


Hacia una comprensión integral del ser humano: Aportes del pensamiento católico a la psicoterapia

Towards an Integral Comprehension of the Human Being:
Contributions of Catholic Thought to the Psychotherapy

Brian Cahuata Hernández

Universidad Católica San Pablo, Arequipa, Perú

 <https://orcid.org/0009-0001-0817-270X>

Correspondencia: becahuata@ucsp.edu.pe

Resumen

En la actualidad, la proliferación de modelos terapéuticos en el ámbito de la psicoterapia ha dado lugar a una diversidad tanto en la comprensión de la persona humana como en los métodos de intervención. Frente a este panorama plural, el presente artículo propone una comprensión integral del ser humano basada en los fundamentos filosóficos del pensamiento católico, así como en encíclicas y discursos que conciben al hombre como un ser espiritual, capaz del bien y orientado hacia la trascendencia, lo cual da sentido a su existencia. Se sostiene que esta perspectiva, lejos de limitar la práctica psicológica, puede enriquecerla al ofrecer una visión más profunda e integral de la persona. Dicha visión responde a los anhelos fundamentales de la naturaleza humana, como el amor, el sufrimiento y el deseo de trascendencia. En este marco, las acciones del psicólogo se ordenan en torno a la virtud y a la acción de la gracia santificante dentro del ámbito psicoterapéutico. Así, se propone una postura terapéutica que busca sanar y conducir al ser humano hacia una visión trascendente, fundamentada en la fe católica.

Palabras clave: Psicoterapia, antropología cristiana, pensamiento católico, trascendencia, virtud, espiritualidad.

Abstract

Currently, the proliferation of therapeutic models in the field of psychotherapy has led to a diversity in both the understanding of the human person and in intervention methods. This article proposes an unified, humanistic account



of the person based on the philosophical and theological foundations of Catholic thought, and informed by papal encyclicals and pastoral discourse that conceive of man as a spiritual being, oriented toward goodness and transcendence. Rather than limiting clinical possibilities, this perspective is presented as a resource that deepens gives meaning to his existence. It is argued that this perspective, enriches psychological practice, by attending to the fundamental longings of human yearning: love, meaning, suffering, and the desire for transcendence. Within this framework, the psychologist's actions are ordered around virtue and the operation of sanctifying grace within the psychotherapeutic domain. Thus, the proposed therapeutic stance integrates clinical rigorm with a pastoral senseibility that aims not to merely alleviate symptoms but seeks to heal and guide the human being towards a transcendent vision, grounded in the Catholic faith.

Keywords: Psychotherapy, Christian anthropology, Catholic thought, transcendence, virtue, spirituality.

Actualmente, el problema del hombre y la psicología no reside en la omisión del dato teológico en la psicoterapia, sino más bien en el eclecticismo epistemológico que domina diversas corrientes terapéuticas. En muchos casos, prácticas con raíces panteístas, esotéricas, orientales o de fuerte sesgo cultural son incorporadas de manera acrítica en los contextos clínicos. Estas corrientes, aunque diversas, revelan el interés del ser humano por alcanzar bienestar y satisfacción, muchas veces recurriendo a nociones trascendentes o espirituales que exceden su propia naturaleza.

En este sentido, *Gaudium et spes* sostiene que «la investigación metódica en todos los campos del saber, si se realiza de una forma auténticamente científica y conforme a las leyes morales, nunca será en realidad contraria a la fe, porque las realidades profanas y las de la fe tienen su origen en el mismo Dios» (Concilio Vaticano II, 1966,

p. 1054). Esta afirmación subraya la compatibilidad entre la búsqueda científica del conocimiento y la fe, siempre que ambas se mantengan dentro de sus respectivos principios rectores.

