

Frankl: in viaggio verso il senso di sé

Mentre Freud e Adler elaboravano psicologie individuali incentrate sulla frustrazione, il fondatore della logoterapia ha gettato le basi di una visione antropologica aperta al significato, che compendia le tensioni interiori più vere

di Guido Rivolta

Esiste una correlazione tra benessere psicologico e ricerca del significato dell'esistenza? Non secondo Sigmund Freud, il quale affermava perentorio che «nel momento in cui ci si interroga sul senso e sul valore della vita si è malati, giacché i due problemi non esistono in modo oggettivo». Semmai, la causa del disagio della civiltà sarebbe secondo lui da individuare nella frustrazione sessuale e nella repressione dell'istinto di piacere. Quanto ad Alfred Adler, fondatore della "psicologia individuale", questi riteneva che la nevrosi dell'uomo si leghi a una frustrazione della volontà di potenza e a un sentimento di inferiorità.

Da allora in poi, il percorso delle varie scuole di tipo psicologico e psicoanalitico rispetto a questo punto cruciale è stato complesso e variegato. In coerenza con le enunciazioni teoriche del fondatore della psicoanalisi, alcune tendenze psicoterapeutiche recenti sembrano far prevalere una linea di tendenza riduttivista e pandeterministica: l'oggettivazione della soggettività umana e la sua riduzione a pura fattività ed effettualità portano a considerare l'uomo "nient'altro che" l'automatismo di un apparato psicofisico. In modo opposto, ma complementare e altrettanto coerente, in altre tendenze si afferma un criterio di "immanentismo psicologistico": l'uomo, in quanto libero e capace di autodeterminazione, è fine e misura delle cose; valori e significati non possiedono una loro realtà oggettiva e trascendente, sono invece il risultato immanente di processi produttivi di tipo auto-proiettivo e auto-espressivo.

A questo punto è evidente che la domanda da cui siamo partiti va riformulata più esplicitamente: disponiamo, nel campo delle scienze umane, di un'adeguata e fondata antropologia di riferimento? E chi, fra quanti hanno studiato e praticato queste scienze, si è preoccupato di queste dimensioni che sono, con tutta evidenza, irrinunciabili?

La "terza scuola" viennese

La risposta si condensa in un nome: Viktor E. Frankl (1905-1997). Psichiatra e filosofo austriaco, ebreo

sopravvissuto all'esperienza terribile (*experimentum Crucis* la definì) dei lager nazisti, Frankl è stato fondatore della "logoterapia", la cosiddetta Terza Scuola Viennese (dopo quelle di Freud e di Adler, che ha conosciuto personalmente). Così scriveva: «la psicoterapia ha bisogno di una corretta immagine dell'uomo: essa ha molto più bisogno di ciò che non di un metodo o di una tecnica ben perfetti».

Pur riconoscendo i contributi positivi provenienti dalle diverse scuole di tipo psicoterapeutico, egli, a partire da una "analisi esistenziale" dell'uomo quale essere strutturalmente orientato alla ricerca di un significato, ha rivendicato la necessità di integrare e rielaborare ogni valida categoria e scoperta all'interno di un orizzonte antropologico più ampio e comprensivo.

Ricchi e molteplici sono stati gli influssi di cui ha risentito e si è appropriato, soprattutto autori di indirizzo esistenzialistico e fenomenologico: Scheler e Marcel, Kierkegaard e Buber, Jaspers e Heidegger, nonché psichiatri anch'essi originali come Rudolf Allers (tomista, grande amico del giovane von Balthasar, teorico della "ontoanalisi") e Ludwig Binswanger, fondatore della antropoanalisi.

È sulla base di queste sollecitazioni che Frankl ha proposto una riumanizzazione delle scienze umane, radicandole in una antropologia di tipo personalistico e antinichilistico: l'uomo è una *unitas multiplex*, una unità e totalità tridimensionale di corpo-psiche-spirito. Lo "spirito", ovvero *nous* o *logos* - da cui logoterapia - va inteso non solo come ragione o intelletto, ma anche come spiritualità, sentimento esistenziale, cuore in senso pascaliano. L'uomo, spirito incarnato, può essere pensato come una struttura a strati concentrici il cui centro risulta essere un nucleo spirituale-esistenziale intorno al quale si organizzano perifericamente lo strato psichico e quello fisico. Come la dimensione noetica o spirituale non è riducibile a quella psichica e biologica, allo stesso modo essa non assorbe le altre, ma, rispettandole nella loro specificità, le conserva in una dimensione più alta e superiore.

Uscire da sé, cercare

In questo contesto trovano la loro caratterizzazione i tre pilastri fondamentali dell'approccio logoterapeutico. Il primo: la libertà della volontà. L'uomo è poter-essere, capacità di scelta e decisione. "Esistere" significa essere-facoltativamente, non essere-fatalmente. L'essenza spirituale-esistenziale della persona umana è la libertà: spesso ignorata o definita in termini generici, essa invece rappresenta la precisa possibilità di sottrarsi e autodistanziarsi rispetto a tutti i determinismi che condizionano la struttura psicofisica dell'essere umano.

Il secondo: la volontà di significato. Al di là dell'istinto di piacere e della volontà di potenza, è la volontà di significato a costituire il vero dinamismo e la primaria motivazione dell'uomo. L'io è autotrascendenza, tensione verso il mondo e gli altri, capacità di uscire da sé. Sua caratteristica essenziale è l'intenzionalità, essere aperti e diretti all'altro da sé, verso qualcuno o qualcosa oltre sé. In questo senso la libertà non è solo "libertà-da", ma "libertà-per", ovvero responsabilità.

