>.

Esta propuesta personalista ayuda, por ejemplo, a comprender mejor el vertiginoso descenso de la edad entre los jóvenes y adolescentes que se inician en las drogadicciones, un fenómeno muy actual que antes era un atributo propio de adultos. Hace un par de décadas la psicoterapia humanista ya apuntaba que "los adolescentes y jóvenes, como el sector más inestable y sensible de la sociedad, sufre más directamente o reproduce descaradamente las contradicciones, las carencias y el malestar que provoca tanto la estructura (sistema) social como el estilo de vida vigente"<sup>3</sup>. Y estaba muy bien ese diagnóstico. Pero estas causas hoy día no son suficientes para explicar el amplio fenómeno de las conductas adictivas. Necesitamos acudir a la raíz antropológica-existencial de las personas y estudiar el sin-sentido vital que 'obliga' al ser humano a hacerse adicto. Sin este planteamiento antropológico previo no acertamos a responder correctamente cómo entendemos las adicciones y cómo percibimos a los adictos de nuestras sociedades en el momento presente.

Digamos que es sintomático el hecho de que las adicciones produzcan una ambivalencia paradójica, de atractivo y de rechazo a la vez, tanto individual como colectivamente: por un lado, un rechazo claro, y, por otro, un atractivo fascinado hacia el mundo abismal. Desde un planteamiento realista toda salida de las adicciones depende en última instancia de la decisión de la persona, bien para no iniciarse bien para salir si está ya enganchada. Evidentemente el mejor camino para salir

1 En otro lugar reciente he propuesto la conveniencia de llamar ya a las Ciencias Humanas (CC.HH) Ciencias Personales o Ciencias de la Persona (CC.PP). Cfr. Cañas, J.L. "Fundación de la Psicología Personalista". En: Cañas, J.L., Domínguez, X.M. y Burgos, J.M. (eds.), *Introducción a la Psicología Personalista*, Dykinson, Madrid, 2013.

2 Acevedo, J. *El modo humano de enfermar*, Ed. Fundación Argentina de Logoterapia, Buenos Aires, 1996, p. 121.

3 Núñez, I. *Ante el debate actual sobre la drogodependencia*, Ed. Asociación Proyecto Hombre, Madrid, 1994, p. 28.

de este modus existencial esclavo es no entrar en él, y los pasos encaminados hacia la no iniciación, especialmente desde la familia y la escuela, son los más efectivos. El problema se presenta acuciante cuando pensamos en los ya iniciados: ¿pueden salir de ese estado “subhumano” y abandonar su conducta adictiva?

Si convenimos que existe alguna posibilidad de ‘desengancharse’ de las adicciones, por remota que sea, y que el hombre no sería hombre si no tuviese esa ‘última oportunidad’, concluimos que ha de haber alguna explicación o modelo que la fundamente. Si de verdad todo ser humano ‘dependiente’ puede hacer la experiencia de la esperanza. Si desde una situación de esclavitud adictiva la persona puede volver a ser ‘independiente’ de sus ataduras,... entonces ha de aparecer alguna teoría que sustente este fenómeno. Nuestra propuesta consiste en enfocar las adicciones desde la perspectiva del fenómeno de la rehumanización, no sólo como un modelo teórico antropológico contrastado sino también como un modelo práctico válido para la bioética y la psicoterapia actuales. Denominamos a este modelo epistemológico personalista “Filosofía de la rehumanización”<sup>4</sup>.

Vamos a detener aquí nuestra mirada, en la praxis rehumanizadora, como modelo ideal para una bioética personalista actual y como fundamento de una filosofía de vida esperanzadora.

## 2. El concepto de adicción

La definición genérica de *droga*, acuñada en 1975 por Kramer y Cameron para la Organización Mundial de la Salud, ‘toda sustancia que, introducida en el organismo vivo, puede modificar una o más funciones en éste’, sigue siendo divulgada. Después la OMS concretó el concepto de ‘droga causante de dependencia’ respecto a cualquier tipo de alcohol, anfetaminas, barbitúricos, cannabis, cocaínas, alucinógenos, Khat, opiáceos y disolventes volátiles. Las directrices posteriores amplían el concepto de droga a ‘toda sustancia que estimula, inhibe o perturba las funciones psíquicas, perjudica la

salud y es susceptible de generar dependencia’, dando especial atención a ‘estupefacientes y psicotrópicos, bebidas alcohólicas, tabaco y productos de uso doméstico o industrial, sustancias volátiles y otras susceptibles de producir efectos propios de las drogas’, etc.

Pero desde una mirada antropológica personalista actual estas aproximaciones al problema son escasas porque restringen el concepto de *droga* a las sustancias, sin reparar en la realidad compleja de las *adicciones*. En un intento de explicación más universal y más ajustada a la realidad, desde el punto de vista existencial podemos decir que droga sería cualquier realidad que produce en las personas síndrome de dependencia, sin más, es decir sin atender al tipo de sustancia ‘interna’ o actitud ‘externa’ que produce la dependencia. De modo que proponemos esta definición más actual: *adicción es cualquier droga o conducta que hace a la persona esclava de sí misma en su cuerpo, en su mente o en su espíritu*. Lo cual equivale a decir que la esencia de cualquier adicción está en esclavizar al ser humano.

Las drogas serían cualquier tipo de dependencia adictiva frente a algo o a alguien, no sólo a las sustancias sino también al sexo, al dinero, al juego de azar, al enganche del ordenador o del móvil,... actividades que cuando son compulsivas esclavizan al ser humano y le hacen ser dependiente. De tal forma que, desde una fundamentación antropológica personalista, bien podemos aplicar la calificación de esclavitud a cualquier tipo de conducta adictiva, y no es desproporcionado el término ‘esclavo’ si tenemos en cuenta la destrucción de la personalidad a que se ven sometidos los seres humanos cuando derrotan por caminos adictivos.

