



**VIKTOR
FRANKL**

Logoterapia y análisis existencial

Textos de cinco décadas

Herder

IN MEMORIAM
OTTO PÖTZL^[1] **INTRODUCCIÓN**

La Universidad de Viena otorgó al Profesor Dr. Viktor Frankl el título de doctor honoris causa en ciencias el 14 de mayo de 1986. Fue el duodécimo título honoris causa de Frankl y para mí como *laudator* de este acontecimiento fue un motivo de echar una mirada retrospectiva a la obra y a la vida de un hombre que yo mismo tuve la suerte de conocer como joven estudiante hace más de 30 años.

Pronunciar la *laudatio* no fue una tarea complicada: no resulta difícil ensalzar a un hombre del que, desde 1946, han aparecido nada menos que 27 libros en 21 idiomas (¡entre otros, una edición en 7 volúmenes de su obra completa en japonés!). Destacar los méritos del autor de *El hombre en busca de sentido*, una obra que a nivel mundial tuvo nada menos que 149 ediciones hasta hoy, ensalzar a un científico del que, apremiado por el tiempo, como *laudator* uno solo puede reproducir de forma ejemplar los homenajes y distinciones, debería constituir una tarea sencilla, de no existir otro problema: el de escoger entre la inmensa cantidad de sus obras lo que fue decisivo para él, para sus tesis y para su evolución.

Entonces, tuve que tomar mi decisión a solas, y el mismo Viktor Frankl confirmó mi selección. Cuando, en esta ocasión, se me rogó hacer una introducción para una obra que pretende resumir «textos de cinco décadas», fue grande mi curiosidad por saber qué aspecto tendría esta selección. Recordaba muy bien que su primera publicación había aparecido ya en 1924: una fecha que desconcierta, si se

piensa en el año de su nacimiento, 1905. Con solo 19 años había publicado en la revista internacional de psicoanálisis un artículo sobre el origen de la afirmación y negación mímica al que había precedido una correspondencia que el estudiante adolescente había tenido con Freud durante muchos años. Solo dos años más tarde presentó una ponencia de principios, como joven estudiante de medicina, en el Congreso Internacional de Psicología Individual.

Ya entonces encontramos la característica esencial de Viktor: la voluntad inamovible de tomar un camino propio. Y quien decide así, tiene dificultades para ser aceptado por las instituciones establecidas. Las discrepancias, insinuadas ya en la mencionada ponencia de principios, respecto a las posiciones académicas ortodoxas de la psicología individual se agravaron y finalmente llevaron a la ruptura con Adler, por cuyo deseo expreso Frankl fue excluido en 1927 de la Asociación de Psicología Individual.

El artículo *El encuentro de la psicología individual con la logoterapia* presenta una visión conciliadora de esta fase de evolución que para Frankl representó un paso necesario en su propio camino. Parece que ya entonces veía claro que el psicoanálisis se propone adaptar el hombre a la realidad mientras que la psicología individual pretende una conformación de esta realidad —una serie de niveles en la que ya al joven Frankl le parecía que faltaba la posición siguiente, última y decisiva—. Ésta se describe en el artículo *Problemática intelectual de la psicoterapia*.

El paso fundamental, más allá de la adaptación y de la conformación, es la asunción de responsabilidad: ser yo quiere decir ser responsable. De esta forma, hay que postular como nivel supremo el del descubrimiento de sentido, el descubrimiento de aquellos valores que puede realizar el individuo en el destino concreto de su vida. Ya en este tra-

bajo escrito en 1938 pone de manifiesto que no somos nosotros sino que es el mismo enfermo quien debe decidir. Decidir ante quién se siente responsable (sea ante Dios o ante su conciencia) y de qué se siente responsable, es decir, qué sentido encuentra en su vida.

Ya en estas obras tempranas de finales de los años 30, Viktor Frankl sitúa en el centro de sus reflexiones el problema de la aparente carencia de sentido de la existencia y reivindica el sorprendente paso terapéutico de la conversación dirigida en el sentido de una cosmovisión.