Por su parte, *Fides et Ratio* plantea la necesidad de una relación estrecha entre la reflexión filosófica moderna y la tradición cristiana, con el fin de prevenir la proliferación de ciertas posturas que afectan negativamente la búsqueda de la verdad (Juan Pablo II, 2007). En primer lugar, el eclecticismo, que carece de coherencia interna y de conexión entre sus ideas y postulados, lo que debilita su capacidad para reflexionar profundamente sobre la verdad. En segundo lugar, el cientificismo, que reduce el conocimiento únicamente a lo verificable por las ciencias empíricas. En tercer lugar, el pragmatismo, que tiende a prescindir de principios éticos fundamentales. Y, en cuarto lugar, el nihilismo, que niega

la existencia del ser y, por tanto, imposibilita el acceso a la verdad.

De manera complementaria, y haciendo énfasis en la educación de los profesionales de la psicología, la *Constitución Apostólica Ex Corde Ecclesiae* enfatiza que «en una universidad católica la investigación abarca necesariamente la consecución de una integración del saber, el diálogo entre fe y razón, y una preocupación ética y una perspectiva teológica» (Juan Pablo II, 1990, p. 14). Estos elementos son fundamentales en la formación de futuros psicólogos, ya que permiten una comprensión integral del ser humano. Solo desde una antropología completa, sustentada en principios filosóficos, metafísicos y teológicos, se puede ejercer la psicología como una verdadera ciencia del hombre, orientada no solo a su bienestar emocional, sino también a su realización trascendente.

Aportar a una guía que eleve las prácticas terapéuticas, basada en verdades que no dependan, en lo esencial, de circunstancias históricas, culturales o sociológicas, debe ser uno de los fines fundamentales de la práctica psicoterapéutica. Por ello, resulta indispensable partir de conceptos claros y sólidos acerca del ser humano, que, además, estén en armonía con la doctrina católica. Esto permite evitar el riesgo del relativismo cultural y proporciona una base estable para una intervención terapéutica verdaderamente integral y orientada al bien del ser humano.

En ese sentido, Paul Vitz et al. (2020) exponen algunas características de la persona humana desde la filosofía cristiana. Describen al ser humano como una unidad personal, cuyo principio animador es el alma. Esta unidad se despliega a través de la vocación y la virtud, que perfeccionan su naturaleza. Además, lo concibe como un ser relacional, y por tanto, capaz de amar. También lo caracteriza como un ser sensorial, perceptual y cognitivo; lo que le permite conocer de un modo específico. Finalmente, se refiere a la persona humana como un ser capaz de experimentar emociones, ejercer su libertad y, gracias a su racionalidad, mantenerse en una constante búsqueda de la verdad.

El ser humano, posee la capacidad de alcanzar aspectos trascendentales del ser, como conocer la verdad, el bien y apreciar la belleza. Y esta trascendencia le es propia por la relación con Dios, fuente y origen de todo. «El hombre no puede llegar a su plenitud como hombre si no es por la gracia. No puede llegar a ser plenamente sano y ordenado, si no es con la ayuda de la gracia» (Seligmann, 2009, p. 54). A este respecto, De Ruschi (2009), describe cinco elementos que demuestran la necesidad de la gracia, para la salud psíquica en la práctica terapéutica. La primera es la necesidad de alguien superior que asista a la naturaleza heridas de la persona y esté es Dios; en segundo lugar, la necesidad de vivir según la verdad plena, la cual solo se encuentra en Cristo; en tercer lugar, la necesidad del amor benevolente entre

paciente y terapeuta fundado en el amor del Padre; en cuarto lugar, encontramos la inclinación de la conciencia a Dios; y en quinto, la acción de las gracias actuales en la vida del terapeuta y también del paciente.

Estos cinco elementos buscan elevar la salud de la persona desde el desarrollo libre y consciente de la fe católica, de tal modo que, en lugar de ser una traba en la vida psíquica del individuo, le favorezcan en su despliegue.

