

## REALISMO EXISTENCIAL

### I. Qué es

El realismo existencial es un esfuerzo del razonar que desea mantenerse, ante todo, dentro de las estrictas posibilidades de la misma razón. Es decir, sin recurrir ni invocar nada que pueda estar más allá de ella, como serían -por ejemplo- las creencias, fueran las que fueran.

El punto de partida consiste en que cada persona paladee el sencillo hecho de estar existiendo, y sienta la sorpresa de saber que existe, pudiendo no haber existido. Esa sorpresa de existir puede entonces provocar una oleada de gozo, la alegría desangustia de haber podido no ser y sin embargo estar siendo.

El realismo existencial fue iniciado y desarrollado por el Dr. Alfredo Rubio de Castarlenas (Barcelona, 1919-1996), y ha dado lugar a numerosas iniciativas, tesis y cursos universitarios por sus amplias repercusiones y consecuencias individuales, grupales, sociales.

Según el filósofo Francesc Torralba, esta aportación pertenece a la *philosophia cordis*, dado que es una concepción del mundo enraizada en una experiencia real de la vida vivida con intensidad<sup>1</sup>. La *alegría de existir* es fruto, no del pensamiento o del razonar, sino de la patencia de estar existiendo. Se trata de una forma de afirmación que mana de la experiencia de estar vivo.

Afirma Alfredo Rubio que este *sentir que existimos*, frente a millones de posibilidades de no haber existido nunca, hace brotar una alegría precisamente por existir en medio de la total oscuridad de la no existencia. Y esta vivencia del existir que uno siente es previa al razonar. "Esta evidencia de existir (que primero hay que saborearla pausadamente para poder luego hablar de ella con seriedad) no es una abstracción. ¡Es, justamente, lo más real! Y pletórica de consecuencias. El realismo existencial desea unir en nuestro pensar la realidad y la existencia; la realidad real de nuestro ser. No es una metafísica-fuera-de-nosotros, idealista y con tanta abstracción que el ser se volviera casi como un fantasma. El ser está en nosotros, que es donde encontramos primero la base más cercana, clara y real, para la posible elaboración de una teoría del ser. En nosotros el ser no es extranjero. Nos es cotidiano y diáfano, aunque esa diafanidad nos siga dejando en penumbra -y eso es bellissimo- el insoslayable misterio."<sup>2</sup>

Según Torralba, esto no quiere decir que sea un puro sentimentalismo, un puro romanticismo emotivo, ya que el realismo existencial, como cualquier otra concepción filosófica, tiene una lógica interna, una estructura racional. Con todo, el corazón es la fuerza motriz y la *dynamis* de esta cosmovisión.

El realismo existencial tiene una estructura propia y singular que se vertebra alrededor de las siguientes categorías:

#### 1.1. La experiencia radical

Mi existencia es la primera evidencia vital, no intelectual o lógica. La primera evidencia no es el acto de pensar (el *cogito* cartesiano), sino el existir. Existo: es evidente. Estoy presente en el mundo. Percibo otros seres a mi alrededor. Me doy cuenta de que soy alguien con una identidad propia, alguien que está llamado a llegar a desarrollarse en plenitud según su propio ser.

El hecho de existir pudiendo no haber existido, genera sorpresa. Y cuando se paladea el hecho de estar vivo, surge el gozo de poder respirar, contemplar, comunicarse, amar, pensar, imaginar... El existir posibilita todos los otros gozos posteriores. Por eso Rubio expresa esta primera evidencia con una exclamación: "¡Sí ¡qué gozo existir! Haber contemplado olorosamente una magnolia, haberme estremecido muchas miradas mirándome... rozarme una palabra amiga... esculpir unos proyectos..."<sup>3</sup>.

Esta alegría y este gozo no pertenecen al ámbito únicamente psicológico o ético (como fruto de experiencias positivas o gratificantes, o de unos hechos éticamente aceptables). Se trata de vivencias referidas al nivel del ser, a una realidad óptica de la que a veces puede apenas tenerse conciencia o

1 F. Torralba: El realismo existencial, *philosophia cordis*. Revista RE num. 39, Barcelona, julio 1996

2 A. Rubio: *Una nueva actitud: el realismo existencial*, Jornadas Interdisciplinares: ADOLESCENTES DE LOS NOVENTA. ABRIR CAMINOS A LA PAZ, Ámbito de Investigación y Difusión María Corral. Barcelona 1989.

