

Implicaciones noéticas de la lectura y el recurso logoterapéutico de la biblioterapia

Noetic implications of reading and the logotherapeutic resource of library therapy

Suzaneide Oliveira Medrado*
Antonio Martín Román**

Resumen

Este trabajo tiene el objetivo de presentar reflexiones sobre el aporte noético de la lectura, que se constituye como el recurso logoterapéutico de la Biblioterapia, esa considerada como una terapia cuyas herramientas son los libros y esencialmente la Literatura. Desde una perspectiva existencialista, la lectura es pensada como actividad que conduce a la reflexión, puesto que conlleva un aporte subjetivo caracterizado por el diálogo del lector con el texto, donde interactúan las experiencias lectoras y de vida, estas decurrentes de las interacciones sociales, que influyen en la asignación de sentido. Por medio de la lectura de los textos literarios ocurre el proceso de identificación del lector con los personajes que contribuye para la reflexión sobre la vida, para apertura de nuevas posibilidades y por consiguiente, para solucionar problemas y situaciones que resultan complicadas o que incluso se caracterizan como neurosis noógenas o vacío existencial. Así, desde esa interacción más profunda, es posible dar sentido no solo al texto sino a la propia vida.

Palabras-clave: Lectura. Reflexión. Capacidades noéticas. Biblioterapia. Logoterapia.

Abstract

This work has the objective of presenting reflections on the noetic contribution of reading, which is constituted as the logotherapeutic resource of Bibliotherapy, which is considered as a therapy whose tools are books and essentially Literature. From an existentialist perspective, reading is thought of as an activity that leads to reflection, since it involves a subjective contribution characterized by the reader's dialogue with the text, where reading and life experiences interact, resulting from social interactions, which they influence the assignment of meaning. Through the reading of literary texts, the process of identification of the reader with the characters occurs that contributes to the reflection on life, to open up new possibilities and consequently, to solve problems and situations that are complicated or even characterized as noogenic neuroses or existential emptiness. Thus, from that deeper interaction, it is possible to give meaning not only to the text but to life itself.

Keywords: Reading. Reflection. Noetic capabilities. Bibliotherapy. Logotherapy.

* Pós-doutora em Psicologia com orientação para a Metodologia de Revisão pela Universidad de Flores- UFLO, Argentina; Doutora em Psicologia Social pela Universidad Kennedy- UK, Argentina; Professora da Rede Municipal de Ensino de Queimadas/BA, Secretaria Estadual de Educação da Bahia- SEC/BA, Brasil; E-mail: suzymedrado@gmail.com

** Pós-doutor em Psicologia com Orientação em Metodologia da Revisão pela Universidad Flores- UFLO, Argentina; Doutor em Psicologia Social pela Universidad Argentina John F. Kennedy-UK, Argentina; Diretor do departamento de Biblioteca e documentação do Ministério de Justiça da Nação Argentina; Professor de Biblioteconomia do Instituto Superior de Formación Técnica nº 13, Argentina; E-mail: cd340@gmail.com

Introducción

En este texto ahondaremos sobre el potencial de la lectura como el instrumento humano por excelencia para alcanzar un mayor desarrollo personal y social. Propondremos por un lado, una aproximación de la lectura a las capacidades noéticas, que puede suscitarse cuando se da una lectura de tipo reflexiva. Y por el otro, los aportes de la Biblioterapia en la promoción de la auto-trascendencia como facultad apropiada para desarrollar el sentido de la vida y el fortalecimiento psíquico.

Mientras la Biblioterapia aporta evidencias acerca de su eficacia como recurso terapéutico para encontrar el sentido de la vida a comunidades vulnerables, la subjetividad de la lectura, como área de investigación, requiere ser mayormente explorada, para extraer herramientas adecuadas a las necesidades noéticas y psicosociales actuales del nuevo milenio.

Se puede decir que gran parte de los estudios sobre el carácter subjetivo de la lectura está centrada en los textos literarios, que son polisémicos en su esencia (MEDRADO, 2020). La subjetividad de la lectura es caracterizada por el sentido que el lector atribuye al que lee, que es muy particular y tiene relación con los intereses, creencias, valores y así, cada lector lee un libro de manera muy particular, como se de cada uno de los libros existiera solamente un ejemplar (COLASANTI, 2014).

El lector con larga experiencia lectora tiene las posibilidades multiplicadas, principalmente porque nuestro diálogo con el objeto leído se nutre de muchas experiencias de lecturas anteriores y son promesas para otras tantas (MARTINS, 2006). Así, el lector tiene sus capacidades alargadas y de esta manera su formación holística va ocurriendo.

Las experiencias lectoras propician el perfeccionamiento personal y social, ya que la lectura incluye la interacción con el universo del texto y con las propias experiencias de vida del lector. El acto de leer todavía incluye la reflexión del ser sobre sí mismo y su condición, los acontecimientos y sobre sus relaciones sociales. De esa manera, el sentido de la lectura es coherente con el sentido de vida.