El carácter humano no sólo se desarrolla a partir de las virtudes naturales, sino que, en orden a un fin sobrenatural (la contemplación de Dios) la personalidad humana se ve enriquecida con rasgos sobrenaturales (las virtudes infusas y teológicas), el principal de los cuales es la caridad, que se transforma en el centro dinámico de toda la personalidad cristiana. (Echavarría, 2008, p. 27)

En consecuencia, las nociones gnoseológicas resultan fundamentales para el desarrollo de una labor terapéutica sólida. En este contexto, es relevante destacar los aportes del Magisterio de la Iglesia y de diversos autores católicos tanto a la psicología como a la práctica clínica, ya que el Magisterio, al buscar custodiar la dignidad del ser humano, creado a imagen y semejanza de Dios, ofrece orientaciones valiosas para preservar dicha dignidad en el quehacer terapéutico. Con el propósito de enriquecer esta labor, la Iglesia ha señalado en distintos documentos y pronunciamientos la necesidad de partir de concepciones antropológicas adecuadas al referirse al hombre, considerando incluso la revelación como un punto de

referencia legítimo y profundo para la praxis psicológica.

La importancia de tener principios fundantes, como el conocimiento de las facultades de las personas humanas es necesaria para la práctica psicológica. El Papa Juan Pablo II en ocasión de un discurso al tribunal de la Rota Romana (1987) sostuvo que:

Algunas corrientes de la psicología contemporánea, no obstante, van, más allá de la propia competencia específica, se entrometen en este otro terreno y en él se mueven bajo el influjo de presupuestos antropológicos no conciliables con la antropología cristiana. De ahí las dificultades y los obstáculos en el diálogo entre la ciencia psicológica y la metafísica y también la ética. (Juan Pablo II, 1987, p. 594)

Juan Pablo II (1987), advierte que muchas corrientes de la psicología moderna adoptan presupuestos antropológicos incompatibles con la visión cristiana del hombre. Esta discrepancia obstaculiza el diálogo entre psicología, metafísica y ética. Por ello, insiste en que la práctica terapéutica debe estar fundada en una antropología coherente con la verdad sobre el ser humano. En palabras de Andereggen (1993): «alejarse del orden natural equivale a negar el proyecto divino para el hombre» (p. 72).

La filosofía y la psicología en la edad contemporánea, que es post cristiana, razonan a partir del vacío de la gracia explicitado por la cultura cristiana, y por eso, de algún modo, no tienen los instrumentos necesarios para escudriñar la profundidad del corazón

humano y ver que falta algo, y que eso que falta está reemplazado por el odio. (Anderegg, 2021, p. 268)

Para Pio XII (1953a):

La psicoterapia debe considerar al hombre bajo cuatro elementos para su ejercicio, el primero, el hombre como unidad psíquica, por lo que tiene diversas facultades espirituales y ordenadas a una noción trascendente; en segundo lugar, unidad estructurada, que entiendo al hombre como un ser ordenado bajo principios ontológicos, metafísicos, y bajo influjos ambientales y experienciales; en tercer lugar, se debe considerar al hombre como unidad social, ya que su mundo psíquico obedece a las relaciones con el exterior, que deben estar regidas por moralidad y la búsqueda del bien común; y en cuarto lugar, se debe considerar al hombre como unidad trascendente, ya que tiende a la verdad y al bien, y esta búsqueda tiene su fin en Dios. (p. 2)

Además, Pio XII (1953b) exhortó a los profesionales de la salud mental a reflexionar sobre «la existencia de cada facultad o función psíquica se justifica por el fin del todo. Lo que constituye al hombre es principalmente el alma» (p. 4); por lo que desarrollar una psicología sin alma es imposible.

En continuidad con este pensamiento, García-Alandere (2018), afirma que «la verdad filosófica y científica sobre el mundo y el hombre y la verdad revelada no pueden entrar en contradicción, más bien, se exige la una a la otra para un verdadero y pleno conocimiento de la realidad natural y humana» (p. 494). Pio XII (1953a) al referirse a la labor psicoterapéutica y la

búsqueda del bien, afirma que «cuando se considera al hombre como obra de Dios se descubren en él dos características importantes para el desarrollo y valor de la personalidad cristiana: su semejanza con Dios, que procede del acto creador, y su filiación divina en Cristo» (p. 2). Es clara la incidencia de las definiciones antropológicas que pueden servir de guía para la labor terapéutica. «Cualquier psicología digna de este nombre debe fundarse sobre un adecuado conocimiento de la naturaleza humana del sujeto concreto que quiere ayudar y conocer» (Anderegg, 1999, p. 60).