3 A. Rubio: *22 Historias clínicas progresivas de realismo existencial*. Barcelona, 2008 (5a. ed).

capacidad para describirla con palabras.

### **1.2. La gratuidad de existir**

La segunda evidencia es la gratuidad de existir. Existo, pero podía no haber existido. Me doy cuenta de que mi existencia no es necesaria, sino contingente y precaria. Si mis padres no se hubieran conocido y encontrado justamente en aquel momento, yo no habría existido nunca. Mi existir es totalmente gratuito. No he realizado ninguna acción meritoria para existir, no he pagado ningún precio para empezar a ser. Es algo que se me ha dado y sin lo cual nada de lo que he recibido sería posible. Dice Rubio: "Cuando pienso, siento, que ciertamente podía no haber existido, un estremecimiento implacentero me recorre la médula de mi ser. Y casi a la vez, en una oleada contraria, gozo la exultante alegría de ser, de existir ."

### **1.3. La fragilidad óptica**

La tercera evidencia es la fragilidad de la existencia. Existo, pero mi existencia es contingente, extremadamente débil y vulnerable. Soy, pudiendo no haber sido nunca. Además soy limitado; no elegí las coordenadas históricas de mi existencia, ni a mis padres y hermanos, ni las circunstancias de mi vida. Mi existencia está constantemente amenazada por dificultades y sufrimientos, y tengo el horizonte cierto de la muerte. Soy, pero dejaré de ser. Rubio manifiesta esta fragilidad óptica de esta forma: "Soy algo que antes ni era. Que empezó a ser. Que ahora estoy siendo. Un día -¿una noche?- sé que cesará este modo de vivir. Lo recuerdo siempre, pero no me importa. Vivo."

### **1.4. La aceptación del otro y de uno mismo**

Ante la existencia misma y sus circunstancias, que me son dados, el realismo existencial se convierte en una propuesta que, ésa sí, se dirige a la libertad del individuo: la aceptación del propio ser tal como es, lo cual incluye la fragilidad óptica propia y ajena, así como sus potencialidades de desarrollo y su semilla de futuro. El camino de la felicidad, de la madurez personal y la serenidad existencial, radica en el paladeo simple y humilde del existir como regalo gratuito, en el conocimiento de los propios límites y posibilidades; en síntesis, la aceptación de la propia existencia tal y como es.

Según Torralba, "Cuando la persona pretende ultrapasar sus límites ópticos, cuando se obstina en no reconocer el carácter transitorio y fugaz de su vida, entonces está en peligro de caer en la autodeificación. Yo no soy el Ser necesario, ni soy el centro del universo. Soy un ser contingente que es consciente de su indigencia y además soy un fragmento más de la heterogeneidad del universo. Todos los seres participamos de la misma precariedad, de la misma fragilidad óptica. Desde este punto de vista, todos somos hermanos en existir. Todos los seres participamos de la misma fraternidad óptica: el pájaro, el árbol, el hombre, la mujer. El ejemplo sublime de esta fraternidad cósmica es san Francisco de Asís. Tras el realismo existencial se respira un cierto franciscanismo. Dice Rubio en un texto: "Tenemos que aceptar a todos, ¡a todos! O ¿es que no son consecuencia ineludible del mismo pasado gracias al cual existo?".<sup>4</sup>

Esta aceptación, lejos de desembocar en la angustia existencialista o en un conformismo pasivo, evita el desgaste de energías en desear ser lo que no se es, y en cambio libera las enormes potencialidades de cada persona y de los grupos para ser en plenitud y para trabajar en el campo que elija para mejorar las condiciones de la propia vida y la de los demás.