Así, la lectura es una actividad muy amplia cuyo proceso incluye, más allá de capacidades cognitivas, sociales, capacidades noéticas, que tienen relación con una reflexión más consciente de uno mismo de su condición y que contribuye para dar respuestas más coherentes y menos impulsivas a las situaciones y a las interacciones en el ámbito social.

El potencial noético de la lectura puede ser llevado en cuenta, entre otros tipos, por la lectura literaria, que produce efectos subjetivos y de identificación (JOUVE, 2002) con los personajes, que posibilitan al lector reflexionar sobre sí mismo y sobre el sentido no solamente del texto, sino de su propia vida. En esta perspectiva, la Biblioterapia funciona como un instrumento terapéutico, caracterizado por la lectura literaria.

La lectura relacionada a las capacidades noéticas

Los actuales conceptos sobre la lectura dan hincapié al aspecto amplio e interactivo de esta actividad, respecto a la relación que ocurre entre el lector y el texto en el acto de leer. En la dinámica de la lectura están incluidos componentes emocionales, neurológicos, fisiológicos, económicos, políticos, sociales (MARTINS, 2006) como también aspectos noéticos, espirituales, en sentido antropológico, no teológico (MEDRADO, 2019). En esa perspectiva y en relación a la interacción presente en la lectura es posible pensar que el hecho del lector asignar sentido al que lee, a la luz de sus conocimientos previos, intereses, creencias, valores caracteriza la subjetividad lectora.

Desde la teoría socio-interactiva de Vygotsky (2008) se entiende que las actividades humanas ocurren por medio de la interacción. De acuerdo con esta teoría, hay una relación estrecha entre la competencia lingüística y el proceso de crecimiento psicológico y social. Así, la lectura como actividad lingüística involucra estos mismos aspectos y al mismo tiempo contribuye para la maduración de ellos.

En la interacción lectora, la subjetividad está presente no solo en las inferencias que el lector hace a partir de los elementos estructurales y de las ideas presentes en el texto, que le da las pistas para la comprensión, puesto que el lector no se limita a estas ideas y a la estructura de los textos, sino es libre para construir sentidos que respondan a sus intereses, es decir, la subjetividad lectora va más allá de la respuesta a los mandatos del texto y surge de manera imprevisible donde no es esperada (ROUXEL, 2012).

Además se entiende la lectura como actividad imprescindible para la producción de conocimientos y para la formación humana, ya que su característica interdisciplinaria involucra y propicia el desarrollo de diferentes capacidades individuales y sociales. Todavía la lectura puede ser pensada como un puente entre el lector y su realidad personal y social, un encuentro con uno mismo que propicia la reflexión y ampliación de experiencias, así, el lector transforma lo que lee y va transformándose a sí mismo.

En este sentido, la experiencia lectora propicia el desarrollo de capacidades importantes para la vida del ser humano, para tornar el acto de leer cada vez más profundo, que influencia no solamente el sentido atribuido a los textos sino también a la propia vida y así, leer significa especular la lectura de mundo, le dar sentido a él y también a cada uno de nosotros (GUIMARÃES, 2016).

Esta relación más profunda con los textos, que despierta la conciencia del mundo y de sí mismo, se configura en un estado de involucramiento con la lectura en que el lector está comprometido en el proceso de vivir la lectura, es decir, en tener un encuentro verdadero con el texto, donde descubre gratas sorpresas, se acerca al mundo, despierta su sensibilidad y donde, desde la lectura, cada momento es nuevo, estimulante y placentero (GUERRERO JIMÉNEZ, 2016).

Aún sobre el carácter amplio y profundo de la lectura, es posible pensar la interacción del lector con el texto desde los cuestionamientos que la relación dialógica suscita, esta relación le permite al lector “[...] profundizar en su ejercicio analítico sobre problemas u horizontes del ser y de lo social” (MORENO MOSQUERA; MATEUS, 2018, p. 157). Desde esta visión, la lectura involucra la reflexión, el sentido crítico que es importante para la

conciencia de sí y del contexto y para la implementación de cambios importantes y/o necesarios en la vida.

La interacción reflexiva que ocurre en la lectura contribuye para la formación del lector y para que el texto realice su función comunicativa, dialógica. Así, la lectura “[...] se hace por la relación metafórica, con el sentido cercano de encontrar significación personal en algo con base en sus observaciones y vivencias” (BRITTO, 2012, p. 23) y en este proceso, el lector toma distancia, para pensar y asignar el sentido que de hecho sea relevante para sí.

En esta perspectiva, la lectura contribuye para el proceso formativo del ser humano, que comienza con la reflexión personal y se concretiza en la puesta en acto en la realidad social. Así, la lectura se presenta como la “[...] posibilidad de una nueva construcción de la realidad, ya que estimula el pensamiento crítico y la acción reflexiva” (ROMÁN, 2019, p. 35) y contribuye para el desarrollo de capacidades personales y sociales.

La acción reflexiva es una de las características de la dimensión noética, presente en la lectura, puesto que, al reflexionar sobre sí mismo y sobre su realidad en el proceso de atribuir sentido al que lee, el lector amplía su conciencia sobre sí, sobre su entorno y así su formación holística va ocurriendo.

