

Presència de Víktor Frankl, en el centenari del seu naixement (1905-1997).

Jordi Segura i Bernal

Enguany hem commemorat el centenari del naixement de Viktor E. Frankl, fundador de la logoteràpia, el mètode psicoterapèutic que, com ha definit X.M Domínguez “pretén ajudar la persona a posar-se en disposició de trobar el seu sentit existencial i descobrir els valors que dimanen d’aquest sentit”. (Domínguez, 2005, o.c., p. 40).

V. Frankl ha estat un autor prolífic, llegit i molt escoltat arreu i reconegut en gran nombre d’universitats, encara que marginat per alguns col·lectius de psicoterapeutes. Això es deu a diverses raons. La primera, i potser més important d’aquests fets, és que fou el mateix Frankl qui voluntàriament no va voler “crear escola” a l’estil d’altres innovadors. Ell sabia que la logoteràpia no era un model psicoterapèutic tradicional, sinó més aviat una manera d’enfocar la vida, d’entendre el mateix procés terapèutic i de complementar altres mètodes de treball. Així ho pensava i així ho feia saber. Fidel a si mateix, als orígens de la seva proposta i a la concepció de la teràpia, assumia com a missió difondre aquests principis. Per tant, no va voler constituir “societats internacionals...” ni amb prou feines organitzar “màsters especialit-

zats". No va voler fer negoci personal ni lucratiu amb el seu prestigi o amb seu "producte". Admirat i reconegut per molts, fugia del gregarisme i el seguidisme. Algunes escoles han caigut en els perills del "grupalisme", de la ideologització o de l'"efecte adulació del fundador". Si hi ha una cosa que confirma la qualitat humana i l'encert en les idees de Frankl és que no s'endevina que cap dels seus admiradors hagi caigut en aquests paranys.

Una raó per acceptar la validesa del pensament franklià és la base antropològica que ofereix per saber i poder enfocar correctament la relació d'ajuda. Frankl no s'esforçava a renovar de tant en tant la teoria inicial, ni a sofisticar-la cada cop més, ni a dotar-la millor tècnica-ment; però sí que animava els altres a fer-ho. Els seus postulats bàsics eren pràcticament els mateixos el 1997, any del seu traspàs, que el 1925, quan amb prou feines vint anys publicava, a la revista de psicologia individual dirigida per Alfred Adler, l'article "Psychotherapie und Weltanschauung" sobre la perspectiva del sentit i dels valors en psicoteràpia. En el decurs dels anys, els principis teòrics s'han mantingut amb claredat.

Això sembla contradir els principis científics de les ciències socials i humanes, però no és pas així. Al contrari, Gerónimo Acevedo s'ha manifestat en el sentit de presentar la logoteràpia com un nou paradigma. Frankl expressava amb humilitat que havia concretat els seus principis adequant-los a les necessitats i als problemes de la gent del nostre segle (afegiríem de la societat occidental), però va mantenir amb convicció que aquests principis són absolutament imprescindibles per garantir un procés terapèutic complet (Acevedo 2005).

De tots els seus principis, al nostre entendre, n'hi ha un d'implícit que és obvi i redundant: es tracta de saber que hi ha d'haver uns principis. Abans de començar a treballar, tot aquell qui afronta una tasca d'ajuda terapèutica hauria d'intentar fer-se la pregunta de "quins són els meus principis?". Els formadors ensenyem psicologia i formem psicoterapeutes donant per fet que els aprenents ja tenen resolta aquesta qüestió. En el marc de les jornades de l'Asociación Española de Logoterapia (2005), A. Polaino recomana a tot professional de la teràpia –i jo afegiria a tot client– que abans de començar a treballar procuri fer-se i respondre's la pregunta: "quina és la meva idea de persona?". Són ben conegudes les crítiques de Frankl a les idees d'"home robòtic", "home malalt" o "subjecte homoestàtic", per citar les més freqüents,

que a començaments del segle passat i encara ara predominen a les consultes de salut mental i donen suport a diverses teories. El problema de molts psicoterapeutes no és que la seva idea de persona sigui incorrecta (les idees sempre es poden discutir i millorar), és que, o no la tenen, o tenint-la no són conscients de quina és. La logoteràpia es posiciona com una autèntica visió terapèutica personalista. Diverses i interessantíssimes aportacions fetes a les jornades esmentades que van tenir lloc el propassat mes de novembre demostren la profunditat i la riquesa d'aquest principi.