### **1.5. La aceptación de la muerte**

La muerte es el gran límite de la vida humana. La muerte es connatural al ser humano como a todos los seres vivos. No puede detenerla ni puede anularla. Es parte de sí mismo. Aceptarla es la forma más radical de aceptación de la vida tal como es. No aceptarla convierte al hombre en un ser inquieto y desasosegado, profundamente atormentado. La muerte confiere seriedad a la existencia personal. No vivirá siempre. El regalo que me ha sido concedido - la existencia - es caduco. Esto quiere decir que mi vida es única e irrepetible y que tengo que disfrutarla y vivirla con máxima plenitud sabiendo que terminará algún día; incluso que ese día puede ser hoy mismo. Debo custodiarla y procurar vivirla saludablemente, pues es un bien -al igual que la de todos mis contemporáneos de cualquier condición-. La lección de la muerte es clave para evitar la frivolidad. Toda la filosofía, como dice Montaigne en sus ensayos, es una preparación para la muerte. Dice Rubio: "La máxima lección (...) que puede dar a sus hijos, que también han de fenecer, es ésta: aceptar con alegría, el morir. Éste es el básico secreto para vivir con felicidad la vida".<sup>5</sup>

---

4 F. Torralba, op. cit.

5 A. Rubio, *22 historias clínicas progresivas de realismo existencial*, p. 59

Nótese que una visión realista existencial no entra en las consideraciones religiosas sobre la muerte y las posibilidades de una vida después de ésta. No niega esas posibilidades, tampoco las afirma; simplemente dice que la aceptación alegre de la propia existencia conlleva también la de sus límites y caducidad. Sí afirma, en cambio, que una actitud humilde es la mejor postura para abrirse, en su caso, a cualquier revelación trascendente que pudiera advenir.

## II. Marco conceptual<sup>6</sup>

### 2.1. Realismo versus idealismo

Las palabras “realismo” y “existencial” tienen cada una por separado un peso y una tradición en la historia del pensamiento occidental, pero juntas forman un binomio nuevo e integrador.

El realismo es, en términos generales, una tendencia filosófica que parte de la afirmación de la realidad extramental, es decir, de la afirmación del ser más allá de la conciencia. El realismo parte de la dualidad sujeto y objeto. Hay un sujeto que contempla el mundo y hay un objeto (la realidad) que es contemplada por el sujeto. Aristóteles es el primer exponente filosófico del realismo ontológico, después le seguirá Tomás de Aquino y otras corrientes de enorme importancia.

El realismo se contrapone fundamentalmente al idealismo, que considera que propiamente no hay objeto, que no hay realidad extramental, sino que sólo hay sujeto, un sujeto que construye el mundo desde su identidad. El idealismo niega que la realidad exterior tenga una identidad ontológica. El máximo exponente de esta corriente es Berkeley, que dice textualmente “el ser es aquello percibido”. Sólo hay ser si hay sujeto que percibe. El punto culminante del idealismo lo representa el idealismo alemán de Hegel, Fichte y Schelling.

El realismo existencial parte de la afirmación de la realidad. Es, por tanto, una filosofía del ser y no de la conciencia. Hay realidad y esta realidad es plural, sugerente, bella, armoniosa y rica desde el punto de vista metafísico. Vivir es participar de esta realidad, es disfrutar de todos los bienes y disfrutar máximamente de ellos.

### 2.2. Existencialismo versus esencialismo

El esencialismo es aquella corriente metafísica según la cual cada realidad tiene una esencia ideal prefijada con anterioridad y que define la naturaleza de cada cosa. El platonismo es claramente esencialista. Hay un mundo de esencias puras y un mundo empírico y terrenal. Este segundo mundo es la imagen grotesca del primero. Según el existencialismo, en cambio, la existencia precede a la esencia.

Esto significa que el hombre en sí mismo no es nada, sino que llega a ser algo en la medida que existe, en la medida que construye un proyecto libre con su existencia. No se puede definir la esencia del hombre antes que su vida. Es aquello que va siendo a lo largo de su existencia. Según el existencialismo, la precedencia de la existencia respecto a la esencia es lo que garantiza la libertad. El hombre es libre porque no está predeterminado de entrada, sino que es capaz de construir un proyecto libre con su existencia a través de la creatividad y la actividad responsable.

El realismo existencial es, pues, la afirmación de la realidad exterior vivida de forma intensa. El hombre no está determinado, ni prefijado de entrada, sino que actúa y se desarrolla libremente en este espacio real. A medida que actúa va definiendo su naturaleza y su esencia. En el existencialismo francés de raíz atea, la existencia es interpretada como una losa, como una carga pesada que el hombre arrastra sobre sus hombros. En la obra de Rubio, existir no es un peso, ni una calamidad, ni un error, sino un gozo, un gozo pleno y radical. El vitalismo moderado recorre toda la obra de Rubio.