En ello se vislumbra y se esquiva un escollo peligroso: es decir, que no se puede ofrecer o incluso imponer un determinado punto de vista, sino que más bien la actitud sin compromisos y sin pretensión proselitista debe ser un dogma clave de la actividad del psiquiatra. Frankl pronuncia esto de forma clara y vinculante en *Autorreflexion psiquiátrica*. «Es irrelevante qué visión del mundo elige una persona. Lo decisivo es que posea una visión del mundo.»

Esta actitud tolerante ni siquiera se detiene ante la esfera religiosa: En la conferencia *El hombre en búsqueda del sentido último*, pronunciada cuando se le concedió el premio Oskar Pfister, se establece el puente hacia la religión con todas las consecuencias para la actividad psiquiátrica. Sin embargo, la concepción que Frankl tiene del término «religión» es tan amplia que se pueden incluir en ella el agnosticismo e incluso el ateísmo.

En su autobiografía, Viktor Frankl cuenta cómo, a la edad de más o menos 4 años, se despertó sobresaltado con la idea de que también él debía morir algún día. ¿Fue este impulso temprano el que le hizo formular de forma tan clara la cuestión central: ¿Cómo se puede armonizar el sentido de la vida con su carácter efímero? Ya como estudiante

adolescente Frankl se enfrentó, animado entre otros por Gustav Theodor Fechner, con ideas que debía discutir más tarde con Martin Heidegger. De modo que para él, desde un principio, el ámbito conceptual está integrado en la actividad psiquiátrica.

En *Filosofía y psicoterapia* se reivindica de forma inequívoca que el psiquiatra no debe «tratar pasando por alto» decisiones cosmovisivas y valores personales del paciente. Las neurosis surgen a causa de posturas cosmovisivas muy precisas y/o se mantienen gracias a ellas. Y en modo alguno es una casualidad que Frankl haga referencia en su artículo *Rudolf Allers como filósofo y psiquiatra* a una cita literal de su profesor de fisiología: «Todavía no he visto ningún caso de neurosis en el que no se haya revelado como último problema y como último conflicto una, si así se quiere llamar, cuestión metafísica sin resolver...»

Como si el destino quisiera medir a Frankl en sus propias tesis, este camino perseverante y con éxito sufre una ruptura repentina: Es separado a la fuerza de su trabajo como médico jefe del Hospital Rothschild y llevado a varios campos de concentración (entre otros a Auschwitz). ¿Qué decir de estos años en los que perdió en los campos de concentración a su primera mujer, a su padre, a su madre y a su hermano? Frankl mismo habla de una forma totalmente desapasionada de un gran *experimentum crucis* para sus ideas sobre el descubrimiento de sentido ya formuladas claramente entonces: «La sobrevivencia solo se puede conseguir gracias a una orientación hacia el futuro, hacia un sentido cuya realización es esperada en el futuro.»

¿No parece una ilustración concisa del destino el hecho de que Frankl perdiese el manuscrito de *Ärztliche Seelsorge* (Cura psiquiátrica) y que el deseo de su reelaboración se convirtiera en uno de los impulsos decisivos para su

sobrevivencia? En *Psicología y psiquiatría del campo de concentración*, Frankl describe de forma fría y cortante la situación límite de una existencia permanentemente provisional y de la incertidumbre continua del fin. Sin embargo, tuvo no solo la fuerza de sobrevivir, sino también la de permanecer fiel a sus principios con serena sensatez incluso después de su vuelta del campo de concentración. Con decisión se opone a la idea de una culpabilidad colectiva y escribe en 1947 en *Die Existenzanalyse und die Probleme der Zeit* (El análisis de la existencia y los problemas de la época): «Si hay una responsabilidad colectiva, ésta solo puede ser una responsabilidad planetaria. Una mano no debe presumir de que no es ella sino la otra la que está afectada por un absceso; pues siempre es todo el organismo el que ha caído enfermo.»

En 1947, en *Zeit und Verantwortung* (Tiempo y responsabilidad), Viktor Frankl condensa su actitud diferenciada y marcada por una posición básica positiva —dar vida a algo a través del amor— contraponiendo un *Amo ergo est* al *Cogito ergo sum* de Descartes.

