# CAPÍTULO 7:SENTIDO DE LA VIDA Y ESPIRITUALIDAD

El presente capítulo ha sido elaborado por el equipo del Observatorio de la Deuda Social Argentina:
Agustín Salvia (coordinador), María Elena Brenlla (autora principal) y Marisa Rodríguez (asistente principal)

En el campo de la psicología humanista se argumenta que el desarrollo humano se logra mediante la satisfacción de una serie de necesidades y se expresa en el alcance de realizaciones personales. Esas necesidades son propias de todo ser humano, aunque el grado en que se logre atenderlas o los caminos elegidos (o posibles) para ello sean diferentes según los individuos en función de sus características personales o de su concreta situación histórico/social.

La perspectiva humanista enfatiza la tendencia hacia la maduración y la autorrealización. Las contribuciones de Abraham Maslow (1970) brindan algunos elementos que permiten sustentar este punto de vista. De acuerdo con este autor, cabe tomar en cuenta algunas premisas para entender la motivación humana: (a) el hombre posee una especial naturaleza propia con necesidades, capacidades y tendencias, algunas de las cuales son características de todos los seres humanos y otras que corresponden exclusivamente a cada individuo; (b) un desarrollo completamente sano, normal y deseable consiste en la realización de esa naturaleza y en la concreción de esas potencialidades; (c) todo aquello que perturba el curso de la autorrealización frustra o distorsiona la naturaleza humana esencial; (d) esa naturaleza es delicada y sutil –y, por lo tanto, vulnerable– pero todo indica que es razonable presumir que hay un impulso hacia el crecimiento y hacia la actualización de las potencialidades humanas.

La teoría de la motivación humana de Maslow indica que las necesidades se organizan desde una perspectiva genética. En tal sentido, el autor llamó "necesidades de déficit" (D-needs) a aquellas que pueden ser satisfechas objetivamente, frente a las "necesidades de ser" (B-needs), que implican la culminación de las anteriores y la tendencia hacia la auto-realización o auto-actualización personal. Las primeras, por tanto, empujan al organismo a generar su propia demanda de satisfacción y a restablecer, en consecuencia, un equilibrio vital. (1)

Ahora bien, ubicados en las "necesidades de ser" de Maslow cabe preguntarse sobre el papel del sentido de la vida y de la espiritualidad en el desarrollo humano en el actual contexto social. ¿En qué medida las diferencias de recursos y oportunidades sociales se expresan en pérdida de sentido de la vida? ¿En que medida la espiritualidad constituye un refugio ante el deterioro en el nivel de vida y la integración social?
En cuanto al primer aspecto, en consonancia con los postulados de la psicología humanista existencial, Víctor Frankl (1959, 1984) ha definido el sentido de la vida (purpose in life) como un componente esencial de la salud de las personas. La persona es un ser libre cuya motivación primaria no es el instinto del placer (como en Freud), ni el afán de poder (como en Adler), sino la voluntad de sentido. Es decir, no se mueve por impulsos, empujado desde el pasado sino que su motor está delante, en la meta intelectualmente conocida y libremente aceptada. Para el autor, el sentido de la vida se vincula con las manifestaciones de la espiritualidad (libertad, responsabilidad y conciencia). Por el contrario, la falta de sentido de la vida conduciría al "vacío existencial", ya que la concepción de la vida basada en el éxito, o la actitud hedonista, suponen concentrarse en los medios con olvido de los fines. El fracaso resultante implicaría, de este modo, un desequilibrio psíquico. (2)

En cuanto al segundo concepto, cabe reconocer la creciente presencia de intereses religiosos y espirituales en las personas como una de las grandes tendencias de la sociedad contemporánea (Luckman, 1973). Muchas definiciones de espiritualidad han sido elaboradas sobre la base de cuáles son los factores de desarrollo necesarios para ella (Maher y Hunt, 1993). Estos factores, de naturaleza intrapsíquica, han sido estudiados ampliamente. Por ejemplo, Witmer y Sweeney (1992) han sugerido que los propósitos en la vida y los valores morales son los elementos con los que se construye una espiritualidad saludable, (3) en tanto que otros autores han enfatizado la importancia del sentido de la vida como un componente de peso (Elkins et al., 1988; Canda, 1986; Brallier, 1982). Finalmente, a estas dimensiones -sentido de moralidad y sentido de la vida- asociadas a la espiritualidad, se suman las ideas de Fowler (1981, 1991), que entiende el desarrollo cognitivo como un factor relacionado con la complejidad de la estructura del destino percibida por las personas. La asociación entre la noción de sentido de la vida con la de espiritualidad ha sido constatada en diversas investigaciones (Young et al., 1998) y son, en esencia, las que se abordaron en este estudio.