Si unas adicciones fomentan otras, ello nos lleva con A. M. Washton y D. Boundy a la conclusión de que “la verdadera causa de la adicción reside dentro de nosotros”<sup>5</sup>. Es decir, que las adicciones a las drogas, al sexo, a las compras, al juego, a la comida, al trabajo, a ciertas personas, a la realidad virtual, etc., todas tratarían de llenar un vacío existencial profundo equivocadamente. “Otras adicciones —a la comida (bulimia), a

4 Cfr. Cañas, J.L. *De las drogas a la esperanza*, San Pablo, Madrid, 1996; Cañas, J.L. *Antropología de las adicciones*, Dykinson, Madrid, 2004; y Cañas, J.L. *De la adicción a la esperanza*, Ed. del Instituto de Ciencias de la Familia, Guatemala, 2010.

5 Washton, A.M. y Boundy, D. *Querer no es poder. Cómo comprender y superar las adicciones*, Paidós, Barcelona, 1991, p. 68.

no comer (anorexia), al trabajo, al juego, a las compras, al sexo, a viajar y hasta al ejercicio físico— parecen bastante inofensivas, y a veces hasta cómicas, pero para un número creciente de personas en el mundo la actividad en cuestión se ha convertido en un fin en sí mismo, que tiraniza y controla sus vidas, en lugar de enriquecerlas”<sup>6</sup>.

Diremos entonces que toda adicción es huir de uno mismo. Porque cuando se entra en la dinámica de ‘huir hacia adelante’ como única actividad en la vida, salta el piloto intermitente del vacío existencial. Y si la persona no llena ese vacío a tiempo, es posible que caiga en la desesperación. Estos son los efectos visibles de las adicciones, la nueva esclavitud que pasará a la historia de la Humanidad de comienzos del tercer milenio.

Es cierto que no todas las adicciones son iguales y que, de hecho, existen importantes diferencias entre las sustancias y las conductas. Las adicciones a sustancias alteran el funcionamiento del cerebro, a diferencia del resto de adicciones. Sin embargo, cuando nos situamos en el plano existencial, es fácil identificar los puntos en común entre tipos de adicciones aparentemente bien distintas, entre otras razones porque si “las adicciones pueden parecer muy diferentes en la superficie pero ser provocadas por las mismas causas profundas”<sup>7</sup> es porque todas conducen al mismo estado: la esclavitud personal.

De hecho, el conflicto interior de la persona adicta no está tanto en dejar su adicción, sino en reencontrar el suficiente interés por la vida de forma que no recaiga en sus esclavitudes. Un exheroinómano, por ejemplo, puede llegar a tener casi tan buena salud después de varios años de consumo, de modo que su hundimiento personal procede más bien del sinsentido existencial y de su desorden de vida desestructurada. Ya en los años sesenta de la pasada centuria una tesis doctoral demostraba que el 90% de los casos crónicos de alcoholismo ha de atribuirse a un sentimiento de falta de sentido de la vida<sup>8</sup>. Si esto es correcto, el principal problema a tratar sería este, no el de la desintoxicación.

Concluamos por el momento que todo tipo de adicciones presenta el denominador común de provocar en las personas enganchadas una existencia esclava y vacía de sentido y que, por tanto, lo más definitivo que habría que abordar son las causas existenciales independientemente del modelo terapéutico que se proponga para rehumanizarlas.

### 3. Causas de las adicciones

Para entender la actitud existencial de las personas es preciso reflexionar como actores de nuestro propio drama vital, no como meros espectadores, por ejemplo en la interpretación del filósofo francés Gabriel Marcel quien repite con profusión en sus obras: “yo no asisto al espectáculo”<sup>9</sup>, en el sentido de no vivir nuestra propia vida como espectadores teatrales. Cuando hablamos de superar las adicciones hemos de acercarnos a ese mundo, siempre tan hermético, desde la perspectiva comprometida con la vida, la más existencial y personal. Porque, además, es la más real: primero porque esclaviza, según hemos visto, y en segundo lugar porque cualquier persona podemos caer en alguna adicción. De modo que si contemplamos el proceso de rehumanización como una evolución *desde la esclavitud a la libertad*, el fenómeno adictivo, en su sentido más existencial y humano, ya nos afecta a todos más de cerca.

Insistamos en que lo relevante para una bioética personalista sería comprender que todas las personas adictas, enganchadas de una u otra forma, viven alienadas. La dependencia es una soledad en la cual la persona esclava de sí misma se encuentra en una neurótica lucha por conseguir una ‘felicidad agónica’, efímera, una especie de nada que desembocará antes o después en estados de angustia existencial. Y bajo la creencia de vivir en libertad, se vuelve en cambio ocasión de un vivir alienado, evadido de los problemas reales.

Tampoco puede afirmarse que existan personas más predispuestas que otras a iniciarse en conductas adictas y después a engancharse. Pensemos más bien que la persona no cae en la situación extrema adictiva de una vez

6 Washton, A.M. y Boundy, D. *op. cit.* 21 (adap.)

7 Washton, A.M. y Boundy, D. *op. cit.* 12.

8 Forstmeyer, A. von, *The Will to Meaning as a Prerequisite for self-actualization*, Western University, California, 1968. Citado por Fizzotti, E. *Para ser libres*, San Pablo, Madrid, 1994, p. 20.

9 Marcel, G. *Diario Metafísico*, Guadarrama, Madrid, 1969, p. 27.

y de golpe, sino que, hasta llegar a esa situación, antes ha dado bastantes pasos previos de conductas adictivas. Entonces nos surge la pregunta un tanto desconcertante de por qué el hombre cae en la autodestrucción sin tener en cuenta los datos que la experiencia previa le ha presentado en la vida, y repite patrones de comportamientos negativos y de conductas autodestructivas.

Pero igual que engancharse no es una respuesta de golpe, la conducta adictiva tampoco se manifiesta de golpe. El fenómeno reviste un proceso llamativo, una lógica interna de encadenaciones asombrosa: a medida que los adictos empiezan a acumular problemas en su familia y su hogar, en su trabajo y en sus ámbitos sociales, como consecuencia de su abandono existencial “comienzan a negar dos cosas: 1) que la droga o actividad en cuestión constituya un problema que no puedan controlar y 2) que los efectos negativos en sus vidas tengan alguna conexión con el uso de la droga o actividad”<sup>10</sup>.