La etimología de la palabra noética nos remite al verbo griego *voeiv* que tiene el significado de ver con discernimiento, es una visión diferente que se distingue del simple ver, el sentido es ver con la percepción, con el pensamiento, hacer una mirada reflexiva (MEDRADO, 2019). La noésis, que es correlato del verbo, tiene el sentido de intelección, de intuición inteligible o aún acto de percibir intelectualmente una cosa. Así, la dimensión noética del hombre tiene relación con el intelecto, con la percepción directa e intuitiva.

De acuerdo con Frankl (2011) la dimensión noética es exclusiva del hombre y se manifiesta cuando el ser humano demuestra conciencia de sí, cuando percibe a sí mismo y es capaz de hacer evaluación respecto a propia conducta. Esta dimensión se manifiesta en las capacidades de auto-distanciamiento, auto-reflexión, libertad, responsabilidad, auto-transcendencia y auto-conciencia (LANOSA, 2016).

De esa manera, las capacidades noéticas incluyen el pensamiento reflexivo, la contemplación, una mirada perceptiva e intuitiva de las situaciones, que permite al hombre actuar con más libertad y responsabilidad en su vida. De acuerdo con Buber (1979) pensamiento y reflexión hicieron un pacto con la situación concreta de la existencia y son fundamentales para actitudes más responsables y con sentido.

La lectura, como toda actividad humana, puede ser pensada desde una perspectiva existencialista, puesto que esta actividad está vinculada a procesos de pensamiento (ALLIENDE; CONDEMARÍN, 2005) y a la reflexión, que son esenciales para propiciar los sentidos en los textos y en la vida y también para contribuir con una mejor actuación social, evitando comportamientos apurados.

En el acto de leer ocurre un distanciamiento del lector que es importante para pensar sobre las ideas de los textos, comprenderlas, identificar los conceptos, valores, creencias que están implícitos sin confundir con sus propias ideas, valores y creencias. Sin embargo, al mismo tiempo en que el lector toma distancia del texto, su percepción lo hace volver a su experiencia personal (MARTINS, 2006) en un proceso reflexivo y dialógico.

El distanciamiento presente en el acto de leer puede ser pensado como un ejercicio para el desarrollo de la capacidad noética del autodistanciamiento (MEDRADO, 2019). El autodistanciamiento es la “[...] capacidad de tomar distancia no solamente de una situación

sino de sí mismo” (FRANKL, 2011, p. 27) para dar respuestas más autónomas, sin impulsividad.

El autodistanciamiento es todavía la capacidad noética “[...] de monitorear y controlar los propios procesos emotivos y cognitivos” (MARTINEZ, 2012, p. 5), para pensar sin confundirse con las cosas que ocurren, y elegir, por medio de la reflexión, las mejores acciones para responder a los diversos acontecimientos. Por medio de la capacidad del autodistanciamiento, la dimensión noética toma distancia del psicofísico, como una forma de resistencia del espíritu delante de los condicionamientos que les son presentados. Se puede decir que esa es una capacidad de oposición entre la dimensión noética y el organismo psicofísico (FRANKL, 2011).

Aún de acuerdo con Martínez (2012) la capacidad noética del autodistanciamiento es muy importante para la libertad humana. Consciente de sí, de sus pensamientos, comportamientos, sentimientos, de sus creencias, valores, el hombre puede dar respuestas más libres y no actuar de manera apurada ni reproducir las acciones de la masa.

Así, es posible pensar la existencia de una relación entre la lectura y la capacidad noética del autodistanciamiento, ya que los dos incluyen un distanciamiento que propicia la reflexión, que lleva en cuenta las experiencias. En la vida del ser humano toda elección es basada en las experiencias, que son esenciales para el aprendizaje, así también la lectura se efectiva por la interacción entre las experiencias del lector y las ideas contenidas en los textos, en un proceso que incluye todavía, los intereses, valores y creencias del lector para que la asignación de sentido ocurra de manera más coherente.

Breve referencia histórica de la Biblioterapia

Se puede decir que la Biblioterapia es un recurso ancestral ya que toda la historia de la cultura enseña que a través del arte, donde se ubica la literatura, se ha buscado provocar reacciones emocionales que implicaban por supuesto modificaciones somáticas para aplacar el malestar advenido de enfermedades físicas o mentales o solamente para atemperar el hastío generado muchas veces por la vida cotidiana. Ramsés segundo, en tiempos del antiguo Egipto, fundó una biblioteca sino la primera de la humanidad, en Tebas, donde alegan que según testimonia el historiador Diodoro de Sicilia se leía la inscripción “casa para sanar el alma” (SANTANA; BUSTAMANTE, 2018).

Por su parte el gran filósofo Aristóteles, en su obra “La Poética”, evidencia el poder transformador de la literatura por medio del concepto de catarsis, cuando señala la importancia de escribir una tragedia que por tener magnitud en sí misma, en su lenguaje artística, adecuada para la obra, suscita, por el drama que presenta la narración, la piedad y el temor, realizando la catarsis de tales emociones (ARISTÓTELES, 2007).