En términos generales, existe un acuerdo en considerar que la creciente importancia de la espiritualidad se explica, entre otras razones, por las formas que ha asumido la crisis de la modernidad. Frente a la incertidumbre, la búsqueda de certezas que otorguen sentido a la vida personal y social se convierte en una necesidad para las personas y las colectividades. El cansancio con respecto a la razón instrumental parece haber conducido a la búsqueda de respuestas de sentido en los únicos lugares en que ello es posible: la filosofía, la religión, la espiritualidad o los mitos, en el sentido más amplio (Villamán, 2002).

Sobre la base de las ideas señaladas hasta aquí, cabe recoger al menos dos aspectos a ser indagados en esta última dimensión de estudio sobre el modo en que la estructura social condiciona o no las posibilidades del florecimiento humano. Debe señalarse que se trata en todos los casos de representaciones u opiniones brindadas por los entrevistados, y por lo tanto los indicadores utilizados no refieren a episodios o acciones objetivas.

Autopercepción del sentido de la propia vida. El sentido de la vida se define en función de la motivación de las personas para buscar aquello que ellas suponen dota de sentido a su propia vida. La voluntad de sentido constituye una motivación humana básica. Al respecto, Maslow sugiere precondiciones previas para que la libertad pueda florecer. Por el contrario, Frankl argumenta que en las peores condiciones el hombre sigue siendo libre para decidir si renuncia a su dignidad o conserva su yo más íntimo y su libertad interna. En este estudio se ha indagado el alcance del sentido de la propia vida por medio de frases autodescriptivas con opciones predeterminadas, enunciadas en instrumentos previos.

Representaciones sobre el valor de la espiritualidad en la propia vida. Desde la perspectiva del sujeto, la espiritualidad puede ser entendida como la percepción de que lo sagrado influye sobre los sentimientos, las metas en la vida y la habilidad para trascender las propias dificultades (Seidlitz et al., 2002). En el presente estudio se indagaron aspectos descriptivos de la espiritualidad a través de frases con opciones predeterminadas de respuesta.

## 7.1. Autopercepción del sentido de la propia vida

Diversos autores han intentado medir la percepción del sentido de la vida que experimenta el hombre mediante instrumentos estandarizados. Dos de los más difundidos son el test PIL (Crumbaugh y Maholick, 1969) y el Logo-test (Lukas, 1986). Ambas escalas son expresión de los conceptos de Frankl acerca de la voluntad de sentido. En este estudio se evaluó la autopercepción del sentido de la vida sobre la base de cinco ítems inspirados en el test PIL con opción predeterminada de respuesta.

Dado que se realizó una selección conceptual de los enunciados del PIL test (Crumbaugh y Maholick, 1969) que refieren a distintos factores encontrados en investigaciones previas (Noblejas de la Flor, 1999), se ha preferido analizar cada una de las frases en forma individual. En particular, se abordaron indicadores que representan dos conjuntos de contenidos: "percepción de sentido" y "dialéctica destino-libertad".

### Libertad de elección

Para evaluar, de modo exploratorio, la autopercepción de las personas acerca de cuánto o cómo consideran ser libres, se preguntó: "Si tengo que pensar en la libertad de las personas para hacer sus propias elecciones, yo creo que el hombre/ mujer es ...."

En términos generales, los sectores populares tienden más a creer que las personas son absolutamente libres para hacer sus elecciones que los grupos pertenecientes a la clase media. En cambio, este último sector tiende más bien a creer que es la determinación ambiental o genética la que influye en la capacidad de elección. Si se analizan los resultados con más detalle, se observa que esto es más destacado en el AMBA, pero no así en las grandes Ciudades del Interior. Mientras que sólo un 25% de la clase media del AMBA refiere absoluta libertad para elegir, en los otros puntos urbanos ese porcentaje trepa a la mitad. Estos datos coinciden con los hallados respecto de la autopercepción de control sobre el ambiente: tampoco allí prevalece la percepción de control en la clase media.