Lo grave es que no sólo están tratando simplemente de manipular a todo el mundo, sino que en el momento que niegan, realmente creen estar diciendo la verdad. Bloquean su conciencia los hechos que demostrarían lo contrario. Por eso a las personas cercanas que conviven con un ser adicto —padres, cónyuge, hijos, amigos...—, la negación de éste les resulta desesperante. Sucede que eluden el problema y no le reconocen, porque “la principal función de la negación es evitar que nadie interfiera en el uso de la droga”<sup>11</sup>.

Además, la mayoría de adictos a sustancias (en realidad todos los adictos) alternan períodos de consumo diario con períodos de relativa abstinencia o de consumo “controlado”. Sería importante comprender esto, porque partiendo de un criterio erróneo, muchas personas que son adictas suelen persuadirse, y convencer a otros, de que no lo son o no tienen problemas: ‘Yo no bebo todos los días’, o ‘sólo consumo cocaína los fines de semana’ o ‘si fuera adicto lo haría todos los días’<sup>12</sup>. J. Durand-Dassier constata que los alcohólicos y los drogadictos poseen una gran habilidad para manipular a los demás (familia, médicos, amistades, policía) haciendo

valer la terrible situación en que se encuentran “pero en el caso de un antiguo drogadicto el truco no vale; es desenmascarado inmediatamente y se convierte en el objeto de las ironías de todo el mundo”<sup>13</sup>.

En una Comunidad Terapéutica auténtica, es decir rehumanizadora y no meramente rehabilitadora<sup>14</sup>, las personas en vías de rehumanización se autoayudan mediante la vivencia de su verdad a través de la comunicación, la afectividad y los valores humanos que pueden dar sentido a su existencia, como seres que aspiran a compartir la vida con una actitud de firmeza, capaces de transmitir que la vida del hombre, como diría Shakespeare, no es ‘una historia contada por un idiota’, ni ‘una pasión inútil’ (Sartre), ni un ‘instrumento programado’ (Skinner), sino un ser personal con capacidad de libre decisión, con posibilidades creativas que nacen de su capacidad de hacer experiencias rehumanizadoras consigo mismo y con los demás.

El descubrimiento de la rehumanización por parte de un ser adicto le viene esencialmente del reconocimiento de su ser personal como hasta entonces nunca lo había vivido. Entre otras razones lo descubre porque compara lo que dejó atrás en el mundo adictivo y los valores que ahora empieza a descubrir. Continuamente los demás compañeros, con las mismas dificultades que él, le recuerdan con amargura ‘la calle’<sup>15</sup>. Y ahora, en definitiva, ya sabe con lucidez que la calle era un lugar donde chocaba con otros seres adictos, es decir donde no se encontraba de verdad con nadie. Es posible que la virtud curativa o psicoterapéutica de la rehumanización radique en crear y posibilitar espacios existenciales donde pueden encontrarse de verdad las personas y no chocar como objetos.

El momento existencial crítico de toda persona adicta puede acabar en la desesperación, incluso en el suicidio, o por el contrario la persona puede transformar su vacío existencial en hacer la experiencia de la esperanza. Se

13 Durand-Dassier, J. *Psicoterapia sin psicoterapeuta*, Marova, Madrid, 1994, p. 35.

14 Esta cuestión está tratada con profusión en mi obra *Antropología de las adicciones*, op. cit. 339-405.

15 “La calle” es la expresión más usual que utilizan los residentes de una Comunidad Terapéutica Rehumanizadora para expresar su antigua existencia de adictos. Cfr. Cañas, J.L. *De las drogas a...*, op. cit. 53-56.

10 Washon, A.M. y Boundy, D. op. cit. 45.

11 Washon, A.M. y Boundy, D. op. cit. 47.

12 Washon, A.M. y Boundy, D. op. cit. 36.

le han cerrado muchas puertas, pero todavía le queda alguna ventana abierta; desde esa situación límite podrá replantearse el sentido de su vida. La misma y penosa realidad sirve, de hecho, para que unas personas tengan esperanza, y otras, por el contrario, desesperen. La maravilla de la libertad humana tal vez aparece aquí mejor expresada que en otras situaciones, por el poder trasfigurador de la esperanza en situaciones límite.

Podrá salir de las adicciones encontrando sentido a su vida. El ser humano necesita sentir la vida como algo que emana de su interior y de su sensibilidad, a través de las pequeñas cosas y vivencias de cada día. Ciertamente que nuestra compleja sociedad influye fuertemente en las personas que la constituimos, pero 'lo social' no tiene la última palabra. La última palabra, afortunadamente, la tiene la persona. A cada ser humano, como lo ha visto singularmente Viktor Frankl, debe serle dada la posibilidad de tomar las riendas de su propia existencia y dotarla de sentido.

#### 4. Teoría de la rehumanización

El nuevo mundo existencial de valores que descubre la persona ex-adicta le es posible gracias a que intenta ir más allá de la rehabilitación hacia un concepto más real —y, por ello, más esencial—, que damos en calificar de *rehumanización*. La rehumanización hace hincapié en el problema existencial generado, desde un marco práctico educativo, por medio de la creación de relaciones intersubjetivas plenas de sentido, basadas en decir la verdad, en vivir la honestidad y el respeto, desde una libertad de espíritu envidiable.

Dicho concepto lo encontramos en algún recodo de la obra de Viktor Frankl. A propósito de la frustración existencial del hombre, Frankl escribe en su libro *Logoterapia y análisis existencial* que "la medicina y la psicología precisan de una rehumanización"<sup>16</sup>; y en *El hombre en busca de sentido* titula un epígrafe "La psiquiatría rehumanizada"<sup>17</sup>. Pero aún no aparece en la obra frankliana el concepto en su razón plena, en su

'logos' esencial, algo que nosotros podemos sostener ya como tesis central, y su desarrollo actual nos parece una tarea plena de luz para las ciencias actuales como la Bioética y, en general, para las corrientes del pensamiento humanista y personalista.

