

di Ermanno Pavesi

## 1. La vita

Viktor Emil Frankl nasce il 26 marzo 1905 a Vienna da ebrei praticanti, il padre alto funzionario dell'impero austro-ungarico, la madre di famiglia patrizia d'origine praghese. E nella capitale austriaca trascorrerà quasi tutta la vita, a eccezione del periodo dal 1942 al 1945, durante il quale è internato in campi di concentramento nazionalsocialisti. Frankl si laurea in Medicina nel 1930; si specializza in Neurologia e Psichiatria nel 1936 e dirige dal 1938 la Divisione di Neurologia dell'Ospedale Rothschild, all'epoca l'unico ospedale ebraico di Vienna. Dopo la guerra ottiene la docenza in Neurologia e Psichiatria e svolge attività di ricerca, d'insegnamento e clinica all'università. Contemporaneamente insegna negli Stati Uniti d'America, a Harvard, a Stanford, a Dallas, a Pittsburgh e a San Diego, dove viene istituita per lui la cattedra di Logoterapia, e tiene conferenze in più di duecento atenei di tutto il mondo. Autore di 32 volumi, tradotti in 26 lingue, insignito di 29 lauree *honoris causa*, Frankl si spegne il 2 settembre 1997.

## 2. La Terza Scuola Viennese: dalla psicoanalisi alla Logoterapia

Fin dal tempo dell'università Frankl manifesta uno spiccato interesse per i problemi della psicologia, conosce personalmente il medico viennese Sigmund Freud (1856-1939) ma si sente più attratto dalla psicologia individuale dell'austriaco Alfred Adler (1870-1937), con cui inizia un'intensa collaborazione. All'interno del movimento adleriano Frankl s'avvicina alle posizioni dello psicologo pure austriaco Rudolf Allers (1883-1963), cattolico e tomista, i cui interessi filosofici andavano ben oltre i confini ristretti della teoria adleriana e dopo la sua uscita dal movimento anche Frankl ne viene espulso.

Negli anni successivi egli sviluppa un proprio metodo psicoterapeutico, che con il tempo diverrà l'Analisi Esistenziale e Logoterapia, la Terza Scuola Viennese dopo la psicoanalisi di Freud e la

psicologia individuale di Adler. Frankl riconosce alla psicoanalisi di Freud il merito di aver criticato teorie psicologiche contemporanee incentrate sulla vita cosciente e razionale dell'uomo. La psicoanalisi, fondata sulle teorie della *libido* e dell'inconscio, sostiene invece che le ragioni dell'attività cosciente dell'uomo vanno ricercate in motivazioni inconse di natura istintuale. Ma, se queste teorie hanno ampliato gli orizzonti della psicologia del tempo, attirando l'attenzione sulle componenti irrazionali della vita psichica, Frankl le considera tuttavia materialistiche e riduzionistiche. Infatti, oltre a un inconscio di tipo istintivo egli sostiene l'esistenza di un inconscio di tipo spirituale, e proprio il mancato riconoscimento di quest'ultimo ha gravi conseguenze per la visione dell'uomo, per le teorie relative ai disturbi psichici e infine per le terapie.

La psicoanalisi freudiana considera le parti superiori della psiche semplicemente come sovrastrutture formatesi nel corso dello sviluppo individuale nell'interazione con la cultura e i suoi valori, mediati prima dai genitori e poi da altri educatori, laici e religiosi. Originariamente l'uomo sarebbe solo un insieme d'istinti che lo spingono al loro soddisfacimento. In questa concezione non esistono valori assoluti, lo scopo dell'esistenza si riduce a ricerca dell'omeostasi, cioè al tentativo di ridurre la tensione dei singoli istinti per ritrovare uno stato d'equilibrio.

### 3. Dai processi vitali all'esistenza

Frankl afferma che l'uomo non può essere ridotto a un insieme d'istinti: consiste certamente anche di processi vitali, a volte con un ruolo dominante, ma, a differenza degli altri esseri viventi, possiede una dimensione spirituale, per cui la vita umana non è solo vita biologica ma anche esistenza. L'uomo dispone di un nucleo spirituale che gli consente di prendere posizione nei confronti di condizionamenti d'origine biologica, psichica e sociale, d'opporvisi per quanto possibile e, nei casi in cui essi non possono essere modificati, di non aderirvi passivamente, ma di mantenere comunque un atteggiamento di libertà interiore.