El puente entre filosofía y psicoterapia —realizado por Frankl tanto en su doctrina como en su vida— no debe hacer olvidar, sin embargo, otro componente decisivo: su entusiasmo científico-experimental. En su esbozo autobiográfico relata que ya a la edad de tres años había manifestado el deseo de ser médico y que podía presentar también algunas ideas para comprobar los efectos de medicinas (que, sin embargo, no deberían corresponder en modo alguno a los estándares actuales).

De todos modos, la psicología experimental fascinó tanto a Frankl que se doctoró en la asignatura principal de psicología en 1949 en Viena. La idea central de que, junto al nivel noético y psicológico, no se debe pasar por alto el

ámbito biológico, sin duda explica también que ya en 1939 presentase el estudio *Sobre la ayuda de los fármacos en la psicoterapia de las neurosis*. Así que sorprenderá solo al profano el hecho de que Pöldinger en su *Kompendium der Psychopharmakotherapie* (Compendio de la psicofarmacoterapia) cite a Frankl como uno de los primeros que pudieron informar sobre resultados positivos de tratamiento en depresiones ansiógenas a través de esteres de glicerina y de que lo coloque entre los pioneros de la investigación sobre tranquilizantes.

No obstante, tampoco aquí se ve el «útil» fármaco como algo aislado. Según la convicción de Frankl, tiene más bien el valor de un *doping* «dentro de una lucha para la que el enfermo tiene que haber recibido con anterioridad el arma de manos del psicoterapeuta». Esta frase escrita en 1939 parece hoy día más importante que nunca, en una época que está marcada por el convencimiento de que hay y debe haber una píldora para y contra todo.

El carácter abierto de Viktor Frankl frente a la psicología experimental también fue el estímulo para que ya en 1972 se me presentase la oportunidad de dirigir el primer estudio empírico en forma de tesis *Logotherapie als Persönlichkeitstheorie* (Logoterapia como teoría de la personalidad) de Elisabeth Lukas. A este trabajo le siguió una larga serie de estudios en los que se analizaron varias tesis e ideas del campo de investigación relativo al análisis de la existencia y/o a la logoterapia como método de tratamiento psicoterapéutico.

Sin embargo, aquí no se debe hacer caso omiso de una idea central en toda la obra de Frankl: en el intento de ayudar al enfermo no se debe esquivar la confrontación con el concepto que se tiene del mundo. Podemos encontrar, en principios terapéuticos conductistas surgidos mucho

más tarde, técnicas como el ignorar los síntomas, la derreflexión o incluso el ironizarlos y la intención paradójica. Sin embargo, considerar estas técnicas como útiles aislados necesariamente debe llevar a la misma decepción que una sobrevaloración de la ayuda de los fármacos en la terapia.

La muestra representativa de medio siglo de trabajos de investigación que aquí presentamos, ofrece el maravilloso puente que realizó Viktor Frankl entre psiquiatría, filosofía y psicología. Entenderíamos mal su objetivo si nos contentáramos con admirar este puente sin reconocer que Frankl exige con él al mismo tiempo la unidad inseparable de estos tres ámbitos. El esfuerzo psico terapéutico, sin inclusión de la dimensión filosófica del concepto que uno tiene del mundo, seguirá siendo estéril. Estos estudios ayudarán a entender esta reivindicación desde su génesis y de esta forma tomarlos en serio.

Permítaseme tomar un préstamo de las expresiones propias de Frankl al manifestar la esperanza de que este volumen hará comprender esto: ¡que el sentido de la vida de Viktor Frankl consistió en ayudar a otros a ver un sentido en su vida!

Giselher Guttman^[2] |

PROBLEMÁTICA INTELLECTUAL DE LA PSICOTERAPIA

Si uno se apresta a presentar la problemática intelectual de la psicoterapia, se le recomienda en primer lugar analizar las corrientes psicoterapéuticas actuales en su aspecto histórico-científico para saber qué tendencias evolutivas se pueden observar en la historia de las ideas. Aquí tomamos con los sistemas del psicoanálisis y de la psicología individual como grandes representantes históricos. Si nos preguntamos en qué consiste el estado esencial de la situa-

ción por lo que se refiere al evento neurótico desde el punto de vista de las teorías mencionadas, podemos constatar lo siguiente: para el psicoanalista, el momento esencial en el surgimiento de síntomas neuróticos es la represión, el hacer inconscientes ciertos contenidos de conciencia; el principio terapéutico dentro del psicoanálisis consiste esencialmente, por tanto, en un hacer venir a la conciencia en el sentido de la supresión de represiones. Característica de este rasgo fundamental del método psicoanalítico de tratamiento sería la expresión de Sigmund Freud de que allí donde está el ello, se debe convertir en yo —una acción que él compara con la desecación del