**7.1.1 - Sentido de la Vida y Espiritualidad. Sentido de la Vida**

***Libertad para elegir*** **por estrato socio-territorial en %**

| | Estrato Muy Bajo (1) | Estrato Bajo (2) | Estrato Medio Bajo (3) | Total Vulnerables (1+2+3) | Grupo Testigo Clase Media (CM) |
|---|---|---|---|---|---|
| **Total Urbano** | | | | | |
| Neutro | 52.2 | 45.5 | 51.2 | **49.2** | **59.4** |
| No libre | 4.8 | 6.5 | 4.3 | **5.4** | **10.5** |
| Absolutamente libre | 43.0 | 48.0 | 44.6 | **45.5** | **30.1** |
| Total | 100.0 | 100.0 | 100.0 | **100.0** | **100.0** |
| **AMBA** | | | | | |
| Neutro | 53.4 | 45.1 | 54.5 | **50.3** | **62.9** |
| No libre | 4.7 | 7.5 | 4.8 | **5.9** | **12.4** |
| Absolutamente libre | 41.9 | 47.4 | 40.7 | **43.8** | **24.8** |
| Total | 100.0 | 100.0 | 100.0 | **100.0** | **100.0** |
| **Ciudades del Interior** | | | | | |
| Neutro | 43.6 | 46.2 | 44.6 | **45.5** | **46.4** |
| No libre | 5.1 | 3.2 | 4.3 | **3.6** | **3.6** |
| Absolutamente libre | 51.3 | 50.5 | 51.1 | **50.9** | **50.0** |
| Total | 100.0 | 100.0 | 100.0 | **100.0** | **100.0** |

**Fuente:** EDSA, Observatorio de la Deuda Social, Departamento de Investigación Institucional, IPIS-UCA, Junio 2004.

En términos generales, los grupos de los sectores populares creen que las personas son absolutamente libres para hacer sus elecciones con una frecuencia mayor que las personas pertenecientes a la clase media. Este último grupo tiende a creer más bien que en la capacidad de elección influye la determinación ambiental.

Ideaciones suicidas

En la valoración de la percepción del sentido de la vida es fundamental la indagación acerca de la presencia de ideaciones suicidas, ya que, según Frankl, se vinculan con la sensación de vacío existencial. Por ello, se indagó la autopercepción de pensamientos suicidas del siguiente modo: "Con respecto al suicidio, yo...."

Los datos para el total de la población urbana encuestada indican que la mayoría de las personas respondieron no tener ideas de suicidio. En particular, esta autopercepción es más enfática en los sectores populaers más desfavorecidos.

Sin embargo, se observan comportamientos contradictores entre estratos sociales en cuanto al reconocimiento de pensamientos suicidas:_en el estrato bajo y la clase media del AMBA y en el sector medio bajo de las Ciudades del Interior esta autopercepción es mayor.

**7.1.2 - Sentido de la Vida y Espiritualidad. Sentido de la Vida**

***Pensamientos suicidas*** **por estrato socio-territorial en %**

| | Estrato Muy Bajo (1) | Estrato Bajo (2) | Estrato Medio Bajo (3) | Total Vulnerables (1+2+3) | Grupo Testigo Clase Media (CM) |
|---|---|---|---|---|---|
| **Total Urbano** | | | | | |
| Neutra | 37.9 | 23.6 | 20.8 | **27.3** | **27.8** |
| Lo pensé como forma de escapar | 3.0 | 4.8 | 6.2 | **4.6** | **5.3** |
| Nunca lo pensé | 59.1 | 71.6 | 73.1 | **68.1** | **66.9** |
| Total | 100.0 | 100.0 | 100.0 | **100.0** | **100.0** |
| **AMBA** | | | | | |
| Neutra | 39.5 | 24.8 | 24.6 | **30.0** | **28.8** |
| Lo pensé como forma de escapar | 2.7 | 5.6 | 4.2 | **4.1** | **5.8** |
| Nunca lo pensé | 57.8 | 69.6 | 71.3 | **65.9** | **65.4** |
| Total | 100.0 | 100.0 | 100.0 | **100.0** | **100.0** |
| **Ciudades del Interior** | | | | | |
| Neutra | 27.5 | 19.4 | 14.0 | **18.2** | **21.4** |
| Lo pensé como forma de escapar | 5.0 | 3.2 | 9.7 | **6.2** | **3.6** |
| Nunca lo pensé | 67.5 | 77.4 | 76.3 | **75.6** | **75.0** |
| Total | 100.0 | 100.0 | 100.0 | **100.0** | **100.0** |

**Fuente:** EDSA, Observatorio de la Deuda Social, Departamento de Investigación Institucional, IPIS-UCA, Junio 2004.

Si bien la mayoría de las personas respondió no haber tenido ideas de suicidio, un 10% de las personas del estrato medio bajo de las grandes Ciudades del Interior y un 6% de la clase media y del estrato bajo del Área Metropolitana del Gran Buenos Aires, reconocieron haber tenido pensamientos de suicidio como modo de escapar de sus problemas.