La Biblioterapia es una palabra que proviene del griego, *biblion* (libros) y *therapeia* (tratamiento). Es decir, como una primera aproximación, la Biblioterapia consiste en brindar apoyo emocional a un individuo a través de la lectura y de los libros, de manera tal que por el desarrollo de sus introspecciones adquiera una estabilidad psíquica y emocional como fruto del contacto con los libros.

En la antigüedad clásica las bibliotecas solían tener una inscripción sobre las puertas de las entradas con frases escritas indicativas de que allí dentro las almas de los usuarios de los libros estaban siendo sanadas.

En una perspectiva más reciente históricamente, podemos decir que la Biblioterapia fue reconocida como una rama de la Bibliotecología en el año 1904. Fue prioritariamente dentro de los hospitales que comenzó la experiencia de su uso tanto por médicos, como por enfermeros y, más tarde, por psicólogos. Ya en los siglos XVIII y XIX, los hospitales psiquiátricos de Inglaterra, Francia, Alemania y Escocia, contaban con bibliotecas para pacientes (en tanto que los médicos que trataban enfermedades psíquicas recetaban la lectura como terapia) y recién en la primera mitad del siglo XIX, los servicios bibliotecarios eran una parte significativa de los programas terapéuticos para muchas patologías.

Se puede afirmar que el surgimiento de la Biblioterapia moderna está directamente relacionado con la salud pública. Su auge se produjo con la llegada de la Primera Guerra Mundial, en donde un grupo de bibliotecarios religiosos montaron bibliotecas improvisadas en los acuciantes hospitales del ejército. Con la llegada del fin de la segunda guerra mundial, a mediados del siglo XX, fueron expandiéndose las áreas de influencia de la Biblioterapia, con una finalidad más preventiva y profiláctica, de asistencia social y cultural. Fue así que paulatinamente, a través de nuevas investigaciones que apoyaban su importancia y cierta popularidad que fue adquiriendo, la Biblioterapia se ha ido convirtiendo en un instrumento de intervención psicosocial capaz de garantizar una mejoría psicofísica y espiritual en los usuarios. Su utilización se extendió a la atención de ancianos residentes en asilos, presidiarios en instituciones correccionales, grupos de recuperación para usuarios de drogas, hogares para niños, entre otros (DA SILVA, 2005).

Se Puede observar que, históricamente, la experiencia profesional y los ámbitos en los que la Biblioterapia desarrolla su influjo benefactor como herramienta de intervención aplicada al bienestar psicosocial son variados, lo que refleja su relevancia social y cultural en el ámbito de la salud en general y de la salud preventiva y profiláctica en particular.

Algunos conceptos de la Biblioterapia

Según Rodríguez (2013) la Biblioterapia se enmarca como un instrumento científico de intervención psicosocial que se sirve de los libros para el abordaje de problemáticas multidisciplinares. Benedetti (2008) refiere que se puede hablar de Biblioterapia ambulatoria (primera en acontecer) y de Biblioterapia en instituciones totales, como cárceles, hospitales, hogares de ancianos, entre otros. También menciona los contextos educativos, socio comunitarios y de emergencia asistencial. Cabe resaltar que en cada ciencia donde opera la Biblioterapia puede erigirse como un recurso de inclusión y bienestar psicosocial y comunitario (RODRIGUEZ, 2013).

Esa es una herramienta que ha sido considerada como fundamental para la búsqueda y selección de las fuentes de información, promocionando la lectura a través de la creación de planes, siempre teniendo en cuenta el tipo de Biblioterapia que se aplicará y al grupo de personas al cual va dirigido. Roman (2019, p. 29) la define como el “Proceso de interacción con los libros y otros textos convocantes, que le permite a una persona recrear y encontrar en

ellos contenidos que dan sentido a su vida o que funcionan como mecanismos para sanar aspectos psíquicos”.

Actualmente el alcance de la Biblioterapia se evidencia en áreas de trabajo social, Psiquiatría, Medicina, Psicología Social, Asistencia Social, Sociología, Educación, entre otras, facilitando y promoviendo la lectura indicada de libros con diversos propósitos. De acuerdo con Caldin (2005) los profesionales involucrados en esta actividad necesitan tener una postura diferente, consciente de la eficacia del potencial terapéutico de la lectura.

La Biblioterapia sienta sus bases sobre la Logoterapia, que la plantea como una técnica ordenada en torno a un recurso potencialmente terapéutico que es el libro y, por extensión, toda letra escrita que encierre un contenido convocante para la persona que lo recibe (PINTOS, 1999). El individuo se apropia de este sentido y lo recrea. La literatura obtiene entonces un papel más trascendente que el que habitualmente se le asigna, pues al deleite estético que busca producir en el lector, debe sumársele la búsqueda de la salud psíquica. Esto se explica porque la literatura incita al lector a cuestionarse sobre el sentido de su propia existencia. La lectura y la escritura serán no sólo una vía de escape de tensiones, frustraciones, ansiedades y miedos, sino también un privilegiado vehículo para la recreación del mundo interior- psicológico, efectivo e imaginativo.