La visione frankliana dell'uomo è ispirata a realismo. Diversamente da teorie psicologiche e da ideologie mediche, che promettono non solo la guarigione ma il benessere fisico, psichico e sociale, Frankl riconosce la precarietà dell'esistenza umana, l'ineluttabilità della sofferenza e, in ultima

analisi, l'importanza della morte come inevitabile conclusione dell'esistenza.

È necessario riconoscere che, nonostante innegabili progressi della medicina, il medico non può garantire la salute permanente, e, in molti casi, l'obiettivo non può consistere nell'eliminazione totale dei disturbi, ma nel trovare un equilibrio che consenta al malato di vivere dando un significato alla propria esistenza nonostante la malattia o, in certi casi, perfino grazie a essa.

La morte, poi, ponendo fine all'esistenza, contribuisce a rafforzare il senso di responsabilità. L'uomo non ha a sua disposizione un tempo infinito, non può rimandare continuamente decisioni o prese di posizione, ma deve agire tenendo conto di questa scadenza di cui non conosce la data. Frankl racconta di aver paragonato nelle sue analisi la vita a un *film* in corso di produzione: la pellicola impressionata non può più essere modificata e non si sa neppure quanta pellicola si abbia ancora a disposizione.

#### 4. La ricerca di significato

Mentre gli animali sono guidati dagli istinti, per cui il loro operare mostra un senso, per esempio la costruzione di un nido, l'uomo è libero di scegliere fra alternative diverse. Frankl deplora che nella civiltà moderna la libertà venga intesa soltanto negativamente, come autonomia nel prendere decisioni, come arbitrarietà, mentre viene trascurato il legame fra libertà e responsabilità. *“Anche se scherzando”* scrive nel 1946, *“spesso faccio una proposta seria agli americani: dopo aver eretto sulla costa orientale della loro nazione una statua colossale alla libertà, non pare sia giunta l'ora di erigere sulla costa occidentale qualcosa di analogo, e cioè una statua della responsabilità?”*.

Infatti, ogni scelta ha una dimensione morale e può esser messa in relazione con un sistema di valori e d'ideali, e proprio questo orientamento può conferire un significato alla scelta. Tali scelte possono risultare difficili in quanto l'uomo si trova in continua tensione fra essere e dover essere, fra la realtà da una parte e gli ideali da realizzare dall'altra: *“[...] la tensione tra l'essere e il significato”* afferma sempre nel 1946 *“è radicata in modo ineliminabile nell'essenza dell'uomo.*

*La tensione tra essere e dover-essere appartiene all'essere-uomo. E quindi costituisce anche una condizione indispensabile di salute mentale".*

Frankl identifica nell'elusione del problema esistenziale una possibile causa di disturbi psichici. Mentre in situazioni difficili, quali guerre e crisi economiche, l'uomo è posto drammaticamente di fronte a problemi concreti, in condizioni di "benessere" affiorano problemi esistenziali, con sensi di vuoto e di *taedium vitae*, con alternative come l'uso di sostanze inebrianti o di droghe.

## 5. Analisi Esistenziale e Logoterapia, trascendenza e religione

La mancanza di significato della propria esistenza può manifestarsi in crisi esistenziali: l'Analisi Esistenziale si propone di rendere l'uomo consapevole dell'importanza dell'"*esser responsabile*" per la propria esistenza. In certi casi tali crisi raggiungono livelli patologici e Frankl li definisce "*disturbi noogeni*", cioè riconducibili al *nous*, allo spirito. La cura di questi disturbi deve tener conto del significato più profondo dell'esistenza e della realtà, del *Logos*, e si presenta come Logoterapia.

L'Analisi Esistenziale non riconosce solo la dimensione spirituale dell'uomo ma anche una componente trascendente ed entra in contatto con l'ambito religioso. Frankl ha il merito di aver posto sempre in modo chiaro il rapporto fra la religione e una psicologia che prende in considerazione nell'uomo non solo l'apparato psichico ma anche la dimensione spirituale, che ne influenza la vita psichica e psicosomatica e lo apre all'ambito religioso.