Si entendemos que las adicciones —extiéndase el concepto todo lo que se precise en los distintos contextos— no son causa de la frustración existencial del hombre, sino síntomas de su deshumanización, entonces concluimos que en verdad lo que el ser humano necesita es una rehumanización. El ser en vías de rehumanizarse descubre que es persona gracias a una teoría muy natural y sencilla que situaría el problema central de su vida en su ámbito más puramente filosófico (real e ideal), es decir en el sentido o sinsentido de su existencia.

El cambio de mentalidad, el paso de la deshumanización a la rehumanización, una vez que la persona ha abandonado sus adicciones y sus irrationalidades correspondientes, genera un pensamiento nuevo en todas las áreas de la vida, hasta el punto de que un día puede llegar a decir: 'He nacido de nuevo'. El hombre deshumanizado tiene que nacer de nuevo, pero —como dice un proverbio oriental— a un prisionero no se le puede sacar de la cárcel hasta que él no es consciente de que está en prisión.

Los fundamentos teóricos de la rehumanización que proponemos los encontramos en primer lugar a través de las corrientes filosóficas del pensamiento existencial y humanista de mediados del siglo pasado: en la fenomenología, en el personalismo, en el pensamiento dialógico, en el pensamiento existencial, en las teorías psicológicas humanistas<sup>18</sup>, en la Gestalt<sup>19</sup>, en la Logoterapia<sup>20</sup>, etc. Y, en general, en los modernos desarrollos y

18 A mi modo de ver las obras más representativas de las psicologías humanistas son las de Erich Fromm y las de Viktor Frankl, con sus teorías de la "búsqueda de la cordura" y "búsqueda de sentido", respectivamente, sin olvidar al resto de autores relevantes: James Bugental, Abraham Maslow, Rollo May, Carl Rogers, Charlotte Bühler, Ruth Cohn, Igor Caruso, Kurt Goldstein, Erikson, etc. Sobre los comienzos de la Psicología Humanista, cfr. Carpintero, H. (et.al.) "Condiciones del surgimiento y desarrollo de la Psicología Humanista". En: *Revista de Filosofía* (Univ. Complutense), 3ª época, vol. III (1990), nº 3, pp. 71-82.

19 Se aproxima a la Gestalt Therapy mediante su concepto de persona que apunta a una totalidad armónica y rica.

20 La Logoterapia, mediante el encuentro intersubjetivo, posibilita la comunicación y la palabra, necesarias para favorecer el

16 Frankl, V. *Logoterapia y análisis existencial*, Herder, Barcelona, 1990, p. 257.

17 Frankl, V. *El hombre en busca de sentido*, Herder, Barcelona, 1993, p. 127.

escuelas personalistas actuales como la Asociación Española de Personalismo o la Asociación Iberoamericana de Personalismo<sup>21</sup>. Ahora bien, todavía hoy en ciertos círculos intelectuales las Ciencias de la Persona y las filosofías humanistas son admitidas con reticencia, porque su concepción científica antropológica, su modelo explicativo, como hace notar la austríaca Elisabeht Lukas, discípula de Frankl, “contiene un factor extraordinariamente débil que podríamos llamar la confianza en el hombre”<sup>22</sup>.

Pero notemos que estas filosofías humanistas y personalistas, que habían sido apuntadas por el genio del pensador danés Sören Kierkegaard a principio del siglo XX<sup>23</sup>, resurgieron con fuerza en Europa precisamente en una época en la que se resquebrajaron casi todos los tipos de confianza, la época en torno a la segunda guerra mundial, cuando ya habían hecho quiebra los ideales del progreso indefinido —‘el mito del eterno progreso’—, y la confianza del hombre casi ilimitada en el poder de la técnica para ‘salvarle’ se revelaba insuficiente. En esa época el hombre europeo comenzó a cuestionar todo y, particularmente, a cuestionarse a sí mismo<sup>24</sup>.

Parece una constante histórica digna de consideración: cuando las ciencias más se han concentrado en métodos mecánico-funcionales es cuando ha aparecido en el horizonte científico y filosófico una imagen del hombre basada en conceptos como ‘dignidad humana’, ‘conciencia de responsabilidad’, ‘voluntad de sentido’, etc. La *filosofía de la rehumanización* que venimos esbozando se presenta también como la necesidad de redefinir ‘nuevas’ categorías antropológicas y hacerlas actuales: sentido, encuentro, relación, libertad, esclavitud, verdad, mentira, desesperación, esperanza, deshumanización,...

clima o “ámbito relacional” necesario donde surge de nuevo el sentido de la vida. Cfr. “Conceptos básicos de Logoterapia”. En: Frankl, V. *El hombre en busca...*, op. cit. p. 95s.

21 Cfr. [www.personalismo.org](http://www.personalismo.org)

22 Lukas, E. *Tu vida tiene sentido* (prólogo de V. Frankl), Ed. SM, Madrid, 1983, p. 244.

23 S. Kierkegaard vive en la primera mitad del siglo XIX, en la ciudad de Copenhague donde escribe en danés, y prácticamente pasa desapercibido hasta casi un siglo después. Sobre su influencia en el pensamiento contemporáneo, cfr. Cañas, J.L. *Sören Kierkegaard, entre la inmediatez y la relación*, Trotta, Madrid, 2003.

24 Cfr. Husserl, E. *La crisis de las ciencias europeas y la fenomenología trascendental*, Crítica, Barcelona, 1991.

## 5. De la deshumanización a la esperanza

Una conclusión aparece clara en todo proceso rehumanizador: la persona hace vida el concepto de esperanza en su existencia. Uno de los grandes temas de la filosofía existencial de nuestro siglo, la esperanza, no podía estar ausente de una ciencia emergente como la bioética que apunta a lo mejor del ser humano, a su ser mismo. Pensemos que un ser adicto, mientras vive identificado con su adicción, no tiene esperanza: sólo vive a la espera de su dosis (adictiva) y, cuando esta le falla, le sobreviene la desesperanza. La esperanza o la desesperación son actitudes totalmente opuestas en la experiencia del ser adicto y forman parte de su existencia íntima y deciden su vida: “Los que conocen la estrecha relación que existe entre el estado de ánimo de una persona -su valor y sus esperanzas, o la falta de ambos- y la capacidad de su cuerpo para conservarse inmune, saben también que si repentinamente pierden la esperanza y el valor, ello puede ocasionarles la muerte”<sup>25</sup>.