En este contexto, la búsqueda de sentido se vuelve un valor casi indispensable para explorar la subjetividad de una manera lúcida y sin limitaciones de ningún tipo. La Biblioterapia posibilita desnaturalizar los significantes sociales y culturales negativos, permitiendo re-construir o encontrar un nuevo sentido para la vida, gracias a la experiencia de la lectura. Esta puede ser encarada desde distintos campos y evidentemente opera de forma diferente en cada ciencia y se aplica tanto en forma interdisciplinaria abarcando aspectos de cada disciplina, como multidisciplinaria para involucrar el conocimiento de varias vertientes de pensamiento, cada una aportando desde su espacio al tema en cuestión, o transdisciplinaria, es decir, implicando a varias disciplinas en forma transversal pero ubicándose por encima de estas porque su ámbito de acción es superior al de cada una de las disciplinas involucradas.

El hombre se define y caracteriza, principalmente, por disponer de la capacidad creadora, inventiva y fantástica, que se halla en el núcleo de la realidad humana. Por eso el autor señala la importancia en el hombre del imperativo de invención, postulando que la facultad primordial del hombre es la fantasía (ORTEGA Y GASSET, 2014). Así, se puede afirmar que la Biblioterapia implica un encuentro, una interacción dinámica entre el lector y la lectura, donde los textos literarios son utilizados como una estrategia de intervención que impacta en la calidad de vida de las personas, que colabora en la solución de situaciones difíciles o traumáticas de su historia y genera nuevos mecanismos para enfrentar y resolver problemas.

Así, se puede decir que por medio de esta herramienta se incentiva la práctica de la lectura con el objetivo de ayudar a los lectores a experimentar vivencias estimuladas por la imaginación y la fantasía que les permitan potenciar sus recursos de afrontamiento psicosocial frente a diversas situaciones transversalmente, ya sea que se trate del vacío existencial, de las neurosis noógenas, o de traumas sociales, personales, culturales, o de limitaciones en la salud física o mental. La Biblioterapia se asienta sobre la Logoterapia para justamente facilitar el encuentro con el sentido de la vida, otorgando la oportunidad de mejorar las condiciones concretas de existencia psicofísica y socio espiritualmente, en grupos de personas, y sirviendo

como auxilio a la medicina, psiquiatría, trabajo social, asistencia social, áreas educativas, laborales, religiosas, socio-comunitarias, entre otras.

La Biblioterapia y sus potencialidades logoterapéuticas

Las neuroimágenes permiten observar minuciosamente cuáles son los mecanismos en juego que se despliegan en el proceso de lectura y como cada uno de ellos estimula la capacidad de pensamiento en distintos niveles. La lectura es una actividad compleja ya que en su dinámica intervienen diversos procesos (perceptivo, léxico, sintáctico, semántico, pragmático, noético) que le exigen al lector un trabajo intelectual y cognitivo estimulante. El cerebro del lector contiene un complicado conjunto de mecanismos que armonizan admirablemente para concretar la lectura. La práctica de la lectura y su beneficio a nivel neurológico puede extenderse a personas o grupos comunitarios que se encuentran frente a las llamadas crisis noógenas, que requieren de un proceso de readaptación social, siendo la Biblioterapia un recurso ineludible, e irrefutable desde el punto de vista neurocientífico.

Según Dehanse (2014) la corteza prefrontal es un área de integración y reflexión, gracias al registro de memorias que conecta la comprensión y el habla con las experiencias de cada sujeto. De ahí que la lectura aproxima al lector a lejanos mundos de fantasía, misterio, humor y aventuras, posibilita la experiencia de algún modo de “ponerse en los zapatos del otro”, siendo así un gran entrenador de empatía.

A su vez, es posible aseverar que la lectura facilita la identificación del lector con alguno de los personajes; permite la formación y/o modificación de creencias, actitudes y opiniones; resulta asimismo uno de los métodos más eficaces para la transmisión de actitudes y valores; estimula la reflexión y el análisis respecto la situación actual en la que nos encontramos, como así también nos permite edificar con mayores herramientas nuestro porvenir.

Para Frankl (1975) y desde una perspectiva logoterapéutica, la actividad de la lectura queda completamente asociada a la búsqueda de sentido y, por eso, puede desprenderse de ella que posee un gran valor terapéutico, puesto que, según este autor, no se aplican las terapias convencionales para tratar las neurosis noógenas; simplemente es necesario reorientarse para pensar en el futuro. Frankl (2003, p. 13), al hablar sobre lo que considera el objetivo de la Biblioterapia, plantea que “[...] cree al hombre capaz de tener el deseo de sentido que hoy está tan frustrado” y este sentido se puede descubrir incluso por medio de las lecturas.

La lectura de un libro contiene valores que al proyectarse en cada individuo pueden hacer resurgir sentimientos que esperaban su oportunidad para liberarse, porque la experiencia de leer brinda una sensación de libertad y la posibilidad de habitar otros mundos diferentes, de modo tal que se enriquece la propia vida con nuevas situaciones que muchas veces no se tendrían la posibilidad de vivir o pensar (ROMÁN, 2019). Así, el carácter subjetivo de la lectura permite al ser humano reflexionar sobre sí y hasta mismo superar algunos estados emocionales, motivados por el conocimiento de otros mundos y de otras posibilidades.