Un altre principi de caire humanístic és que, partint d'un determinat model filosòfic de valors, el desenvolupament humà s'ha de fer des de la concreció individual i subjectiva de l'univers axiològic. Per tant, mai cap terapeuta no hauria de dirigir o imposar al seu client una manera de viure o d'actuar, ni unes creences determinades, ni una interpretació fonamental de la seva existència. Com afirma Frankl, "el enfermo debe avanzar por sí mismo hacia el sentido concreto de su existencia personal" (Frankl, 1964, o.c., p. 156). En aquesta mateixa obra, Frankl afirma que cal compaginar la fermesa –objectiva– dels valors amb llur vivència individual i, per tant, subjectiva; està convençut que quan s'aprofundeix sincerament i responsable en si mateix, la persona és capaç de fer-ho. Els valors hi són; viure'ls és la seva tasca i el seu compromís. En la línia de C.Rogers, el terapeuta mai no pot situar-se en una major posició d'autoritat respecte el client; la seva funció és acompanyar, facilitar, ser company de viatge... sense oblidar que el viatge és cap a una fita, cap a la recerca d'un horitzó i, en definitiva, cap a una veritat...

D'aquí se'n desprèn un altre principi humanista: cal encarar la persona cap al futur, tenint-ne i oferint-li una visió optimista de l'existència. Des del present convé contemplar el passat per identificar-hi allò que ens limita i també allò que possibilita, sempre amb finalitat d'alliberament, de confrontar-la amb si mateixa i ajudar-la a fer-se responsable dels propis actes, creient fermament que fins i tot en les situacions límit hi ha un sentit, és a dir, que hi ha futur i hi ha vida. V. Frankl es va oposar als programes públics en favor de l'eutanàsia, perquè seguint aquests principis la vida sempre tindrà un sentit, per petita que sigui. Una de les paraules clau que serveixen per definir el seu pensament és la *responsabilitat*: fer teràpia, ajudar, és educar en responsabilitat. En paraules de Remei Tarragó, "educar el jove no és fer que aprengui quelcom que no sabia, si no fer d'ell algú que no existia" (Tarragó, 2005).

Poder llegir com Frankl narra l'experiència al camp de concentració va afegir interès a la seva obra. Del text "Una psicòleg en el camp de concentració", se'n van vendre només als EUA més de 6 milions d'exemplars. Tanmateix, és fàcil quedar-se en l'anècdota si no es va al fons d'aquesta experiència o si es resta amb la creença que ell era un home especial. Frankl fa els 40 anys a Auschwitz. Quan va ser empresonat pels nazis, ja era un terapeuta madur, i quan hi va entrar, ja duia a la butxaca, com un tresor amagat, el manuscrit de la que considerava la seva obra principal, on recollia allò fonamental de l'"anàlisi existencial". Auschwitz, Kaufering III i Türkhem, les seves residències de l'horror, segur que el van ajudar a perfeccionar les idees. Però els indrets, per si mateixos, no van ser causa d'inspiració, nogensmenys laboratoris de recerca on confirmar les tesis primerenques. En el captivi, acompanyat de participants involuntaris com ell i de manera no volguda, va poder gaudir de l'ocasió irrepetible per provar les seves tesis, i de comprovar la veracitat d'allò que ja havia comprovat parcialment en les sessions terapèutiques. A Auschwitz totes les estadístiques foren polvoritzades.

Algunes de les dificultats per a la integració en psicoteràpia tenen origen en la diversitat o la contraposició entre idees diverses de persona. La logoteràpia, en tant que personalista, serviria de model per a una visió integral de l'ésser humà que resumim tot dient que contempla la persona en tant que ésser individual, original i absolut, encarnat i històric, no abastable, indivisible, comunitari, transcendent i religiós. Per a alguns, parlar amb aquests termes no és intel·lectualment correcte: Frankl ho resumeix en el principi de l'estructura tridimensional noo-psicofísica, en la qual s'ha d'emfasitzar, endemés de les *dues lleis d'ontologia dimensional* de les quals tot just parlarem, la dimensió espiritual, que, tal com bé ho explica X.M. Domínguez, "no se refiere a una determinada hipòstasis espiritualista, sino simplemente a la facultad de la persona de ponerse a distancia de sí misma, de sus propias determinaciones psíquicas y físicas" (Domínguez, 2005, o.c. p. 67).