Por el contrario, una antropología personalista bien fundada siempre sostiene que hay salida, que es posible salir. Que el ser humano puede abandonar la esclavitud de las drogas y llegar a ser libre de verdad. Que puede pasar de la deshumanización a la rehumanización, esa plenitud existencial que ya los griegos denominaron *eudaimonía*, felicidad. Que hay esperanza. Hay una conclusión siempre esperanzadora desde la filosofía de la rehumanización: que se puede salir de las adicciones, y que se puede enseñar a las personas a vivir sin adicciones, es decir sin esclavitudes de ningún tipo.

Una vez más, constatamos que el planteamiento más adecuado hoy para conocer estos graves problemas de la salud física, mental y espiritual, es el planteamiento antropológico personalista y una bioética personalista. Las adicciones son una salida equivocada a la necesidad, casi instintiva y universal, de buscar el placer y anestesiar el dolor, de olvidar las frustraciones de la vida, de evadirse de sus conflictos internos, o de negarlos, y alterar la conciencia para escapar de la angustia existencial que a veces nos embarga, y sobre todo la necesidad de trascendernos y ser felices.

25 Frankl, V. *El hombre en busca...*, op. cit. 77.

La filosofía de la rehumanización genera un sustrato humano-existencial en la concepción de la persona y el problema de las adicciones que continuamente está lanzando el mensaje de que es posible salir, de que hay esperanza. Esta espléndida realidad se alumbraba en el hecho de que no se limita solamente a quitar una adicción a una actividad o una sustancia (rehabilitación), sino que va a lo hondo del problema, es decir a orientar de sentido la existencia humana y la de su entorno familiar y social, eso es la rehumanización. Este cambio radical de la propia existencia sólo es posible mediante la vivencia de la esperanza.

En el fondo, la esperanza es la conversión de alguien que pasa de sentirse objeto (cosa objetivable) a volver a sentirse persona (sujeto personal). Se trata de una 'conversión existencial', en el sentido filosófico, como le sucedió a Gabriel Marcel<sup>26</sup>, por ejemplo, quien cambió la orientación inicial de su filosofía 'idealista' por una filosofía 'existencial'. Los seres ex-adictos que se liberan de esa despótica esclavitud coinciden en afirmar que ahora de nuevo, y casi por primera vez en un sentido literal, sienten que *son personas*.

Toda 'conversión' implica la orientación desde la existencia deshumanizada hacia un ideal polarmente distinto, lo cual produce una rehumanización. La vida entera de la persona rehumanizada queda ahora como ordenada de una forma que lo transforma todo, desde una libertad interior que produce en la persona un cambio espectacular de vida. Es la conversión existencial de un mundo interior desde la experiencia del encuentro consigo mismo y con los demás. Y esta nueva orientación en torno a un ideal de sentido libera tal energía creadora que ahora el hombre se siente capaz de emprender acciones que antes consideraba inaccesibles y ajenas a su campo de acción y posibilidades.

El ser ex-adicto que se rehumaniza es sobre todo un ser personal consciente de haber 'nacido de nuevo', capacitado para una vida nueva equilibrada. Por el contrario, el suicidio es siempre la gran cuestión del

ser adicto: ¿tiene sentido la vida? Quizás por estas y otras cuestiones existenciales candentes, también para Albert Camus en 1942 juzgaba que el sentido de la vida es el único problema filosófico verdaderamente serio<sup>27</sup>. Diríamos que la cultura de la muerte es la cultura de las adicciones, y la cultura de las adicciones tiene mucho que ver con el suicidio: primero, suicidio lento y gradual, pero después puede llegar a ser suicidio rápido y desenlace real. "El prisionero que perdía la fe en el futuro —en su futuro— estaba condenado. Con la pérdida de la fe en el futuro perdía, asimismo, su sostén espiritual; se abandonaba y decaía y se convertía en el sujeto del aniquilamiento físico y mental"<sup>28</sup>.

Centrándonos en las drogas, podemos sospechar fundadamente que quizás muchas muertes por sobredosis sean sobredosis voluntariamente administradas. Es una hipótesis que merece la pena estudiar desde el punto de vista de una bioética personalista, aunque el abismo de oscuridad en torno a la muerte se acrecienta cuando su causa directa es la droga o la adicción. Podemos ver la lógica de esta hipótesis en que cuando el hombre cae en la absurdidad, en el vacío, no sorprende la terrible depresión existencial que se apodera de él porque ve su vida despojada de orientación. De ahí al suicidio puede haber sólo un débil paso. De modo que para recuperar el terreno perdido y abandonar sus adicciones, al ser humano le es indispensable ejercitarse en una visión de la vida que considere fundamental el descubrimiento de los valores y la búsqueda del sentido.

Justamente en los momentos más adversos es cuando el sentido de la vida actúa como fuerza esperanzadora. El sentido es una meta a conseguir en el futuro, y esta meta está ya en el presente impulsando la existencia cotidiana de las personas. ¿Hacia dónde impulsa la rehumanización? Decididamente lleva hacia la verdad y la unidad (personal y colectiva).

El ser adicto arrojado en la calle ('calle' también puede ser un hogar rodeado de todo lo necesario y con apariencia de normalidad) se lanza hacia el dominio de la adicción pero la adicción le domina hasta despearlo en

26 El proceso de esta "conversión" puede seguirse a través de las cuidadas anotaciones en su *Journal Metaphysique*, escrito entre 1914 y 1923. Cfr. Cañas, J.L. *Gabriel Marcel: filósofo, dramaturgo y compositor*, Palabra, Madrid, 1998, pp. 73-101.

27 Camus, A. *El mito de Sísifo*, Alianza, Madrid, 1981, p. 59.

28 Frankl, V. *El hombre en busca...*, op. cit. 76.

el absurdo. No se percata de que la adicción le domina a él, y no él a la adicción. Desde la rehumanización, por el contrario, el ideal del dominio da paso al ideal de la unidad, donde nada domina a nadie y nadie domina nada, es decir da paso a la auténtica liberación existencial.

