

## Capítulo 1

# LA IMAGEN LOGOTERAPÉUTICA DEL HOMBRE

### **El lugar de la logoterapia**

La logoterapia, fundada por el psiquiatra y neurólogo vienés Viktor E. Frankl (1905-1997), se puede ubicar en el abanico actual de tratamientos terapéuticos desde dos puntos de vista:

1. Según W. Soucek, la logoterapia es la «tercera escuela vienesa de psicoterapia», con lo cual hay que considerar el psicoanálisis de Sigmund Freud la «primera» y la psicología individual de Alfred Adler, la «segunda». Existe una sencilla regla mnemotécnica que ayuda a recordar las particularidades de estas tres orientaciones: Sigmund Freud se ocupó de la «voluntad de placer», Alfred Adler de la «voluntad de poder» y Viktor E. Frankl de la «voluntad de sentido» en el ser humano. Por supuesto, se trata solamente de tópicos simplificadores que no aspiran a apreciar en su justa medida las distintas escuelas psicoterapéuticas y únicamente describen los puntos de investigación más típicos. Las extensas teorías de Freud se concentraron en la vida pulsional humana, sobre todo en lo relativo a la satisfacción placentera de la pulsión sexual, cuya represión daría lugar al origen de los trastornos mentales. Adler investigó la rela-

ción del individuo con su entorno social y dedujo el deseo de poder compensatorio del ser humano a partir de sus complejos de inferioridad. Finalmente, Frankl entendió al hombre como un ser que desea trazarse una vida llena de sentido y que puede enfermar mentalmente si su «voluntad de sentido» se ve frustrada.

2. Según los tratados estadounidenses, la logoterapia se incluye en la «*third force*» [tercera fuerza] de la psicoterapia, es decir, también en una tercera orientación, pero en un sentido distinto al de Soucek. En los Estados Unidos, el psicoanálisis se considera (por motivos puramente históricos) la «*first force*» [primera fuerza], mientras que la terapia de la conducta sería la «*second force*» [segunda fuerza] y la llamada psiquiatría existencial, que en Europa se ha dado a conocer con el término «psicología humanista», acuñado por Charlotte Bühler, la «*third force*». La logoterapia se inscribiría en esta tercera fuerza, y ello a pesar de que la concepción de Frankl difiere de las ideas de la psicología humanista en un punto crucial, a saber, que en la logoterapia no se reconoce la realización personal como el mayor objetivo de la existencia humana, tal como ocurre en las distintas variantes de la psicología humanista. En la logoterapia, la «autotrascendencia» del hombre se halla, por así decirlo, «por encima», con lo cual todavía queda por dilucidar lo que ello significa. De momento, sólo constataremos que, en el espacio norteamericano, la logoterapia se inscribe en la «tercera fuerza» de la psicoterapia, si bien, por su contenido, se halla por encima de ésta.

*Sólo quien, de esta manera, se fija la realización personal como objetivo, descuida y olvida que, al fin y al cabo, el ser humano sólo puede realizarse en la medida en que satisface un sentido (afuera, en el mundo, pero no en uno mismo). Con otras palabras, la realización personal elude la fijación de objetivos en tanto que se presenta como un efecto secundario que yo denomino la «autotrascendencia» de la existencia humana. (Frankl, 1)*

Hay otra sencilla regla mnemotécnica para recordar las particularidades de los tres grandes grupos psicoterapéuticos según la clasificación norteamericana. Dice así: el psicoanálisis contempla al hombre como un «ser de abreacción», la terapia de la conducta lo contempla como un «ser de reacción» y la logoterapia como un «ser de acción». También aquí estamos ante tópicos simplificados. En este caso, el juego de palabras se basa en la caída sucesiva de un prefijo. La ab-re-acción se refiere a la dinámica de las pulsiones, la «niña mimada» del psicoanálisis. La re-acción alude a los mecanismos de condicionamiento y aprendizaje, el núcleo de la terapia de la conducta. Finalmente, la capacidad de acción, sin más, nos hace recordar el libre albedrío humano, tan apreciado en la logoterapia.