En el seu moment, l'èxit de la logoteràpia també va ser degut a la capacitat de verificar; és a dir, de demostrar mitjançant l'experiència que els seus principis s'apropen a allò més veraç. Rellegint el missatge de Frankl des d'una actitud d'*ephöké*, de recerca sincera i allunyada de prejudicis i d'interessos personals, hom no queda indiferent. Una feblesa en aquest punt duu a confondre la valoració diagnòstica i la pròpia eficàcia terapèutica, i a errar en l'aplicació de sofisticades tecnologies d'intervenció. Què s'entén per salut? i per benestar? i per felicitat?...

Inscrivim la logoteràpia en el conjunt de teràpies que cerquen el coneixement autèntic que, a partir del principi de la incertesa, procuren revelar a les persones els enganys humans i deslliurar-les dels paranys que determinats principis superbs, presentats com a científics, no fan més que sotmetre-les a majors ignoràncies.

Potser una de les causes del seu ressò hagi estat també la profunditat del pensament logoterapèutic, el seu atreviment a afrontar la veritat i a cercar la llibertat humana. Certament, la llibertat espanta, perquè compromet. Diríem que V. Frankl fou un profeta del nostre temps. Els majors profetes són els que, havent posat el dit a la nafra, són rebutjats pels seus mateixos beneficiaris, justament perquè aquests es resisteixen a ser sincers, perquè en el fons es resisteixen al canvi.

Un dels principals objectius de la logoteràpia és canviar i crear actituds. L'actitud de la recerca de veracitat assumint la incertesa i d'afrontar la vida assumint la finitud. No és gens estrany que molts dels seus admiradors siguin professionals de la relació d'ajuda vinculats a les persones que més pateixen: addictes, preses, malaltes, moribundes, dolgudes, immigrants forçades ... Totes elles són persones que tenen poc a defensar. Nogensmenys, Frankl volia dirigir-se fonamentalment a les *persones sanes*. No hi ha teràpia més higiènica i profilàctica que la seva; però, en canvi, la gent aparentment sana defuig afrontar el sentit, i molts educadors desconeixen qualsevol fórmula d'anàlisi existencial.

Ja des dels orígens, quan era un jove adolescent, Frankl va descobrir que la millor manera d'afrontar la vida era trobar-hi un sentit. Des de jove va lluitar en aquesta direcció. Als setze anys militava a les joventuts socialistes austríaques; als dinou anys n'era dirigent nacional. Alguns no ho saben, però també es va fer molt conegut perquè des dels vint-i-un anys, quan ja havia llançat públicament el terme *logoteràpia*, va impulsar la creació de centres d'assessorament per a joves als barris perifèrics de Viena, per fer front a la problemàtica psicosocial de la joventut palès en un nombre elevat de suïcidis anuals. En aquella època, Frankl ja tenia clar el seu objectiu: calia, no tant investigar de manera exhaustiva les causes dels intents de suïcidi, com obrir a la joventut horitzons de futur. Els següents mots que va publicar el 15 d'abril de 1934, a la revista *Arbeitersonntag*, més o menys titulat "Nois que fugen", podrien aplicar-se a la joventut actual:

No hay que olvidar que cuando se habla de huida de los padres se habla también de la vida: la problemática remite inequívocamente a una toma de posición sobre la existencia, en el sentido que, aún cuando los motivos psíquicos que impulsan el suicidio sean muy diversos, el fondo espiritual unificante es la falta de fe en el sentido de la vida. .. Quien trabaja mucho con jóvenes en la fase de pubertad y con neuróticos sabe que ambos, cuando atraviesan una crisis existencial, tiene particular necesidad del sostén espiritual, siendo débiles por naturaleza y tiendentes a subvalorar el propio valor. (Frankl, 1934, cit. per Fizzotti, 2005, o.c. p. 96).

En sengles articles publicats l'any 1928, Frankl havia rebutjat amb dades que les causes del patiment dels joves fossin degudes a la crisi socioeconòmica del moment o a trastorns neuròtics de la personalitat. Segons les estadístiques, només entre el 15-25% dels joves que s'atansaven a les consultes de barri amb algun tipus de "malestar psíquic" patien trastorns neuròtics. Una tercera part feia consultes sobre problemes sexuals i una altra comentava dificultats familiars "amb una certa insuficiència afectiva". Per tant, segons ell, la funció dels centres era precisament preventiva de caure en un trastorn. També deia que aproximadament entre un 10-23% de casos havia pensat en el suïcidi o l'havia intentat (Frankl, 1928, cit. per Fizzotti, 2005, o.c. p. 73-79).