Zuiderzee—. Frente a esto, en el tipo de tratamiento de la psicología individual, vemos que el síntoma neurótico es interpretado, de acuerdo con el término fundamental de Adler del *arrangement*, como un intento del individuo para librarse de responsabilidad. Por consiguiente, según la concepción psicoanalítica, en el evento neurótico el yo se restringe de alguna forma en su ser consciente, mientras que, según la teoría de la psicología individual, se produce una disminución del ser responsable.

De una reflexión general sobre las bases más profundas de la existencia humana resulta la siguiente fórmula antropológica: ser yo quiere decir ser consciente y ser responsable^[3].

A la luz de esta fórmula antropológica básica se muestra entonces que el psicoanálisis y/o la psicología individual centran su atención en una parte de la existencia humana para avanzar desde ésta una interpretación del acontecimiento neurótico. Pero, al mismo tiempo esto quiere decir exactamente que los dos sistemas no se crearon de forma casual sino que más bien tuvieron que surgir de acuerdo con las leyes teórico-científicas, incluso por necesi-

dad ontológica y que, en este sentido, tanto sus aspectos propios como su carácter opuesto no hacen más que complementarse mutuamente.

Sin embargo, no solo se complementan realmente los puntos de partida antropológicos, que suponemos en ambas teorías, sino también el camino metódico en el que se mueven dentro de su concepción básica de la vida psíquica humana. Es decir, ambas teorías limitan la realidad psíquica dada fenoménicamente: el psicoanálisis, desde un punto de vista material, por lo que se refiere al contenido de las aspiraciones psíquicas, al admitir solamente lo libidinal como contenido posible en última instancia.

Por su parte; la concepción de la psicología individual limita la realidad psíquica desde un punto de vista formal en la medida en que reconoce aspiraciones de contenido diferente, pero en cuanto están sobre el tapete formas neuróticas las presenta de alguna forma como no auténticas, como medio para un fin, en el sentido del concepto mencionado del *arrangement*^[4]. De hecho, es evidente que en el acontecimiento psíquico general como también en el acontecimiento neurótico, por un lado, no solo son importantes las aspiraciones libidinales sino también otro tipo de aspiraciones mientras que, por otro lado —en contraposición a la concepción de la psicología individual—, los síntomas neuróticos no son solo un medio para un fin sino también (al menos en primer lugar) expresión inmediata. En cualquier caso, hemos visto cómo, también a este respecto, el psicoanálisis y la psicología individual, en sus posiciones psicológicas básicas propias, que llevan a exageraciones, en última instancia no representan más que dos complementos necesarios.

Por lo que se refiere a la meta cosmovisiva, más allá del punto de partida antropológico y del camino metódico,

a la que ambas teorías hacen referencia en su praxis de forma consciente o inconsciente y que en cualquier caso está contenida implícitamente en ellas, podemos constatar lo que sigue: la máxima suprema de la acción psicoanalítica consiste en el establecimiento de un compromiso entre las pretensiones del inconsciente, por un lado, y las exigencias de la realidad o el rechazo de la misma, por otro, por lo tanto, la adaptación de la instintividad a la realidad. En cambio, la psicología individual tiene como lema terapéutico el conseguir por parte del yo una conformación valiente de la realidad, más allá de cualquier adaptación del individuo.