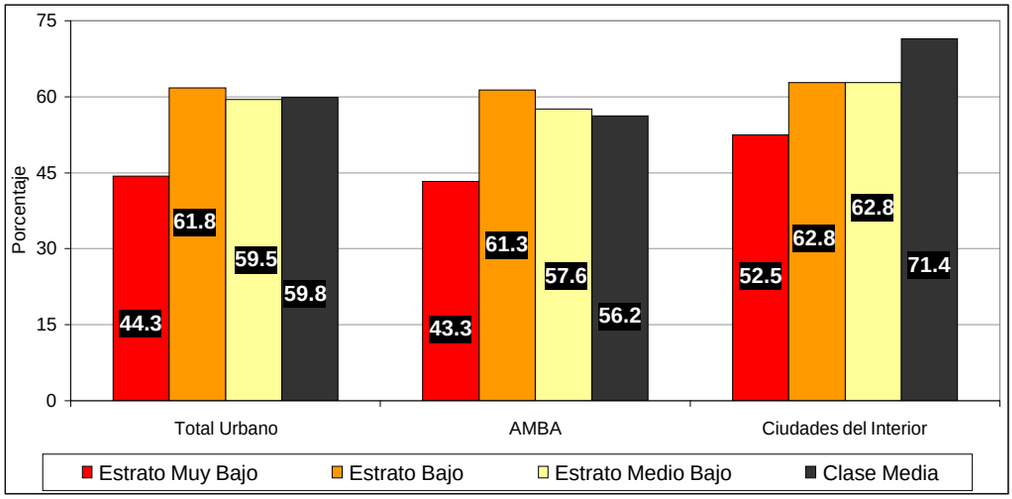
Representación sobre el valor de la propia vida

La evaluación del valor que las personas le asignan a su propia vida es un componente importante de la percepción de sentido. Para indagar esto, se apeló al siguiente enunciado: "Si yo muriera hoy sentiría que mi vida ha sido ..."

En términos globales, las personas del estrato muy bajo refieren una percepción más negativa acerca de lo valioso de sus vidas (en el sentido de meritorio) con relación a los demás estratos. No obstante, el análisis por región indica que es en el AMBA y no en las grandes Ciudades del Interior donde estas diferencias ocurren. En particular, se observa que el estrato más vulnerable se distancia significativamente de los estratos bajo, medio bajo y de la clase media.

**7.1.3 - Sentido de la Vida y Espiritualidad. Sentido de la Vida**

***Autopercepción del valor de la propia vida*** **por estrato socio-territorial en %**




| | Estrato Muy Bajo (1) | Estrato Bajo (2) | Estrato Medio Bajo (3) | Total Vulnerables (1+2+3) | Grupo Testigo Clase Media (CM) |
|---|---|---|---|---|---|
| **Total Urbano** | | | | | |
| Neutra | 55.3 | 37.5 | 38.6 | **43.4** | **37.1** |
| Inútil | 0.3 | 0.7 | 1.9 | **0.8** | **3.0** |
| Muy valiosa | 44.3 | 61.8 | 59.5 | **55.8** | **59.8** |
| Total | 100.0 | 100.0 | 100.0 | **100.0** | **100.0** |
| **AMBA** | | | | | |
| Neutra | 56.7 | 38.1 | 40.0 | **45.1** | **40.0** |
| Inútil | 0.0 | 0.6 | 2.4 | **0.8** | **3.8** |
| Muy valiosa | 43.3 | 61.3 | 57.6 | **54.1** | **56.2** |
| Total | 100.0 | 100.0 | 100.0 | **100.0** | **100.0** |
| **Ciudades del Interior** | | | | | |
| Neutra | 45.0 | 36.2 | 36.2 | **38.1** | **28.6** |
| Inútil | 2.5 | 1.1 | 1.1 | **0.9** | **0.0** |
| Muy valiosa | 52.5 | 62.8 | 62.8 | **61.1** | **71.4** |
| Total | 100.0 | 100.0 | 100.0 | **100.0** | **100.0** |

**Fuente:** EDSA, Observatorio de la Deuda Social, Departamento de Investigación Institucional, IPIS-UCA, Junio 2004.

Las personas del estrato más bajo de los sectores populares refieren una percepción acerca de lo valioso de sus vidas claramente disminuida con relación a los demás estratos, en especial en el Área Metropolitana.