Citando al mismo autor, «ningún psicólogo podría con su terapia reemplazar la ley ni ayudar al sujeto a crearse una pseudo-ley subjetiva según las propias inclinaciones personales y las circunstancias de su vida —como en cambio pretenden solapadamente muchas teologías morales contemporáneas» (Anderegg, 1999, p. 64). «Postular, entonces, que existe un ámbito normativo gobernado por la ley natural es postular que existe un orden moral común que no está sujeto a acuerdos ni a convenciones humanas particulares» (Gómez-Lobo, 2006, p. 164). Por ende, al no relativizar las leyes morales surge la necesidad de practicar virtudes que ordenen la acción humana hacia un bien objetivo y no mudable, a partir del perfeccionamiento que se basa en la ley natural.

En esta línea, Vitz et al. (2020) afirma «que algunas de las patologías mentales pueden surgir de la violación de la ley

natural, ya que los corazones humanos que inicialmente poseían un impulso de amor, se convirtieron bajo el impacto del pecado en corazones de miedo y vergüenza» (p. 1797). Lo cual aleja al hombre de la armonía a la que está llamado, y lo envuelve en un bucle de desesperación.

Como señala Frankl (1962) «los especialistas se enfrentan a problemas existenciales, los cuales responden a una angustia espiritual y no clínica. El médico induce al paciente a interpretar el hecho como una enfermedad que debe curar, más que un desafío que se deba afrontar» (p. 94). Por tanto, muchos casos que se abordan en consulta psicoterapéutica, están relacionados con la experiencia de sufrimiento, y por ende en varias ocasiones necesitan una respuesta trascendente que justifique su dolor. A este respecto cabe señalar que «la única persona que puede estar completamente libre de neurosis es el hombre cuya vida tiene una genuina devoción a las obligaciones naturales y sobrenaturales de la vida, y estos son los santos» (Allers, 1931, p. 326).

Los santos son aquellas personas que se han connaturalizado con el bien Sumo, y esto se refleja en su mundo interior y exterior. A este presupuesto Vitz y Gartner (1989) refieren que el pecado lastima la capacidad de juzgar la realidad, por ende, se centra en consideraciones e inclinaciones erradas. En cambio, los santos tienen lo infundido por la gracia santificante que eleva sus conductas en todos los órdenes y niveles.

Adler (1912/1956) describe a los errores de juicio, generados por los vicios, y la llama complejo de inferioridad, la cual genera una respuesta de la persona para tapar sus propias miserias, esta respuesta puede generar en el hombre, mayor culpa o un desinterés marcado hacia su propia existencia, convirtiéndolo en alguien dañino para los demás.

Para curar una neurosis no es necesario un análisis que descienda hasta las profundidades del inconsciente para sacar no sé qué reminiscencias, ni de una interpretación que vea las modificaciones o las máscaras del instinto en nuestros pensamientos, nuestros sueños y actos. Para curar una neurosis es necesario una verdadera metanoia, una revolución interior que sustituye al orgullo por la humildad, al egocentrismo por el abandono. Si nos volvemos simples, podríamos vencer el instinto por el amor, el cual constituye si le es verdaderamente dado el desarrollarse- una fuerza maravillosa e invencible. (Allers, 1931, p. 338)

El hombre no puede pretender ser causa y fin de la felicidad, ya lo señala la *Suma Teológica* en (Aquino, 1964, I-II, q.2, a.8): «Algo del hombre, por parte del alma, pertenece al último fin, porque el hombre consigue la bienaventuranza mediante el alma». El hombre se realizará plenamente al participar del ser de Dios. «La bienaventuranza última del hombre, que es su perfección última, no puede consistir en el conocimiento de las cosas sensibles; pues nada inferior perfecciona algo superior» (Aquino, 1964, I-II, q.3, a.6). Por ello, ordenar el ejercicio terapéutico a Dios, dará un gran salto en la experiencia vivida por el paciente, y dará frutos en el terapeuta.