(¡Por tanto, aquí nos encontramos por vez primera, al comparar ambos sistemas, con una progresión sucesiva en lugar de una oposición que se complementa!) En el caso en que nos preguntemos si no hay ninguna otra dimensión en la que el hombre debe penetrar, si le queremos curar, excepto la adaptación y la conformación o en el caso en que nos preguntemos cuál es la categoría última que debemos incluir en nuestra idea del hombre, si se quiere hacer justicia a su realidad psíquicomental, entonces llegamos a la conclusión de que esta categoría debe ser la de la realización, la del hallazgo de sentido. Habría que observar que la realización del hombre va mucho más allá de la mera conformación de su vida, es decir, que la conformación representa una medida extensiva, mientras que la realización y/o el hallazgo de sentido representan en cierto modo una magnitud vectorial: el hallazgo de sentido está orientado, es decir, dirigido a aquella posibilidad de valor reservada, o mejor dicho, encomendada a cada persona individual, que en fin de cuentas hay que realizar; está dirigido a aquellos valores que cada individuo debe realizar en la unicidad de su existencia y de su destino. Por consiguiente, mientras que el psicoanálisis se orienta al pasado y a la causalidad y la psicología individual al futuro y a la finalidad, una psico-

terapia en este último sentido recurre esencialmente a lo atemporal, lo que está por encima del tiempo, es decir, a un absoluto en el sentido de valor objetivo. O: si la psicología individual opone al deber (*Müssen*) puro de la concepción psicoanalítica el querer (*Wollen*; «conformación valiente», dijimos anteriormente), entonces tenemos que preguntar: ¿dónde se encuentra la tercera categoría del deber moral (*Sollen*)? Pues, en efecto, en ambas teorías, se ha descuidado el conjunto de todas aquellas aspiraciones que se podrían denominar, variando el eslogan conocido de la psicología individual, como «afirmación moral del yo» en el sentido de una aspiración auténtica y original hacia la afirmación moral.

Como se sabe, Fritz Künkel se acerca a tales pretensiones de la psicoterapia cuando opone a la ciencia médica tradicional de la psique (*Seelen-Heilkunde*) el postulado de una ciencia de la salvación de la psique (*Seelenheil-Kunde*). Esto nos recuerda aquella definición de Max Scheler según la cual la salvación del hombre consiste en la realización de sus valores más elevados. J.H. Schultz habla de «estratos de valores existenciales más elevados» y dice de ellos:

«Quien tiene en ellos su patria, puede sufrir sin ponerse enfermo, sin ponerse neurótico.» ¿Dónde está aquella psicología interesada en la perspectiva terapéutica que incluya en su planteamiento estos estratos «elevados» de la existencia humana y que merezca, en este sentido y en oposición al nombre de «psicología profunda», el nombre de «psicología elevada»? En otras palabras, ¿dónde está aquella teoría del acontecimiento pura y simplemente psíquico y, en especial, del acontecimiento neurótico, que, más allá del ámbito de lo psíquico, tenga en cuenta la existencia humana total, en toda su profundidad y altura y que, de acuerdo con esto, se podría denominar análisis de la existencia?

Ideas de este tipo no son en absoluto nuevas; sin embargo, importará seguirlas con nitidez metódica para conservar en sus consecuencias prácticas aquella honradez ideológica, sin la cual no es posible una actitud analítica existencial respecto al enfermo. Evidentemente esto les resulta fácil a aquellos psicoterapeutas que por su unión personal en la praxis psicoterapéutica pueden ser al mismo tiempo médicos y dirigentes ideológicos, poniendo conscientemente su acción psicoterapéutica al servicio de su convicción religiosa o de su visión política. Pero, precisamente aquí se pone de manifiesto el peligro específico que trae consigo cualquier psicoterapia conscientemente evaluadora, el peligro de que la acción médica supere sus límites así como el de que el médico, en el marco de su tratamiento, imponga sobre el enfermo su visión personal del mundo.

De hecho, desde hace algún tiempo han surgido voces que ponían sobre aviso. Una de las figuras destacadas de la psicoterapia alemana, Hans Prinzhorn, fallecido prematuramente, planteaba la cuestión: «En nombre de qué instancia...» Esto quiere decir, en nombre de qué instancia el psicoterapeuta puede proceder en su praxis con una actitud evaluadora. Von Weizsäcker recuerda que nosotros los psicoterapeutas debemos «no formar hombres sino posibilitarlos». Y es el propio Kretschmer que advierte del peligro de que el médico se convierta en sacerdote.