Val a dir que les dades actuals de la joventut a Catalunya no es desvien gaire d'aquella situació. Tanmateix, ara la problemàtica és qualitativament més punyent, malgrat que avui hauríem d'haver millorat en recursos, en informació i en educació. Pot ser que, circumstàncies del context a banda, el fons de la problemàtica segueix essent el mateix? No parlem de la temàtica de l'educació sexual, un dels forats més foscos en la formació actual de la nostra joventut. En un text de l'any 1929 Frankl escriu:

... hablar de necesidad sexual es aparentemente algo que se desvía del problema. Lo principal es la actitud psicológica, mientras que la necesidad sexual es solo una manifestación parcial de un complejo, de una causa más profunda: ¡la necesidad psíquica por antonomasia, basada en una concepción errada de la vida en su conjunto!

(Frankl, 1929, cit. per Fizzotti, 2005, p. 80).

Les accions que avui es podrien pensar sobre com afrontar la complexa problemàtica de la nostra joventut es podrien inspirar perfectament en aquelles actuacions, tenint present que, com aleshores, la clau de la formació són els “assessors” escollits i formats per dur-ho a terme. Sense un model adequat d’actuació, que inclogui la formació adequada dels assessors o terapeutes, això no es pot fer. Sabem que la dimensió espiritual en la teràpia es refereix a la capacitat de prendre consciència, de distanciar-se de si, de ser capaç d’actuar amb llibertat, de fer-se present envers d’altres, anant més enllà de les limitacions psicològiques o socials. Narcotitzat per la confusió de valors, Occident ha fet neteja en el seu pensament dels principis espirituals. No estem fent una defensa de la religiositat; massa sovint la creença religiosa serveix per emmascarar el coneixement, i en això, sense dubte, s’ha avançat. Es tracta de no eliminar la dimensió espiritual de l’ésser. Quan això passa, la persona s’empobreix i no és capaç de distanciar-se dels actes, d’avaluar-los i de criticar-los. Per això, a ulls d’altres cultures, com les balcàniques, les africanes o les centreamericanes, d’on ens arriben els nouvinguts, en aquests aspectes els som vistos com a individus empobrits.

Frankl va interpretar molt correctament els perills de la societat moderna i va anticipar molts dels conflictes que malauradament estem vivint en els nostres dies, resumits en els concepte de *neurosi noògena* o *frustració existencial*. La impossibilitat absoluta que molts joves troben per assumir una autonomia personal, la “neurosi del diumenge a la tarda”, la necessitat d’omplir o “matar” el temps lliure amb activitats buides de contingut, el vertigen de la nit, la fugida endavant mitjançant la velocitat, les sensacions exitants o el consum il·limitat convertit en addicció, el conformisme o l’hedonisme sense fre, són conseqüències de la manca de sentit, tal com va anunciar Frankl. Freud deia que la persona sana és la que sap treballar, estimar i passar-s’ho bé. Darrerament no hem sabut ensenyar els joves a treballar, a saber estimar i a ser amos dels temps.

Per acabar, cal un comentari sobre les dues lleis fonamentals del *l’ontologia dimensional*. La primera consisteix en el fet que si un mateix fenomen personal es projecta en els plànols psicològic, biològic o noològic donarà lloc a fenòmens distints i fins i tot contradictoris que, tot i sent certs en el seu àmbit, no expliquen el fenomen personal en el seu conjunt (Frankl, 1991). Per exemple, la vivència de la sexualitat en els joves –i els no tan joves– projecta diverses manifestacions que freqüentment es tracten de manera diversa i aïllada. El