Se trata, como escriben Rusk y Read, de tener agallas para encontrarse cara a cara con la luz, sin esperar filosofías teoréticas abstractas ni fórmulas de mágicas palabras que le resuelvan a uno vida. Es preciso tener el valor de vivir una vida en la que algunos días serán duros y otros fáciles, independientemente de lo listo que sea uno. El éxito significa tener la valentía de luchar, cambiar, crecer y todas las otras contradicciones de la condición humana<sup>29</sup>.

Además, la plenitud existencial que vive el ser humano durante su rehumanización le fomenta su sensibilidad para la belleza. Ciertamente es impresionante el poder estético del ser humano, es decir, el poder de elevarse de un nivel inferior hacia realidades de tipo superior. Viktor Frankl ha descrito, sobre el tema de la belleza, realidades definitivas desde su propia experiencia en los campos de concentración que le tocó padecer. Así recuerda, desde aquella trágica experiencia, estas emocionadas vivencias:

“A medida que la vida interior de los prisioneros se hacía más intensa, sentíamos también la belleza del arte y la naturaleza como nunca hasta entonces. Si alguien hubiera visto nuestros rostros cuando, en el viaje de Auschwitz a un campo de Baviera, contemplamos las montañas de Salzburgo con sus cimas refulgentes al atardecer, asomados por las ventanas enrejadas del vagón celular, nunca hubiera creído que se trataba de rostros de hombres sin esperanza de vivir ni de ser libres. A pesar de este hecho —o tal vez en razón del mismo— nos sentíamos transportados por la belleza de la naturaleza, de la que durante tanto tiempo nos habíamos visto privados. Incluso en el campo, cualquiera de los prisioneros podía atraer la atención del camarada que trabajaba a su lado señalándole una bella puesta de sol...”<sup>30</sup>.

29 Rusk, T. y Read, R. *Quiero cambiar pero no sé como*, Ed. Diana, México, 1990, p. 201 (adap.)

30 Frankl, V. *El hombre en busca...*, op. cit. 47s.

Concluamos que la ‘rehumanización definitiva’ del ser adicto propicia en su vida la belleza de cambiar el ideal del egoísmo, que le precipitó al vacío existencial de la calle, por el ideal de la solidaridad y el encuentro que le devuelva a la plenitud existencial. La libertad humana se expresa en la actitud que se adopta frente al ideal en la vida. Cuando el ser adicto deja de esforzarse ‘voluntaristamente’ y se acepta a sí mismo tal como es, y admite que ha perdido el control, entonces podrá empezar a recobrarle. Acontece a menudo, en efecto, que “todos conocemos casos de personas empeñadas en salir adelante a pesar de sus enormes dificultades de orden económico o personal, hasta el punto de llegar a sobreponerse a graves enfermedades, como el cáncer, con la ayuda de su tesón de seguir adelante hasta ver cumplidas sus metas más ansiadas”<sup>31</sup>. Es una paradoja, pero hay muchas vista la vida desde el paradigma de la rehumanización.

La fuerza de la rehumanización no radica en el autocontrol sino en la autoaceptación como personas. “Sólo cuando uno se acepta tal como es —escriben Washton y Boundy—, puede dejar de tratar de controlar las apariencias, advertir con claridad el efecto destructivo del enfoque del arreglo rápido y admitir honestamente que no le está dando resultado. Es ahí donde comienza la recuperación”<sup>32</sup>. Es ahí donde se produce en el ser adicto en vías de rehumanizarse un cambio profundo, y donde su actitud existencial hacia la vida cambia radicalmente. Es la filosofía de vida que afirma una idea favorita de Frankl: que en realidad no importa lo que esperamos de la vida, sino si la vida espera algo de nosotros. En última instancia, vivir significa asumir la responsabilidad de encontrar la respuesta correcta a los problemas que ello plantea.

La buena noticia que trae la rehumanización al ser adicto es la esperanza de que su recuperación total es realmente posible y, que una vez que renuncie a las ‘soluciones adictivas’ puede obrar en su vida cambios profundos y positivos. Lo contrario sucede en la desesperanza: “La desesperación es la conciencia amarga de

31 Álvarez, R.J. *Trastornos psicológicos cotidianos*, Sal Terrae, Santander, 1993, p. 176.

32 Washton A.M. y Boundy, D. op. cit. 15.

haberse uno cerrado todas las puertas hacia la plenitud personal"<sup>33</sup>. La 'cultura adictiva' está fundada en el pesimismo antropológico que susurra al oído persistentemente —sin palabras— que hay lo que hay, y que la vida no puede ser de otra manera. Alexander Lowen define a la desesperación como "un pozo insondable de pena o tristeza, y la persona siente que si se sumerge en él se ahogará en su pena"<sup>34</sup>. Pero el grave mensaje de desesperanza 'yo soy así, y no puedo cambiar' es falso, porque siempre se puede cambiar de estilo de vida.

Una de las claves para entender la famosa obra *Esperando a Godot*, de Samuel Beckett, es la siguiente propuesta del mendigo-payaso, Vladimir: "tengo curiosidad por saber qué va a decirnos [Godot]. Sea lo que sea no nos compromete a nada"<sup>35</sup>. También el ser adicto es un ser que está 'en situación penúltima', pero por eso mismo es legítimo pensar que hasta el último momento siempre le cabe la posibilidad de evitar el absurdo final. Afortunadamente, si se encuentra en situación penúltima siempre tendrá la posibilidad de hacer la experiencia de la esperanza, por pequeña que sea. Y aquí justamente encontramos uno de los reductos últimos de la libertad humana. Quienes logran rehumanizarse son el mejor testimonio experiencial de que el hombre es un ser para la esperanza, como lo expresa Joseph Gevaert en su antropología: "El hombre se revela como un ser que está fundamentalmente orientado hacia el futuro, que se mueve bajo una llamada; es un ser de esperanza, incluso en donde los razonamientos [falaces] enseñan que la esperanza es imposible e ilusoria. El hombre está por hacer"<sup>36</sup>.