Sin embargo, por otra parte, se presentan cada vez con más urgencia las reivindicaciones de incluir conscientemente la visión del mundo y las valoraciones en la acción psicoterapéutica. Gauger dice directamente que «la cuestión sobre la dotación de sentido de la existencia humana es la cuestión de la psicoterapia» y denomina «la salud psíquica» como «nada más que la respuesta correcta a la cuestión sobre el sentido de la vida». Para J.H. Schultz, «la neu-

rosis es precisamente un caso de vida sin sentido». C.G. Jung caracteriza la neurosis como «el sufrimiento del alma que no ha encontrado su sentido».

Por tanto, vemos claramente y con insistencia cuán necesario es, en la psicoterapia, una toma de posición ideológica conscientemente evaluadora y, por otro lado, tenemos que preguntarnos si ésta es acaso posible, es decir, permitida desde el punto de vista de aquella honradez ideológica y nitidez metódica que anteriormente habíamos planteado como presupuesto. Frente al dilema: necesidad de una valoración e imposibilidad de la imposición; llegamos de esta forma a una situación problemática que, apoyándose en la fórmula histórica ejemplar de Kant, se puede expresar de la manera siguiente: ¿Es posible la psicoterapia como psicoterapia evaluadora? Y: ¿Cómo es posible la psicoterapia en cuanto psicoterapia evaluadora? Por tanto, lo que se precisa esencialmente en la situación crítica actual de la psicoterapia son, para continuar con Kant, por así decirlo, «prolegómenos a una psicoterapia que se pueda presentar como psicoterapia evaluadora».

Para salir del dilema descrito nos ayuda, sin embargo, aquella reflexión sencilla y a la vez amplia sobre el contenido más profundo de la existencia humana, sobre el estado fenoménico originario de la existencia humana, a cuyo enfoque ya hemos aludido en la fundamentación de un análisis de la existencia esbozada con anterioridad. Partíamos, pues, del hecho de que la existencia humana consiste en el ser responsable junto al ser consciente (evidente). La responsabilidad de la persona humana considerada como concepto antropológico central significa también, sin embargo, un concepto ético límite, es decir, un concepto que todavía es neutro desde el punto de vista ético. A saber, si hacemos comprender profundamente a un hombre su existencia como ser responsable, si, por tanto, le hacemos

consciente de su responsabilidad como sostén básico de su existencia, esto ya contiene para él un carácter obligatorio absoluto para tomar posiciones evaluadoras. Dicho con otras palabras, el hombre consciente de su responsabilidad de alguna manera se encuentra forzado a evaluar pura y simplemente desde esta misma responsabilidad; sin embargo, cómo evalúa y qué orden de valores establece, ya no depende de la influencia médica. Es más, incluso tendremos que reivindicar que se abra paso por sí mismo, de una manera independiente, hacia los valores y escalas de valores («elegidos por afinidad» [Wladimir Eliasberg]) en consonancia con su individualidad a partir de su responsabilidad consciente, mientras que, por otro lado, tenemos que renunciar a ejercer presión sobre estas tomas de posición concretas y/o sobre cada uno de los contenidos de valor^[5].

Por consiguiente, una vez que el enfermo se hace consciente de su responsabilidad en el marco de este mismo análisis de la existencia planteado gracias al psicoterapeuta, éste, el médico, tendrá que dejar la solución de las dos cuestiones centrales siguientes en manos del mismo enfermo: 1) ante quién se siente éste responsable —por ejemplo., si ante su propia conciencia o ante Dios— y 2) de qué se siente responsable, es decir, a qué valores concretos se orienta y sirve, en qué dirección encuentra el sentido de su vida y qué tareas cumplen con este sentido.

En cualquier caso, la solución a estas preguntas queda reservada al mismo enfermo. Y cuando él, como muchas personalidades más diferenciadas, con la pregunta sobre el sentido de la vida nos revela su lucha por el sentido de su existencia, le tendremos que hacer consciente sobre todo de que en última instancia no es él el que pregunta sino en realidad el preguntado y de que estaría más en consonancia con el estado originario de la responsabilidad en la existencia si él, en lugar de preguntar siempre sobre el sentido