In Frankl la psicoterapia ha come scopo primario la salute psichica, la religione la salvezza dell'anima, ma questa distinzione non esclude la possibilità d'interazioni: tanto la salute psichica può aver ripercussioni sulla salvezza dell'anima, quanto la realizzazione spirituale sulla vita psichica. L'approccio dell'Analisi Esistenziale all'etica e alla religione è completamente diverso da quello psicoanalitico. Mentre la psicoanalisi considera la coscienza come Super-Io, come un'istanza che si è formata nel corso dello sviluppo e quindi di cui sarebbe possibile spiegare psicologicamente l'origine, Frankl intende la coscienza come l'istanza più alta nell'uomo, che non può essere spiegata né con gli istinti dell'Es né con fenomeni dell'Io, ma come "[...] un fenomeno che

*trascende il puro essere-uomo, e quindi* □ afferma nel 1948 □ *interpreto me stesso, la mia esistenza partendo dalla trascendenza*”, o come “[...] lato immanente di un tutto trascendente che, come tale, si innalza al di sopra del piano dell’immanenza psicologica, transcendendolo”. La voce della coscienza è, in qualche modo, *“la voce della trascendenza”*, per cui “[...] attraverso la coscienza della persona umana risuona una istanza sovrumana”. L’uomo non è semplicemente un esemplare della specie umana, un mammifero più sviluppato di altri, ma è persona, che si può aprire a una dimensione che supera l’ambito umano.

Frankl capovolge anche l’interpretazione freudiana del rapporto fra immagine di Dio e padre, criticando la tesi secondo cui le concezioni religiose sarebbero solamente proiezioni psichiche rispondenti a esigenze di tipo nevrotico: *“Nella psicanalisi non solo* □ scrive sempre nel 1948 □ *il Super Io rappresenta una immagine paterna introiettata, ma ciò viene affermato in maniera particolare del concetto di Dio; per la psicanalisi Dio è una pura immagine paterna.*

*“Noi invece affermiamo l’opposto. In realtà, non è Dio un’immagine del padre, bensì il padre è un’immagine di Dio. Per noi il padre non è l’archetipo della divinità, ma è vero il contrario: Dio è l’archetipo di ogni paternità. Solo dal punto di vista ontogenetico, biologico, biografico, il padre costituisce il primum. Dal punto di vista ontologico il primum è Dio. Se dunque sotto il riguardo psicologico il rapporto “padre-figlio” è antecedente all’altro “uomo-Dio”, sotto il riguardo ontologico non è primario, ma ricalcato su quest’ultimo”.*

## 6. Critico della modernità

Viktor E. Frankl è pure un sottile critico della modernità: il riconoscimento del significato dell’esistenza contraddice ogni forma di nichilismo e d’esistenzialismo, ogni forma di disperazione e di disprezzo della vita umana, e rappresenta piuttosto un invito all’uomo a riflettere, ad assumersi le proprie responsabilità, a riconoscere nello stesso tempo il significato dell’esistenza di ogni essere umano e quindi della sua dignità indipendentemente dalle condizioni esteriori. Il richiamare che l’uomo può realizzarsi solamente aprendosi all’altro, superando sé stesso in una relazione non solo orizzontale ma anche verticale, sconfessa una caratteristica del mondo moderno,

il narcisismo: l'atteggiamento egoistico di chi pone al primo posto il soddisfacimento delle proprie esigenze individuali, senza alcun riguardo per gli altri.

Frankl fa parte dello sparuto gruppo di psichiatri e di psicoterapeuti che non sono stati abbagliati dalle verità parziali della psicoanalisi e della psicologia del profondo, e che non si sono neppure limitati a criticarne le teorie, ma hanno cercato di prospettare in alternativa una teoria atta a spiegare fenomeni psichici razionali e irrazionali, normali e patologici, partendo da una concezione dell'uomo come essere dotato di anima e di corpo e con una vocazione alla trascendenza.

---

Per approfondire: su Viktor E. Frankl e il suo pensiero, vedi don Eugenio Fizzotti SDB, *La logoterapia di Frankl. Un antidoto alla disumanizzazione psicanalitica*, Rizzoli, Milano 1974; fra le opere tradotte in italiano – tutte curate dallo studioso salesiano –, vedi *Uno psicologo nei Lager*, Ares, Milano 1996; *Logoterapia e analisi esistenziale*, Morcelliana, Brescia 1997; *Dio nell'inconscio. Psicoterapia e religione*, Morcelliana, Brescia 1990; e *La vita come compito. Appunti autobiografici*, Società Editrice Internazionale, Torino 1997, con adeguata bibliografia.