Incluso en las circunstancias más adversas y en las situaciones límite, siempre es posible hacer la experiencia de la esperanza. Cuando Sófocles, por boca del coro en *Antígona*, expresó que hay muchas cosas portentosas en el universo pero ninguna tan portentosa como el hombre, sin duda dio a entender la capacidad de reacción

del hombre ante las situaciones adversas, la capacidad de ejercitar su creatividad en las situaciones más difíciles. Y situaciones límite en mayor o menor medida todos los hombres las padecemos en algún momento de nuestra vida. No solamente los seres adictos.

Una bioética y una antropología rehumanizadora echa por tierra las teorías deterministas sobre las adicciones, teorías que vinculan dilemáticamente las influencias genéticas y del entorno en los adictos como si el ser humano se redujera a un mero juego de fuerzas impersonales. La fuerza de la rehumanización demuestra que incluso en las circunstancias más adversas deshumanizantes el ser adicto tiene una capacidad sorprendente para convertir los espacios en ámbitos, y la desesperación en esperanza. Por eso podemos concluir que no se hace justicia a la capacidad creativa humana, a su iniciativa, si se entiende la conducta de los seres humanos sometida de modo fatal e inexorable a las influencias del entorno. Frankl lo desmiente rotundamente: "Debemos sacar la consecuencia de que hay dos razas de hombres en el mundo y nada más que dos: la 'raza' de los hombres decentes y la raza de los indecentes. Ambas se encuentran en todas partes y en todas las capas sociales... ¿Qué es, en realidad, el hombre? Es el ser que siempre decide lo que es. Es el ser que ha inventado las cámaras de gas, pero asimismo es el ser que ha entrado en ellas con paso firme musitando una oración"<sup>37</sup>.

La razón profunda, la fundamentación del fenómeno de las adicciones hemos de buscarla en la nostalgia del hombre por el mundo infrahumano. El ser adicto busca la felicidad en el mundo infracreador propio del animal, el vegetal o el mineral, que reside en esa parte instintiva que deja de lado la elección razonada, entre otras cosas porque le es más cómodo no pensar. El emperador romano Calígula, en la obra homónima de Albert Camus, al final de sus días después de contemplarse a sí mismo con horror por su mala vida y sus crueldades, confiesa que desearía la soledad del árbol. Es la nostalgia del mundo infracreador la que lleva al ser adicto a entregarse a todo tipo de experiencias autodestructivas.

A mediados del siglo pasado, Antoine de Saint-Exu-

<sup>33</sup> López Quintás, A. *La cultura y el sentido de la vida*, PPC, Madrid, 1993, p. 20.

<sup>34</sup> Lowen, A. *Miedo a la vida*, Era Naciente, Buenos Aires, 1993, p. 237.

<sup>35</sup> Beckett, S. *Esperando a Godot*, Tusquets, Barcelona, 1982, p. 22.

<sup>36</sup> Gevaert, J. *El problema del hombre*, Sígueme, Salamanca, 1991, p. 151.

<sup>37</sup> Frankl, V. *El hombre en busca...*, op. cit. 87.

pèry plasmó en su obra *Citadelle* esta profunda sentencia: 'Los hombres dilapidan su bien máspreciado, el sentido de las cosas'. Efectivamente, malgastar el sentido de las cosas es una de las claves más lúcidas para comprender las decepciones profundas de las personas adictas. Las adicciones constituyen la base inequívoca para entender el proceso de destrucción de la personalidad deshumanizada.

La conducta adictiva lanza al hombre al vacío de la soledad personal, en primer lugar, y trasmite su vacío de la soledad a los demás, en segundo lugar, porque efectivamente los adictos son transmisores de conductas adictivas. Es decir, diríamos que de alguna forma también necesitan de la destrucción de los demás para seguir manteniendo su adicción. De manera que viene bien aquí recordar lo que Frankl dice a propósito de que "si alguien nos preguntara sobre la verdad de la afirmación de Dostoyevski que asegura terminantemente que el hombre es un ser que puede ser utilizado para cualquier cosa, contestaríamos: 'Cierto, para cualquier cosa, pero no nos preguntéis cómo'"<sup>38</sup>.

Cuando el ser adicto se enfrenta a la fatalidad, en realidad ahora está ejercitando al máximo su libertad personal, ya que aún le queda la decisión final de aceptar su destino con entereza, frente a la alternativa de caer en la desesperación. Su auténtica liberación es posible cuando reconoce su error y su culpa, en una especie de movimiento de vuelta hacia esa trascendencia que habita en el fondo de su ser 'más íntima que su propia intimidad', que diría San Agustín. Entonces, cuando se queda desnudo ante sí mismo, sin artificios ni rodeos, sin mentiras ni engaños, aparece ante sus propios ojos en la verdad de su ser, brota el sentido de su existencia y de las cosas que le rodean.

La esperanza o la desesperación son actitudes totalmente opuestas en la experiencia de las adicciones y forman parte de la existencia íntima y deciden la vida: "Los que conocen la estrecha relación que existe entre el estado de ánimo de una persona —su valor y sus esperanzas, o la falta de ambos— y la capacidad de su cuerpo para conservarse inmune, saben también que si

repentinamente pierde la esperanza y el valor, ello puede ocasionarle la muerte"<sup>39</sup>.

Afortunadamente el proceso de auto-destrucción, por sí solo, no tiene la última palabra. La persona que ha descendido por la pendiente de las adicciones, pero de forma especial aquella que ha 'tocado fondo' al límite, aún puede hacer la experiencia de la esperanza. El hombre adicto también puede dejar el arrabal para llegar a descubrir, quizá por primera vez en su vida, que es hombre. Si lo consigue podrá decir que está *rehumanizado*, como le dice el piloto a punto de morir de sed al beduino que le da agua en el desierto: "En cuanto a ti que nos salvas, beduino de Libia, tú te borrarás sin embargo para siempre de mi memoria. No me acordaré más de tu rostro. Tú eres el Hombre y te me apareces con el rostro de todos los hombres a la vez. No nos has visto nunca y ya nos has reconocido. Eres el hermano bienamado. Y a mi vez yo te reconoceré en todos los hombres"<sup>40</sup>.