fenomen "sexualitat" presenta dimensions de caire anatomicofisiològic, de caire psicològic (per exemple, des del punt de vista del desenvolupament, de la identitat o de la comunicació interpersonal) i des del punt de vista de l'encontre amb "l'altre" i de la transcendència de si mateix. Cada dimensió pot ser i ha de ser objecte d'estudi per si sola, però relativament, ja que no "és" per si mateixa, perquè funciona i es presenta de forma integrada i totes són cares del mateix Self. Com afirma Frankl, "lo psíquico por principio no se puede reducir a lo corporal o derivar de ello...; más bien ambos son inconmensurables"; i, per una altra banda, "lo verdaderamente humano se puede vislumbrar sólo en cuanto nos atrevemos a entrar en la dimensión de lo espiritual" (Frankl, 1990, o.c. p. 70-72). Molts educadors i assessors parteixen d'un principi erroni com és la interpretació de la llibertat de conductes i hàbits de manera absolutament aïllada del principi de responsabilitat o dels valors de relació. Així, desenvolupament biològic, maduració emocional, creixement personal o sentit transcendent envers l'altre, per citar alguns aspectes diversos, es tracten com a temes absolutament independents, desvinculant-los els uns dels altres, quan integren un tot. Tractar temes com l'educació sexual, la prevenció de malalties de transmissió per via sexual, l'educació de les emocions o el compromís en les relacions interpersonals, no es pot fer sense partir de la base d'una realitat humana oberta i a l'hora integrada.

La segona llei diu que diferents fenòmens projectats fora de la dimensió personal, en una sola dimensió, poden aparèixer com a semblants. Es corre el perill de tractar temes diversos, que és necessari enfocar des de nivells també diferents, com a una fenomenologia única. En aquest cas, cauríem en l'ambigüitat. En un món tan complex, ple d'informacions d'allò més diverses, més o menys reals o inventades, tendiríem a simplificar el bon coneixement. No tots els coneixements pertanyen a la mateixa categoria. Temes com la "crisi de la joventut actual", la problemàtica de "salut mental" o fins i tot el "fracàs escolar" no han d'associar-se a una única i simple causalitat. La tendència a la globalització no se soluciona amb la simplificació. No tots els trastorns o males-tars humans són la mateixa cosa i, quan s'aborda aquesta "cosa", hom ha de saber-la traslladar des del plànol biològic al psicològic, del psicològic a l'existencial i d'aquest al transcendent. Un exemple que esmenta el mateix Frankl, que coincideix amb d'altres tendències psicològiques, és alertar sobre confondre la fenomenologia de diversos estats de consciència amb una única categoria de deliri. Un altre

podria ser confondre algunes actituds altruistes amb certs mecanismes de defensa propis d'estructures de la personalitat neuròtica.

Frankl ens ha mostrat obertament i clara una dimensió, per a molts desconeguda, de la psicoteràpia, que és la dimensió existencial: "el anàlisi existencial caracteriza la esencia de la existencia en el sentido que la existencia es una forma de ser... cuya particularidad consiste en que por lo que atañe al hombre no se trata de un ser de hecho sino un ser facultativo... de un poder llegar a ser siempre también de otra forma." (Frankl, 1990, o.c. p. 65).

Referències bibliogràfiques

ACEVEDO, G. (noviembre 2005). Viktor Frankl. Gestor de un nuevo paradigma. *Actas de " la búsqueda de sentido en el siglo XXI". Conmemoración del centenario del nacimiento de Viktor E. Frankl*. Madrid, Asociación Española de Logoterapia.

ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE LOGOTERAPIA. (Noviembre 2005). *Actas de " la búsqueda de sentido en el siglo XXI". Conmemoración del centenario del nacimiento de Viktor E. Frankl*. Madrid.

DOMINGUEZ, X.M., SEGURA, J. Y BARAHONA, A. (2005). *Personalismo terapéutico. Frankl, Rogers, Girard*. Madrid: Fundación Emmanuel Mounier.

FIZZOTTI, E. (comp.) (2005). *Viktor Frankl. Las raíces de la logoterapia. Escritos juveniles 1923-1942*. Buenos Aires: Fundación Argentina de Logoterapia.

FRANKL, V., BÜHLER, CH., KOGERER, H. Y LUKÀCS, H. (eds.). *Jugendnot und Jugendberatung*, Wien: Selbstverlag, citat per FIZZOTTI, E., o.c. 2005, p. 80-83.

FRANKL, V. (1964). *Teoría y terapia de las neurosis*. Madrid: Gredos.

FRANKL, V. (1990). *Logoterapia y análisis existencial*. Barcelona: Herder.

FRANKL, V. (1991). *La voluntad de sentido*. Barcelona: Herder.

TARRAGÓ, R. (deseembre 2005). *La salut mental de la joventut*. Conferència a la FPCEE Blanquerna.