Para Frankl (2013) la Biblioterapia posee un alto valor terapéutico ya que realmente es capaz de afectar positivamente la vida de los lectores y tener un impacto real en ella. Desde la Biblioterapia la literatura obtiene un papel más trascendente que el que habitualmente se le

asigna, pues al deleite estético que busca producir en el lector, debe sumársele la búsqueda de la salud psíquica. Esto se explica porque la literatura incita al lector a cuestionarse sobre el sentido de su propia existencia. Las peripecias por las que atraviesan los personajes de las obras literarias conducen al lector a la reflexión sobre la propia vida. Este, identificándose con un personaje, o al comprender las frustraciones o dificultades por las que atraviesa alguno de ellos, no puede evitar pensar sobre la propia vida, sobre el rumbo que esta lleva y sobre el sentido de su propia existencia.

Respecto a la Biblioterapia en sus contextos de actuación, hay un amplio consenso entre diferentes académicos e intelectuales de diversas disciplinas en determinar que la lectura en las prisiones favorece y estimula en los internos agilizar de un modo fructífero el proceso de reinserción social, según Alonso García (2014), es un proceso que se define como la recuperación y adaptación a las personas que están o han estado privadas de libertad por haber descatado e infringido ciertas normas de la comunidad.

El estudio realizado por Roman (2019) para indagar los imaginarios sociales de exreclusos del Servicio Penitenciario Federal de Argentina (SPF) sobre la lectura y su relación con el sentido de la vida ha atestado que los libros en la prisión contribuyen y ayudan a aliviar la pena, la ansiedad y la insatisfacción de los internos, además, que estimulan su creatividad e imaginación, siendo apreciado el material de la lectura desde principios del siglo XX como un instrumento común de rehabilitación.

En este sentido la lectura adquiere un rol fundamental en el proceso de reinserción social de los convictos, ya que a través del raciocinio y el aprendizaje cognitivo se puede emprender un desarrollo de diversas capacidades que pueden serles de gran utilidad a los individuos, en medio de una situación tan adversa como la privación de la libertad.

La literatura moderna puede entonces contribuir a la terapéutica. En el proceso de creación, de comprensión y del sentido de la lectura, las experiencias son fundamentales. De esta manera, los escritores que han atravesado la desesperación, la aparente carencia de sentido de la vida, pueden ofrecer su sufrimiento, como un sacrificio, en el altar del género humano. Sus revelaciones ayudarán al lector que sufra idéntico estado a superar este último (FRANKL, 1997). Entonces, se puede afirmar que la lectura contribuye en el proceso de descubrir el sentido de vida del ser humano y que la Biblioterapia se constituye como un recurso que posibilita el desarrollo de la dimensión noética del hombre.

Componentes terapéuticos de la Biblioterapia

Roman (2020) considera tres etapas esenciales de la Biblioterapia, la identificación, la catarsis y la introspección. Estos componentes operan como elementos que posibilitan la sanación de aspectos psíquicos por medio de la lectura literaria.

Identificación

Desde la Psicoanálisis, León (2020) aclara que la identificación es un proceso que ocurre tempranamente en el sujeto cuando éste asimila un aspecto, una propiedad, un atributo de su madre y su padre, y permite al sujeto a la luz de ese modelo, transformarse total o parcialmente.

Corcuera (2016) alude a la identificación para referir a un proceso mental por medio del cual un sujeto es idéntico a otro. Desde este punto de vista, el otro es uno mismo, sin distinción. De acuerdo con este autor, es importante discernir dos componentes en todo proceso identificatorio, el primero es cognitivo y el segundo emotivo. Hay que tener en cuenta que ambos componentes ocurren simultáneamente aunque no en una relación de necesidad.

En la lectura el lector se involucra en la narrativa, identificase con los personajes y en este proceso reflexiona sobre su propia vida, descubre nuevas realidades y nuevas posibilidades que le permite hacer una mirada diferente a sí mismo. Desde la identificación el lector experimenta la libertad de habitar otros mundos, estar en otros contextos. El lenguaje metafórico de la literatura lo conduce más allá de sí, él se torna otro, libre en el pensamiento y en la acción (CALDÍN, 2001) y esta libertad lo conduce a pensar nuevos caminos, a buscar nuevos sentidos para su propia vida.

Catarsis

Se puede entender que la catarsis ocurre a partir de la clarificación de emociones frente a lo cual es posible liberar tensiones (MUJICA, 2012). En el proceso de la lectura, la etapa de identificación con los personajes lleva el lector a la catarsis, o sea a manifestación de emociones, que provienen del involucramiento con la lectura, con la narrativa y los personajes y hace que el lector viva un momento que puede suscitar componentes emocionales vinculados con la paz, la serenidad, y el alivio (CALDÍN, 2001).