Concluimos con otra cita de V. Frankl, de su obra *La idea psicológica del hombre*, del que nos hemos tomado la libertad de cambiar dos palabras. Podemos tomarla ahora como propedéutica, y como un programa para la Bioética personalista actual: "El mundo está enfermo pero su mal es curable. Una literatura [Bioética] que rechace ser una 'medicina' y colaborar en la lucha contra la enfermedad del espíritu de nuestro tiempo, no es una terapia, sino una señal, un síntoma de neurosis colectiva que se une a todo lo demás. Si el escritor [el educador, el médico, el psicólogo, el enfermero, el terapeuta, el teórico de la bioética, el filósofo...] no es capaz de inmunizar al lector contra la desesperación, entonces tiene que abstenerse de hablar sobre ella"<sup>41</sup>.

## Referencias

Acevedo, J. El modo humano de enfermar (Desde la perspectiva de la Logoterapia de Viktor Frankl) (2ª ed.), Ed. Fundación Argentina de Logoterapia, Buenos Aires, 1996.

39 Frankl, V. *El hombre en busca...*, op. cit. 77.

40 Saint-Exupéry, A. *Terre des hommes*, Gallimard, Paris, 1939, p. 216-217.

41 Frankl, V. *La idea psicológica del hombre*, Rialp, Madrid, 1979, p. 92.

38 Frankl, V. *El hombre en busca...*, op. cit. 27.

- Álvarez, R.J. Trastornos psicológicos cotidianos, Santander, Sal Terrae, 1993.
- Beckett, S. Esperando a Godot, Tusquets, Barcelona, 1982. (En attendant Godot, 1952).
- Camus, A. El mito de Sísifo, Alianza, Madrid, 1981. (Le mythe de Sisyphe, 1942).
- Cañas, J.L. De las drogas a la esperanza, Ed. San Pablo, Madrid, 1996. (Das drogas a esperança, Paulinas, São Paulo, 1998).
- Cañas J.L. Gabriel Marcel: filósofo, dramaturgo y compositor, Palabra, Madrid, 1998.
- Cañas, J.L. Sören Kierkegaard: de la inmediatez a la relación, Trotta, Madrid, 2003.
- Cañas, J.L. Antropología de las adicciones. Psicoterapia y rehumanización, Dykinson, Madrid, 2004 (2ª ed., Guatemala, 2009; 3ª ed., Costa Rica, 2013).
- Cañas, J.L. De la adicción a la esperanza, Ed. del Instituto de Ciencias de la Familia, Guatemala, 2010.
- Cañas, J.L. Domínguez, X.M. y Burgos, J.M. (eds.) Introducción a la Psicología Personalista, Dykinson, Madrid, 2013.
- Carpintero H. (et.al.) "Condiciones del surgimiento y desarrollo de la Psicología Humanista". En: Revista de Filosofía (Univ. Complutense de Madrid), 3ª época, vol. III (1990), nº 3, 71-82.
- Durand-Dassier, J. Psicoterapia sin psicoterapeuta (2ª ed.), Marova, Madrid, 1994. (Psychoterapie sans Psychotherapeute, 1968).
- Forstmeyer, A. von, The Will to Meaning as a Prerequisite for self-actualization, tesis doctoral (Western University, California, 1968). En: Fizzotti, E. Para ser libres (logoterapia cotidiana), Ed. San Pablo, Madrid, 1994. (Per essere liberi, 1992).
- Frankl, V. La idea psicológica del hombre, Rialp, Madrid, 1979. (Das Menschenbild der Seelenheikunde, 1959).
- Frankl, V. Logoterapia y análisis existencial, Herder, Barcelona, 1990.
- Frankl, V. El hombre en busca de sentido (15ª ed.), Herder, Barcelona, 1993. (Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager, 1946).
- Gevaert, J. El problema del hombre. Introducción a la antropología filosófica (8ª ed.), Sígueme, Salamanca, 1991. (Problema dell'uomo: introduzione all'antropologia filosofica, 1974).
- Husserl, E. La crisis de las ciencias europeas y la fenomenología trascendental, Crítica, Barcelona, 1991. (Die Krisis der europäeischen Wissenschaften und die transzendente Phänomenologie, 1954, op. post.).
- Kramer, J.F. y Cameron, D.C. (eds.) Manual sobre dependencia de las drogas: Compilación basada en informes de grupos de expertos de la OMS y en otras publicaciones de la OMS, Organización Mundial de la Salud, Ginebra, 1975.
- López Quintás, A. La cultura y el sentido de la vida, PPC, Madrid, 1993.
- Lowen, A. Miedo a la vida (Cuerpo y mente en busca de su autenticidad y plenitud), Era Naciente, Buenos Aires, 1993. (Fear of life, 1980).
- Lukas, E. Tu vida tiene sentido. Logoterapia y salud mental (prólogo de V. Frankl), Ed. S.M., Madrid, 1983. (Auch dein Leben hat Sinn: logotherapeutische Wege zur Gesundheit, 1980).
- Marcel, G. Diario Metafísico, Guadarrama, Madrid, 1969. (Être et Avoir I. 1928-1933, 1968).
- Maslow, A. La personalidad creadora (3ª ed.), Kairós, Barcelona, 1987. (The Farther Reaches of Human Nature, 1971).
- Núñez, I. Ante el debate actual sobre la drogodependencia, Ed. Asociación Proyecto Hombre, Madrid, 1994 (Folleto).
- Picchi, M. Un proyecto para el hombre, PPC, Madrid, 1998. (Un progetto per l'uomo, 1994).
- Rusk, T. y Read, R. Quiero cambiar pero no sé como (3ª reimpr.), Ed. Diana, México, 1990. (I want to change, but I dont' know how, 1978).
- Saint-Exupéry, A. Terre des hommes, Gallimard, Paris, 1939.
- Washton, A.M. y Boundy, D. Querer no es poder: cómo comprender y superar las adicciones, Paidós, Barcelona, 1991. (Willpower's not enough: understanding and recovering from addictions of every Kind, 1989).