Il terzo: il significato della vita. In contrasto con una diffusa concezione di tipo soggettivistico e relativistico, Frankl afferma che è soltanto nella relazione costitutiva tra polarità soggettiva (la libertà di decisione) e polarità oggettiva, ontologicamente precedente la volontà (significato della vita), che l'esistenza umana può trovare la sua realizzazione. La vita, infatti, si offre come appello e dono che chiama a un compito: ogni situazione racchiude una possibilità di significato che va scoperta. Il senso della vita si concretizza nella dedizione ai compiti che la vita stessa ci invita a svolgere. In particolare, ogni situazione ci interpella affinché realizziamo quei valori di esperienza, creazione e atteggiamento che riguardano principalmente e rispettivamente la nostra capacità di amare, lavorare e soffrire.

Si comprende ora meglio il punto di vista di Frankl. Infatti, da un lato, la frustrazione dell'aspirazione a trovare un significato esistenziale può portare a forme di nevrosi (noogene) o disagio, noia e vuoto, depressione e aggressività. Dall'altro lato, «una fede incondizionata in un senso incondizionato della vita» e

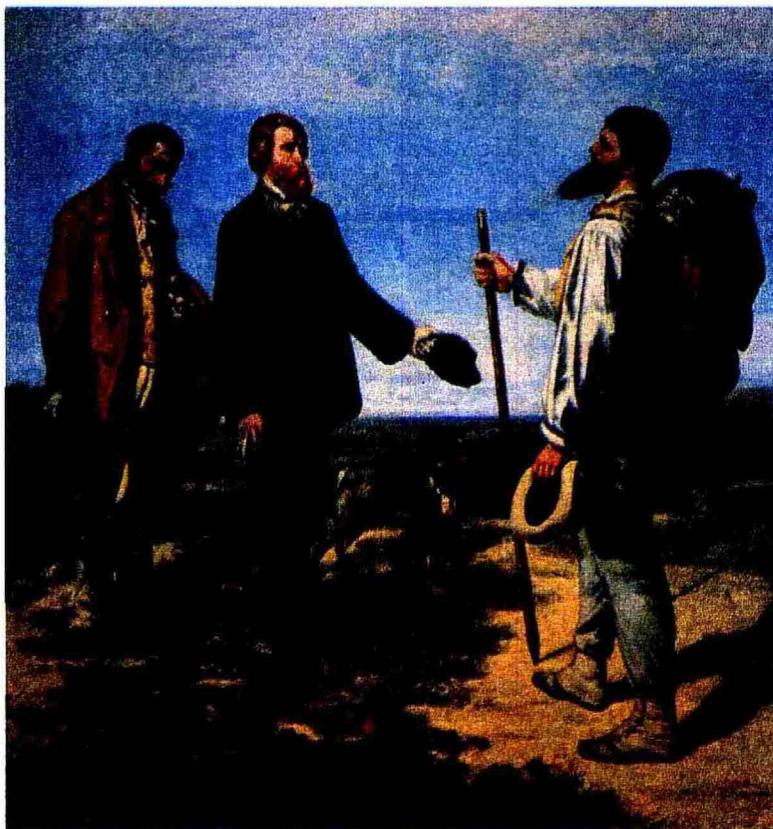
un orientamento positivo verso valori e ideali rappresentano una forza ineguagliabile, «sia dal punto di vista psicoterapeutico che dell'igiene mentale».

In tal modo viene a manifestarsi l'esistenza non solo di un inconscio istintuale, ma anche di un "inconscio spirituale": la rimozione della dimensione significativa e valoriale incrina, infatti, la possibilità di uno sguardo

costruttivo e risanatore verso la vita stessa. È in questa dimensione profonda dello spirito, inoltre, che si rivela la presenza di "Dio nell'inconscio": «mai e poi mai la coscienza potrebbe essere una parola di forza nell'immanenza, se non fosse la parola-Tu della trascendenza».

Oltre alle opere di Frankl, grazie all'Associazione di Logoterapia e Analisi Esistenziale Frankliana

(Alaef), il lettore interessato ha ora a disposizione due utili strumenti: la pubblicazione quadrimestrale (dal 2003) della rivista *Ricerca di senso* e il recente volume *Il senso come terapia. Fondamenti teorico-clinici della logoterapia di Viktor E. Frankl*, a cura di E. Fizzotti, dedicato alla teoria e alla pratica logoterapeutiche nei campi esistenziale e clinico, sociale ed educativo. ●



BIBLIOGRAFIA MINIMA

- *Ricerca di senso, Analisi esistenziale e logoterapia frankliana*, rivista quadrimestrale diretta da Eugenio Fizzotti, Erickson, Trento; www.erickson.it
- *Il senso come terapia. Fondamenti teorico-clinici della logoterapia di Viktor E. Frankl*, a cura di Eugenio Fizzotti, **Franco Angeli**, Milano 2007, pp.224, €22,00
- www.logoterapiaonline.it
- Viktor E. Frankl-Pinchas Lapide, *Ricerca di Dio e domanda di senso. Dialogo tra un teologo e uno psicologo*, Claudiana, Torino, 2006, pp.108, €10,00



Sopra: Gustave Courbet, *Buongiorno signor Courbet (l'incontro)*, 1854 © The Gallery Collection/Corbis; a destra Viktor Frankl

LO SPIRITO NON È
SOLTANTO RAGIONE, MA
ANCHE CUORE. ESISTERE
SIGNIFICA SOTTRARSI
AL DETERMINISMO