Giambattista Torello afirmó una vez que la logoterapia es el último sistema completo en la historia de la psicoterapia. Al decir «completo» se refería al hecho de que la logoterapia, como ciencia médica, reposaba sobre una visión bien perfilada del mundo y del ser humano. Y no iba desencaminado, porque, de hecho, el edificio conceptual de la logoterapia se sostiene, por así decirlo, sobre tres «columnas» que Viktor E. Frankl denominó del siguiente modo:

### **Libertad de voluntad - Voluntad de sentido - Sentido de la vida**

Las dos columnas exteriores son, de hecho, axiomas que se sustraen a una comprobación científica, tal como ya han constatado numerosos pensadores y filósofos antes que Frankl. La columna central, la «voluntad de sentido», es demostrable como fuerza de motivación original del ser humano a través de los correspondientes estudios de la psicología experimental, y con el tiempo así ha sido demostrada. Examinemos con más detalle estas tres «columnas»:

*«Columna» 1*

En todas las épocas se ha intentado dilucidar el grado de libertad o falta de ella que el hombre tiene realmente. A ojos de la logoterapia, cada individuo es, como mínimo, potencialmente libre de obrar según su voluntad. Este libre albedrío potencial puede verse limitado por enfermedades, inmadurez o senilidad, o incluso puede anularse, lo cual, sin embargo, no afecta a su existencia fundamental. La logoterapia es una psicología «no determinista».

*El concepto logoterapéutico del hombre descansa sobre tres pilares: la libertad de voluntad, la voluntad de sentido y el sentido de la vida. El primero de ellos, la libertad de voluntad, se opone a un principio que caracteriza las aproximaciones al ser humano más corrientes, a saber, el determinismo. Pero, en realidad, sólo se opone a lo que yo suelo llamar pandeterminismo, porque hablar de la libertad de voluntad no implica de ningún modo cualquier indeterminismo a priori. Al fin y al cabo, libertad de voluntad significa libertad de la voluntad humana, y la voluntad humana es la voluntad de un ser finito. La libertad del hombre no es libertad desde unas condiciones, sino más bien libertad de adoptar una actitud frente a lo que las condiciones le puedan poner delante. (Frankl, 2)*

*«Columna» 2*

La idea que motiva la «voluntad de sentido» supone que cada hombre está animado por una aspiración y un ansia de sentido. Cuando se satisface un sentido, se produce el encuentro entre dos correspondencias: un «componente interior», formado precisamente por esta aspiración y ansia humanas, y un «componente exterior», que es la oferta de sentido de la situación. Si la disposición de la persona hacia el sentido se ve limitada por enfermedad, inmadurez o senilidad, cosa que puede ocurrir, se producirá una merma de

la percepción del «componente exterior» y no una disminución del «componente interior», el cual sigue existiendo como si fuera un documento de identidad de lo humano, incluso en caso de incapacidad grave. La logoterapia es una terapia centrada en el sentido.

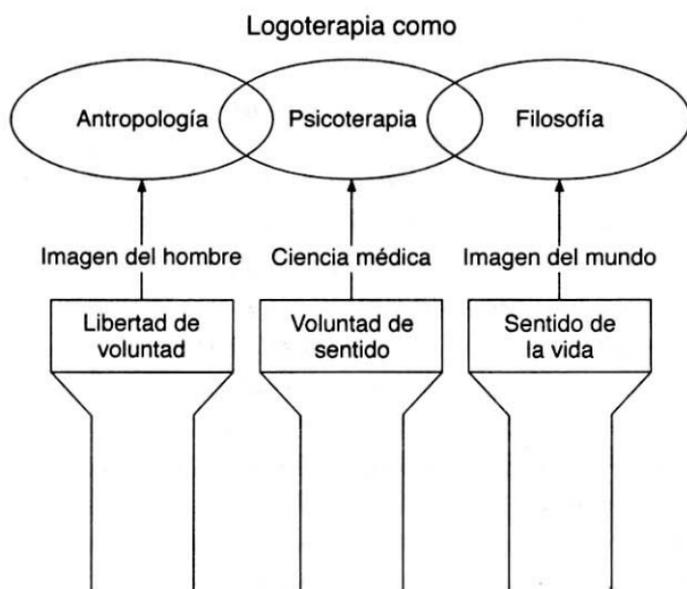
*El sentido es algo objetivo, y esto no sólo expresa mi visión privada y personal del mundo, sino que también es el resultado de una investigación psicológica. Pero Max Wertheimer, uno de los fundadores de la psicología de la forma, ya señaló de manera explícita que cada situación concreta conlleva un carácter de exigencia, que es precisamente el sentido que debe satisfacer la persona enfrentada a esta situación, y que «las exigencias de la situación» deben considerarse como «cualidades objetivas». Probablemente, lo que yo denomino voluntad de sentido acaba siendo una concepción de la forma. James C. Crumbaugh y Leonard T. Maholick definen la voluntad de sentido como la capacidad propiamente humana de descubrir formas de sentido no sólo en lo real, sino también en lo posible. (Frankl, 3)*