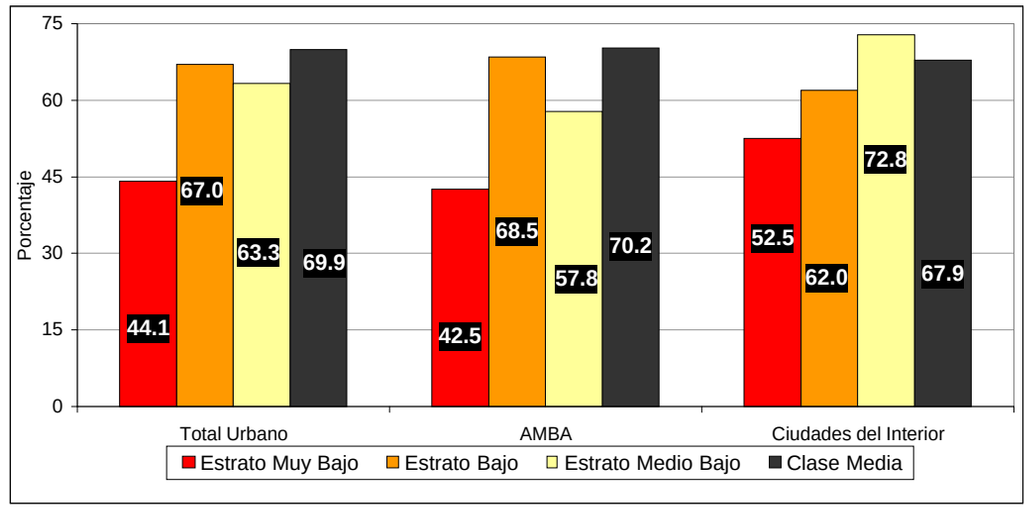
Sentido de la propia vida

La percepción de sentido acerca de la propia vida, se indagó con la frase siguiente: "Mi existencia personal es ..."

Las personas del estrato muy bajo señalan que su existencia es plena de sentido en una proporción mucho menor que las personas de los demás estratos. En particular, estas diferencias son significativas en el AMBA: solo el 42% de la muestra indicó que su percepción acerca de la propia vida era de pleno sentido en forma contraria a lo que se observa en los otros sectores.

**7.1.4 - Sentido de la Vida y Espiritualidad. Sentido de la Vida**

***Autopercepción del sentido de la propia vida*** **por estrato socio-territorial en %**




| | Estrato Muy Bajo (1) | Estrato Bajo (2) | Estrato Medio Bajo (3) | Total Vulnerables (1+2+3) | Grupo Testigo Clase Media (CM) |
|---|---|---|---|---|---|
| **Total Urbano** | | | | | |
| Neutra | 55.2 | 31.3 | 36.3 | **40.1** | **29.3** |
| Totalmente vacía | 0.7 | 1.8 | 0.4 | **1.0** | **0.8** |
| Plena de sentido | 44.1 | 67.0 | 63.3 | **58.8** | **69.9** |
| Total | 100.0 | 100.0 | 100.0 | **100.0** | **100.0** |
| **AMBA** | | | | | |
| Neutra | 56.7 | 29.5 | 41.6 | **41.8** | **28.8** |
| Totalmente vacía | 0.8 | 1.9 | 0.6 | **1.2** | **1.0** |
| Plena de sentido | 42.5 | 68.5 | 57.8 | **56.9** | **70.2** |
| Total | 100.0 | 100.0 | 100.0 | **100.0** | **100.0** |
| **Ciudades del Interior** | | | | | |
| Neutra | 45.0 | 37.0 | 27.2 | **34.5** | **32.1** |
| Totalmente vacía | 2.5 | 1.1 | 0.0 | **0.4** | **0.0** |
| Plena de sentido | 52.5 | 62.0 | 72.8 | **65.0** | **67.9** |
| Total | 100.0 | 100.0 | 100.0 | **100.0** | **100.0** |

**Fuente:** EDSA, Observatorio de la Deuda Social, Departamento de Investigación Institucional, IPIS-UCA, Junio

Los sectores más vulnerables señalan que su existencia tiene poco o ningún sentido en una proporción significativamente más alta que las personas de los demás estratos.