La catarsis consiste en una respuesta emocional del lector. Noblejas (1997) asegura que la catarsis está asociada con el desenlace de una acción dramática por medio de la cual se anula el temor. Entonces el placer estético acontece de la obra, la manifestación de la emoción del lector que proviene del involucramiento profundo con la obra literaria. De esa manera, la catarsis puede ser entendida como pacificación, serenidad y alivio de las emociones. En este sentido, en la lectura literaria este fenómeno coincide con el significado que tiene su uso, de función libertadora.

Introspección

Respecto a la introspección, se puede entenderla como una experiencia personal que permite registrar en una persona sus procesos mentales, incluyendo actitudes, pensamientos y emociones. La lectura favorece la introspección, estimula la capacidad de pensar acerca de los sentimientos, lo cual produce un efecto terapéutico porque implica la posibilidad de cambiar distintos tipos de comportamientos (MUJICA, 2012).

La introyección en Biblioterapia posibilita una ampliación de la cosmovisión del lector, sobre todo cuando se enfoca en su situación actual (VIGUERA, 2017). Además, implica una actitud de reflexión que abarca la consideración de las conductas propias como así de la propia personalidad, y que provee la posibilidad del autoconocimiento tendiente a la auto-transformación.

De esa manera, la introspección hace que el lector amplíe el universo de sus experiencias íntimas, que son claves para conducir al cambio de actitudes. Según Michaelis (1998), la introspección es la descripción personal en relación a los elementos y actitudes que implican la observación de uno mismo sobre sus procesos mentales, que llevan a la reflexión, a nuevos sentidos para la vida y por consiguiente, posibilita cambios de comportamientos.

Los tres procesos esenciales (ROMÁN, 2020) de la Biblioterapia, caracterizan esta terapia como un recurso noético mediado por la lectura que se relaciona con la Logoterapia por su aporte existencialista, que implica los procesos de pensamiento y reflexión, que son esenciales para la atribución de nuevos sentidos a la vida.

Conclusión

El abordaje del potencial noético y terapéutico, o mejor, logoterapéutico de la lectura, presente en la Biblioterapia, cuyo hincapié se encuentra en los textos literarios, contribuye para alargar los conceptos y beneficios de la lectura para la vida del ser humano, para el proceso de formación holística, con implicaciones en la superación de situaciones adversas, especialmente de las neurosis noógenas y así, implica en la calidad de vida, desde la perspectiva del sentido.

La lectura funciona entonces como instrumento de la Biblioterapia, puesto que esta actividad contribuye con la curación de procesos de sufrimiento emocional, existencial. Desde esta perspectiva, la Literatura asume características terapéuticas. En la Biblioterapia el libro literario puede ser pensado como un espejo que permite la identificación del lector con las situaciones del personaje y el descubrimiento de diferentes formas de resolver sus problemas y de encontrar nuevos sentidos para la vida.

De esa manera y desde una mirada Logoterapéutica, la lectura, especialmente la literaria, como herramienta de la Biblioterapia enmarca la presencia del aspecto noético, caracterizado por la reflexión de uno mismo, de las situaciones, por medio de la distancia que uno puede tomar para tener una mirada diferente y encontrar soluciones para los problemas y sentidos más coherentes con los intereses, valores y creencias, lo que representa un salto cualitativo en la vida.

Referências

ALLIENDE, F.; CONDEMARÍN, M. **A leitura**: Teoria, avaliação e desenvolvimento. 8 ed. Porto Alegre: Artmed, 2005.

ALONSO, G. **Biblioterapia y desarrollo personal**. Cuba: Editorial Ciencias Médicas, 2014.

ARISTÓTELES. **Arte Poética**. Trad. P. Nasseti. São Paulo: Martin Claret, 2007.

BENEDETTI, L.B. **Biblioterapia para pacientes adultos internados em uma unidade hospitalar**: Uma proposta de humanização. Porto Alegre: Instituto de informação

Comunicação e tecnologia em saúde. 2008. Disponível em: <http://arca.icict.fiocruz.br/bitstream/icict/.../2/Luciane.pdf>. Acesso em: 1 abr 2013.

BRITTO, L. P. L. **Inquietudes e Desacordos**: a leitura além do óbvio. Campinas: São Paulo Mercado de Letras, 2012.

BUBER, M. **Eu e tu**. São Paulo: Cortez Moraes, 1979.

CALDIN, C.F. A leitura como função terapêutica: Biblioterapia. **Revista eletrônica de Biblioteconomia**, 12, p. 1-16, 2001. Disponível em: <http://www.journal.ufsc.br/index.php/eb/article/viewFile/36/520>. Acesso em: 7 nov 2013.

COLASANTI, M. **Múltiplas leituras, múltiplos saberes**. Notícias, 4, p. 6-10, 2014.

CORCUERA. ¿Qué significa identificarse con un personaje de ficción? El caso de En mis ojos de Bastien Vivès. Instituto de Investigaciones Filológicas, UNAM. **Escritura e imagen**, v. 12, p. 129-147, 2016. ISSN: 1885-5687. <http://dx.doi.org/10.5209/ESIM.54033>.