### «Columna» 3

El postulado del «sentido de la vida» pone de manifiesto el convencimiento logoterapéutico de que la vida tiene un sentido incondicional que no se pierde bajo ninguna circunstancia. Sin embargo, este sentido puede escaparse a la comprensión humana. Hasta aquí, el sentido es una magnitud que trasciende a los seres humanos y que debe percibirse y presentirse de nuevo cada vez. Por lo tanto: la logoterapia es una visión positiva del mundo.

*No hay ninguna situación en la vida que carezca realmente de sentido. Esto se deduce del hecho de que los lados aparentemente negativos de la existencia humana, especialmente la tríada trágica formada por el sufrimiento, la culpa y la muerte, también pueden adoptar la forma de al-*

go positivo, de una exigencia, si se tratan con la actitud y la postura correctas. (Frankl, 4)



El gráfico muestra cómo cada «columna» se corresponde con una forma disciplinar de la logoterapia. La «libertad de voluntad» es la base de su imagen del hombre y determina sus fundamentos antropológicos. La «voluntad de sentido» es el eje y punto de partida de su ciencia médica y atraviesa la totalidad de su obra psicoterapéutica. Finalmente, el «sentido de la vida», es decir, la creencia en la existencia de un sentido en la vida humana otorgado incondicionalmente bajo cualquier circunstancia, forma parte de la imagen logoterapéutica del mundo, de su filosofía.

En el presente manual trataremos la logoterapia principalmente como *ciencia médica*. Sin embargo, para utilizar sus métodos es indispensable conocer, al menos a grandes rasgos, su imagen del hombre, de la misma manera que también es imprescindible introducir su visión del mundo en la prevención y en el seguimiento. Debido a ello, antepondremos a las expli-

caciones sobre el tratamiento logoterapéutico un breve estudio sistemático de los fundamentos antropológicos de la logoterapia, para finalizar con una mirada a su sistema filosófico.

Antes de empezar, cabría mencionar una observación relativa a una pregunta frecuentemente planteada: ¿cuán científico puede ser un sistema conceptual que descansa sobre dos columnas que rechazan la fuerza demostrativa del empirismo, tal como hacen los pilares 1 y 3? Ciertamente, cada forma de psicoterapia tiene una base axiomática específica, e incluso la ciencia general de la medicina necesita una «columna» que justifique su existencia: la de la creencia en que merece la pena preservar la vida humana. Sin este axioma, no existiría ningún motivo para ofrecer asistencia médica a un enfermo u operarlo, y se podría incluso dejarlo morir. No es científicamente demostrable que el hecho de preservar la vida de un enfermo tenga cualquier tipo de ventaja, máxime teniendo en cuenta la superpoblación de nuestro planeta. Lo mejor sería no poner en cuestión una idea que resuena desde nuestro interior, la idea de que la vida humana está en principio llena de valores, y que en la logoterapia se amplía con el componente de la existencia de sentido.

Algo más cuestionado se presenta el problema de la libertad de voluntad. Pero también a este respecto toda psicoterapia debería convenir, por lo menos en sus supuestos básicos, en que un paciente es capaz de cambiar. Evidentemente, sin esta suposición el esfuerzo terapéutico resultaría desatinado desde el principio. Pero tal capacidad de cambio no tiene que demostrarse y, si se hace, sólo es posible *a posteriori*.

*Cierto es que la logoterapia y el análisis existencial parten de la práctica clínica; pero ello no permite sustraerse al hecho de que ambos desembocan en una teoría metaclínica, de la misma manera que ésta se halla implícitamente en la base de cualquier psicoterapia, y teoría significa visión, es decir, visión de una imagen del hombre. De esta manera, el círculo sólo se cerrará en la medida en que la práctica clínica esté siem-*