## 7.2. Representaciones sobre el valor de la espiritualidad en la propia vida

Para evaluar la autopercepción de espiritualidad se seleccionaron, con criterio conceptual, frases pertenecientes a instrumentos previamente estudiados (Seidlitz y col., 2002). En particular, se construyó un índice sobre la base de los siguientes enunciados, que debían ser contestados como "verdaderos" o "falsos": "Experimento una profunda comunión con Dios (me siento muy unido a Dios)"; "Aún cuando tengo problemas, puedo encontrar paz espiritual dentro mío" y "Mi espiritualidad me ayuda a entender mis propósitos en la vida".

**7.2.1 - Sentido de la Vida y Espiritualidad. Espiritualidad**

***Autopercepción de espiritualidad*** **por estrato socio-territorial en %**

| | Estrato Muy Bajo (1) | Estrato Bajo (2) | Estrato Medio Bajo (3) | Total Vulnerables (1+2+3) | Grupo Testigo Clase Media (CM) |
|---|---|---|---|---|---|
| **Total Urbano** | | | | | |
| Ausente | 21.7 | 22.8 | 16.9 | **20.9** | **24.1** |
| Baja | 13.2 | 15.9 | 15.3 | **14.9** | **16.5** |
| Moderada | 25.0 | 21.8 | 27.2 | **24.2** | **28.6** |
| Alta | 40.1 | 39.5 | 40.6 | **40.0** | **30.8** |
| Total | 100.0 | 100.0 | 100.0 | **100.0** | **100.0** |
| **AMBA** | | | | | |
| Ausente | 20.8 | 22.6 | 18.1 | **20.9** | **26.9** |
| Baja | 14.0 | 16.1 | 16.3 | **15.3** | **14.4** |
| Moderada | 26.5 | 22.6 | 32.5 | **26.4** | **29.8** |
| Alta | 38.6 | 38.7 | 33.1 | **37.4** | **28.8** |
| Total | 100.0 | 100.0 | 100.0 | **100.0** | **100.0** |
| **Ciudades del Interior** | | | | | |
| Ausente | 29.3 | 23.4 | 15.1 | **21.1** | **10.7** |
| Baja | 9.8 | 16.0 | 14.0 | **13.7** | **25.0** |
| Moderada | 12.2 | 19.1 | 17.2 | **17.2** | **25.0** |
| Alta | 48.8 | 41.5 | 53.8 | **48.0** | **39.3** |
| Total | 100.0 | 100.0 | 100.0 | **100.0** | **100.0** |

**Fuente:** EDSA, Observatorio de la Deuda Social, Departamento de Investigación Institucional, IPIS-UCA, Junio 2004.

La mayoría de las personas indican que la espiritualidad les ayuda a entender sus vidas y afrontar la adversidad, independientemente de su ubicación en la estructura social. Sin embargo, en las Ciudades del Interior, esta inclinación espiritual es todavía mayor en la población perteneciente a los estratos más pobres.

Es relevante observar que la mayoría de las personas indica que la espiritualidad les ayuda a entender sus vidas y a afrontar la adversidad de manera independiente del estrato social, así como el hecho de experimentar una profunda comunión con Dios. En los datos del total de la población urbana estudiada, se observan proporciones similares en las puntuaciones altas y moderadas con una leve disminución en el estrato "medio alto" pero no lo suficiente como para resultar significativa. Sin embargo, si se analizan los datos de las Ciudades del Interior, notamos diferencias apreciables entre el estrato social muy bajo y la clase media. Las personas de este mismo sector manifiestan menores inclinaciones espirituales que las más vulnerables.

En consonancia con la existencia de una mayoría de creyentes en nuestro país, las personas señalan que experimentan una profunda comunión con Dios independientemente de su posición social.

## Notas del capítulo

(1) Maslow organiza ambos tipos de necesidades de manera lineal, en una pirámide, siguiendo el orden en el cual –según él– se irían originando. De tal forma, ubica en el primer nivel a las necesidades fisiológicas y, en el segundo, a las necesidades de seguridad. Luego, se incluyen en la pirámide las necesidades de pertenencia y las de estima para terminar en la autorrealización.

(2) La voluntad de sentido se ha corroborado en muchas investigaciones y se han diseñado pruebas (PIL test, LOGO test) que han permitido evaluar la orientación existencial hacia el sentido, la frustración o el vacío existenciales. Son de destacar, además, las investigaciones de su discípula, Elizabeth Lukas (1991) quien comprobó lo que su maestro descubrió en la clínica: una de cada cinco personas padece de neurosis noógena o del espíritu.

(3) Estas ideas también han sido sustentadas por psicólogos y clínicos (Maslow, 1968; Young y Witmer, 1985).