DA SILVA, A. **Características da produção documental sobre biblioterapia no Brasil**. (Tese) – Universidad Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2005.

DEHAENE, S. **El cerebro lector**: Últimas noticias de las neurociencias sobre la lectura, la enseñanza, el aprendizaje y la dislexia. Traducido por María Josefina D'Alessi. Buenos Aires: Siglo Veintiuno Editores, 2014.

FRANKL, V. **El hombre doliente**. Fundamentos antropológicos de la psicoterapia. Barcelona: Herder, 1975.

_____. **La voluntad de sentido**. Barcelona: Herder, 1994.

_____. **La psicoterapia al alcance de todos**. Barcelona: Herder, 1997.

_____. **Ante el vacío existencial**: hacia una humanización de la psicoterapia. Barcelona: Herder, 2003a.

_____. Introducción: El hombre en busca de sentido. In: FRANKL, V. E. **La psicoterapia al alcance de todos**: Conferencias radiofónicas sobre terapéutica psíquica. Barcelona: Herder, 2003b. doi:10.2307/j.ctvt7x7nn.5, p. 13-25.

_____. **A vontade de sentido**. São Paulo: Paulus, 2011.

_____. **El hombre en busca de sentido**. Barcelona: Editorial Herder, 2013.

GUERRERO JIMÉNEZ, G. Vivir la lectura. Boletín virtual, v. 5, n. 7, p. 101-110, 2016.

GUIMARÃES, C.F. Texto e leitura: Uma abordagem histórico-cultural para a formação do leitor. **Afluentes**, v. 2, n. 5, p. 63-78, 2016.

JOUVE, V. **A leitura**. Tadução Brigitte Hervor. Campinas: Editora UNESP, 2002.

LANOSA, H. E. **Valores para una vida espiritual**. Buenos Aires: Pymedia S. A, 2016.

LEÓN. Escuchándote...me encuentro: experiencia de Biblioterapia, Unifé. **Avances en Psicología**, 28 (1), p. 139-150, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2020.v28n1.2119>. Acesso em: 10 ago 2020.

MARTINEZ, E. **La logoterapia de Viktor Frankl como psicoterapia contemporánea**. 2012.

MARTINS, M. H. **O que é leitura**. 5 ed. São Paulo: Brasiliense, 2006.

MEDRADO, S.O. **La lectura como promotora de la capacidad noética del auto-distanciamiento y de la asertividad**. (Tese) – Universidad Argentina John F. Kennedy, Buenos Aires/AR. 2019.

MEDRADO, S.O. El carácter subjetivo de la lectura: Una revisión sistemática de la literatura. **Calidad de vida y Salud**, 13, p. 100-133, 2020.

MICHAELIS, H. **Pequeno dicionário da língua portuguesa**. São Paulo: Melhoramentos, 1998.

MORENO MOSQUERA, E.; MATEUS, G. E. La lectura de textos científicos en el marco de la literacidad disciplinar. **Enunciación**, v. 23, n. 1, p. 16-33, ene/jun. 2018.

MUJICA. **La Biblioterapia**. Editorial Académica Española, 2012.

NOBLEJAS. **Pensar hoy un sentido trascendente para la catarsis aristotélica**. Universidad de Navarra. Pamplona: Biblioteca Virtual Josemaría Escrivá de Balaguer y Opus Dei, 1997.

ORTEGA Y GASSET, J. **Ensimismamiento y alteración**. Madrid: Alianza, 2014.

PINTOS, C.G. A. **Logoterapia em contos: O livro como recurso terapêutico**. São Paulo: Paulus, 1999.

RINCÓN RODRÍGUEZ. **Estado del arte y la fundamentación teórica y práctica del uso de la biblioterapia en la recuperación y el bienestar de pacientes en los centros de salud**. Pontificia Universidad Javeriana, 2013.

ROMÁN, A.M. **Imaginario social de exreclusos sobre la lectura y el sentido de la vida: la función de la biblioterapia en personas privadas de su libertad** (Tese) – Universidad Kennedy, Buenos Aires, Argentina, 2019.

ROMÁN, A. **Definición de biblioterapia.** 2020. Disponível em: <https://antonioroman.info/que-es-la-biblioterapia/>. Acesso em: 18 ago 2020.

ROUXEL, A. Práticas de leitura: quais rumos para favorecer a expressão do sujeito leitor? **Cad. Pesquisa**, v. 42, n. 145, p. 272-283, 2012.

SANTANA, A.; BUSTAMANTE, N. ¿Leer para estar bien?: prácticas actuales y perspectivas sobre la biblioterapia como estrategia educativo-terapéutica. **Investig. Bibl.**, México, 32 (74), ene./mar., 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.22201/iibi.24488321xe.2018.74.57918>.

VIGUERA, Y. C. **La biblioterapia y la selección de fuentes de información:** un ámbito de actuación para los profesionales de la Bibliotecología y la Ciencia de la Información. **Bibliotecas. Anales de Investigación**, v. 1, n. 13, p. 82-95, 2017.

VYGOTSKY, L. **Pensamento e linguagem.** São Paulo: Martins Fontes, 2008.