En el orden de la psicoterapia será terapéutico todo aquello que suscite o secunde el orden natural, es decir, la intervención no será terapéutica si transgrede el orden natural. Todo proceso psicoterapéutico, llámese de crecimiento, de madurez, de sanación, de liberación de complejos e inhibiciones psicológicas, lleva consigo un aumento en la capacidad de autogobierno y autodeterminación; ello supone un incremento en la libertad interior. (Verdier, 2014, p. 89)

A este respecto, García-Quezada (2007), refiriéndose a *Evangelii Nuntiandi*, sostiene que el hombre es capaz del bien y, por ende, puede cultivarlo libremente. Por lo que entender el desarrollo virtuoso como un medio, para adherirse al bien, es condición para la educación o reeducación del carácter y la personalidad.

Pérez-Soba (2021), citando a santo Tomás de Aquino, sostiene que «toda agente obra por un fin, y este fin es un bien deseado y amado»; por ello, el principio de la acción libre es el amor voluntario hacia el bien. El amor, en este sentido, actúa como principio y fundamento de las acciones humanas, lo cual puede entenderse como la virtud de la caridad, orientada al bien que se funda en el Ser Sumo. A partir de esto, se comprende que las personas actúan movidas por un objetivo, un sentido, y un orden en sus acciones. De ahí la importancia de concebir al ser humano como un ser creado por amor y para el amor. Este principio resulta especialmente potente como base para la sanación interior y para el desarrollo de vínculos sanos con su entorno.

Cabe destacar que muchas propuestas actuales en psicología se centran en el bienestar emocional, y en ocasiones lo abordan desde categorías como el merecimiento o el simple deseo. Sin embargo, Nancy Benvenge (1998), citando a Newman, sostiene que Dios otorga un propósito a los males que aquejan a la humanidad; es precisamente en esta dimensión donde se abre la posibilidad real de afrontar la adversidad. Parece que muchas corrientes actuales no toleran la idea del sufrimiento ni están dispuestas a otorgarle un sentido, como si la sola autodeterminación bastara para evitarlo. Sin embargo, la autotrascendencia constituye la esencia misma de la existencia humana. El encuentro con otra persona, especialmente en clave de fe, resulta fundamental para reorientar la vida. Como señala san Pablo, muere el hombre viejo y nace el nuevo. Este renacimiento es posible gracias a una relación auténtica con la fe, la cual impregna la vida del ser humano con un ideal que la transforma profundamente.

En conclusión, la psicología, en cuanto ciencia que busca comprender y acompañar al ser humano, no puede desvincularse de una visión integral de la persona. Esto implica una apertura decidida hacia la verdad del hombre, lo cual exige la incorporación de fundamentos filosóficos, antropológicos y teológicos. A pesar de la legítima individualidad de cada profesional, la labor terapéutica requiere estar sustentada en principios sólidos que respondan a la naturaleza humana en su totalidad. Esta orientación no solo fortalece la práctica psicológica, sino que la

eleva hacia una dimensión trascendente, donde el verdadero crecimiento y plenitud del ser humano pueden desplegarse plenamente. El hombre, en definitiva, es un ser teológico, creado por amor y para el amor, y su sanación y desarrollo más profundo solo pueden comprenderse a la luz de esa verdad.

Financiamiento

La presente investigación fue autofinanciada.

Conflictos de interés

El autor declara que no tiene conflictos de interés.