## III. La humildad óptica<sup>7</sup>

La humildad óptica es un concepto acuñado por Alfredo Rubio de Castarlenas en el contexto del realismo existencial. Consiste en la aceptación alegre de ser uno mismo quien es y como es: con límites no sólo por su principio y por su final, sino limitado en su ser, en el modo de vivir y en las propias capacidades: uno envejece, es enfermable, su inteligencia también tiene límites -incluso como colectivo, la inteligencia humana presente, así como sus hallazgos acumulados a lo largo de la Historia, tienen límites-. Uno es fruto de otros seres humanos igualmente limitados, con virtudes y defectos; proviene de una historia polivalente en la que hay grandes logros y también sufrimientos y guerras; sus proyectos pueden cumplirse, o bien verse truncados por el devenir de acontecimientos que no domina; está

---

6 F. Torralba, op. cit.

7 L. Soberón, *La humildad óptica en la solución de conflictos*. Revista de Conflictología #1, Barcelona, Abril 2000

acompañado en el mundo por unos contemporáneos asimismo limitados, que no escogió ni lo escogieron como compañero de viaje.

La humildad óptica va, pues, más allá de la humildad en sus acepciones psicológica o religiosa. Podría decirse que es una forma básica de abrazar la propia realidad desnuda, y por ello está en estrecha relación con aquellas otras dos formas de humildad, con las que podría compartir la formulación de Teresa de Ávila: "La humildad es andar en la verdad". En este caso se trata de aceptar, con todas sus consecuencias, las reales condiciones de nuestro modo de existir en el universo. Somos quienes somos y como somos, o nada: ser yo es mi única posibilidad de existir.

La persona *humilde óptica* deja de desperdiciar energía y tiempo en desear ser algo que no es, o en lamentarse por aquellos aspectos de su vida que no podrá cambiar jamás, tales como su origen, la historia anterior a ella o las coordenadas en las que nació. En cambio, reconciliada con su realidad, es más proclive a la contemplación de la belleza, tiene capacidad de desarrollar más armoniosamente sus reales potencialidades y puede abrirse a la amistad y la colaboración con sus contemporáneos para mejorar el mundo, paliando las consecuencias negativas actuales de los acontecimientos históricos que dieron lugar a su existencia. Comprende su ser en clave de "gratuidad", pues ve que no hizo nada para existir y puede, todo lo más, cuidarla de modo que sea larga y gratificante, pero no puede prolongarla indefinidamente. Y además, la persona sana en su ser nota cómo está hermanada con los demás seres humanos que la rodean. Sus contemporáneos son fruto del mismo proceso histórico; se percata de esa fraternidad básica de la existencia: nadie pidió existir, todos estamos aquí pudiendo no haber existido. Esta fraternidad existencial es el fundamento de una buena querencia y una solidaridad básica respecto a cualquier ser humano.

Como síntesis pueden señalarse dos aspectos que se destacan en la humildad óptica:

- La serena -e incluso alegre- aceptación de la muerte, pues "sólo los que no existen, no mueren". Si muero, quiere decir que existo.

La humildad de la razón. La maravillosa capacidad humana de comprender, de analizar, de conocer, ha sido ocasión de innumerables bienes y también de grandes tragedias. Rubio promueve sin duda el ejercicio amplio y gozoso de la razón, espléndida en su despliegue para plantear preguntas e investigar el cosmos y al hombre mismo, de manera interdisciplinar, en abierto diálogo entre las ciencias. Eso sí, recordando que la razón es también limitada; no puede suponerse que es un destello de omnisciencia o que agotará por sus solas fuerzas todas las preguntas que ella misma plantea. Asumida y ejercitada en su real dimensión, es más fácilmente factor de crecimiento y verdadero avance para la humanidad.

Links útiles:

[www.realismoexistencial.org](http://www.realismoexistencial.org)

[www.ambitmariacorral.org](http://www.ambitmariacorral.org)

[www.albertiana.org](http://www.albertiana.org)

[www.cartadelapaz.org](http://www.cartadelapaz.org)