Referencias

- Adler, A. (1912/1956). *El carácter neurótico*. Paidós.
- Allers, R. (1931). *Naturaleza y educación del carácter* (H. Rodríguez Sanz, Trad.). Editorial Labor, S.A.
- Andereggen, I. (1993). Psicología postmoderna y mística. *Revista de la Facultad de Teología de la Pontificia Universidad Católica Argentina*, 61, 65-78.
- Andereggen, I. (1999). Santo Tomás de Aquino. *Sapientia*, 54, 59-68. <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/12667>
- Andereggen, I. (2021). La vida en Cristo. La necesidad de la gracia para la vida moral. *Espíritu*, 70(162), 257-282.
- Aquino, T. de (1964). *Suma teológica*. Biblioteca de Autores Cristianos.
- Benvenga, N. (1998). Frankl, Newman and the meaning of suffering. *Journal of Religion and Health*, 37(1), 63-65.
- Concilio Vaticano II (1965). *Gaudium et spes: Constitución pastoral sobre la Iglesia en el mundo actual*. Libreria Editrice Vaticana.
- De Ruschi, M. (2009). Necesaria apertura de la labor terapéutica a la vida sobrenatural. En *Psicología y visión del hombre desde la fe* (pp. 315-337). Universidad Católica San Pablo.
- Echavarría, M. (2008). El problema de la psicología contemporánea en su relación con la fe cristiana. *Humanitas. Revista de Antropología y Cultura Cristiana*, 13(49), 87-99.
- Frankl, V. (1962). Psychiatry and men's quest for meaning. *Journal of Religion and Health*, 1(2), 93-103.
- García-Alandete, J. (2018). Psicología y psicoterapia en el magisterio de Pío XII. *Espíritu*, 67(56), 493-517.
- García-Quezada, A. (2007). La noción de cultura en el horizonte evangelizador: Consideraciones ante el umbral de Aparecida. *Humanitas. Revista de Antropología y Cultura Cristiana*, 12(46), 300-309.

Gómez-Lobo, A. (2006). *Los bienes humanos. Ética de la ley natural*. Mediterráneo.

Juan Pablo II (1987). La incapacidad psíquica y las declaraciones de nulidad matrimonial: Discurso del Papa al Tribunal de la Rota Romana (5.II.87). *Ius Canonicum*, 27(54), 593-598. <https://doi.org/10.15581/016.27.18974>

Juan Pablo II (1990). *Ex Corde Ecclesiae: Constitución apostólica sobre las universidades católicas*. Libreria Editrice Vaticana.

Juan Pablo II (2007). *Fides et ratio: Sobre las relaciones entre la fe y la razón* (Carta encíclica). Paulinas.

Pérez-Soba, J. (2021). El papel de los afectos en la acción humana: Una exégesis de *S. Th.*, I-II, q. 28, a. 6. *Scripta Theologica*, 53, 625-663.

Pío XII (1953a). Discurso del Santo Padre a los participantes del V Congreso de Psicoterapia y Psicología Clínica. La Santa Sede.

Pío XII (1953b). *Nous vous souhaitons* [Discurso]. V Congreso Internacional de Psicoterapia y de Psicología Clínica. La Santa Sede.

Seligmann, Z. (2009). La confianza en la gracia: fundamento y guía principal de la tarea del psicólogo. En *Psicología y visión del hombre desde la fe* (pp. 53-70). Universidad Católica San Pablo.

Verdier, P. (2014). Hacia una psicología sana. *Humanitas. Revista de Antropología y Cultura Cristiana*, 73. <https://www.humanitas.cl/filosofia/hacia-una-psicologia-sana>

Vitz, P. C., & Gartner, J. (1989). The vicissitudes of original sin: A reply to Bridgman and Carter. *Journal of Psychology and Theology*, 17(1), 9-12.

Vitz, P. C., Nordling, W. J., & Titus, C. S. (Eds.). (2020). *A Catholic Christian meta-model of the person: Integration with psychology and mental health practice*. Divine Mercy University Press.

Recibido: 15 de setiembre de 2025

Revisado: 30 de octubre de 2025

Aceptado: 24 de noviembre de 2025