

**Nociones socráticas en el *sentido de vida* de la logoterapia de Viktor Frankl:
*conocimiento de sí y cuidado de sí***

Autora: María Terea Jiménez Padilla

Tutora: Carolina Angulo Orozco

Trabajo de grado para optar por el título de filósofa

Universidad El Bosque

Departamento de Humanidades

Programa de Filosofía

Abril 2022

Tabla de contenido

INTRODUCCIÓN	3
CAPÍTULO I: NOCIONES SOCRÁTICAS	7
1.1 La filosofía como forma de vida en Sócrates.....	7
1.2 <i>Elenchus</i> : Ironía socrática y la búsqueda de la verdad.....	10
1.3 Conocimiento y cuidado de sí	16
CAPÍTULO II: LOGOTERAPIA Y VIKTOR FRANKL	20
2.1 Viktor Frankl y El hombre en busca de sentido	20
2.2 Surgimiento de la logoterapia y conceptos fundamentales	21
2.3 Técnicas de aplicación de la logoterapia	23
2.3.1 Intención paradójica.....	24
2.3.2 Derreflexión.....	25
2.3.3 Autodistanciamiento.....	25
2.3.4 Modificación de actitudes	25
2.3.5 Diálogo socrático.....	26
2.4 Diálogo socrático, autoconocimiento y autocuidado en la logoterapia.....	26
2.5 Frankl: sufrimiento y sentido en la logoterapia	29
CAPÍTULO III: FUNDAMENTOS SOCRÁTICOS DE LA LOGOTERAPIA	31
3.1 La filosofía en la logoterapia	31
3.2 ¿Sócrates y la logoterapia?	34
3.3 <i>Conocerse a sí mismo</i> en la logoterapia.....	35
3.4 Los herederos de Sócrates y Frankl: Sufrimiento y logoterapia	36
CONCLUSIÓN	41
ANEXO	45
Bibliografía	46

INTRODUCCIÓN

A partir de Sócrates se dio una exposición intensa sobre la búsqueda de la verdad y el bienestar humano. Su indagación sobre el hombre después de visitar al Oráculo de Delfos lo llevó a preguntarse sobre cuestiones fundamentales que serían grandes temas de investigación en la actualidad, como el saber, la ética y la virtud, la justicia, la piedad y el conocimiento y el cuidado de sí.

Sócrates consideraba importante las definiciones universales, pues estas permitían a los hombres crear una base sólida que los alejaba del relativismo de las doctrinas sofistas. Con su constante interacción con el pueblo de Atenas, rápidamente se convirtió en una figura muy conocida durante su vida y mucho más después de su muerte. Marcó así, de modo profundo, gran parte de la historia de la filosofía, tal como lo manifiesta García (2015):

La figura de Sócrates constituye tanto el punto de referencia ineludible de la filosofía griega, que la historiografía divide en presocráticos y socráticos (al margen de sus contemporáneos y rivales sofistas), como uno de los mayores enigmas para estudiantes e investigadores. En el caso de este gran filósofo, no es la escasez sino la abundancia y disparidad de testimonios, quizá determinados por la ambigüedad del propio personaje, lo que nos aparta de una recta y sencilla comprensión. Aristófanes lo caricaturiza, Jenofonte parece atenuar el talento filosófico del maestro y Platón, exagerarlo, mientras Aristóteles, quizá con mayor capacidad e interés crítico, no pudo conocerlo personalmente (6).

Encontramos muchas y variadas aseveraciones sobre su vida y pensamiento que influenciaron la creación de diferentes escuelas de pensamiento por parte de sus discípulos, en las que cada uno a su manera intentaba ofrecer una imagen de su maestro y sus enseñanzas. Sin embargo, en este texto, no nos detendremos a indagar cuál escuela o discípulo muestra una mayor autenticidad del maestro, ni se intentará resolver el conocido complicado problema de su historicidad y su verdadero pensar, sin que esto implique desconocerlo. Por lo que acogeremos los diálogos platónicos como exponentes de la figura de Sócrates, sin dejar de reconocer que Platón progresivamente se va alejando de su maestro para exponer sus propias doctrinas.

Nos dedicaremos a presentar algunos rasgos específicamente del diálogo socrático como ejercicio que se vuelve vital en Sócrates y con el cual a través de elementos como la ironía

va desarrollando los conceptos *conocimiento* y *cuidado de sí* y cómo estos podrían influir en prácticas psicoterapéuticas actuales, como la logoterapia de Viktor Frankl.

Para el desarrollo de la primera parte del texto se tratará el tema de la ironía socrática como recurso que se vuelve recurrente en el dialogar socrático, y que le posibilita llegar a los hombres a través del cuestionamiento, lo que permite que sus oyentes se fijen en su desconocimiento, en sus contradicciones y en el descuido con el que han llevado su vida. Posteriormente, se hablará de la importancia de cada uno de estos conceptos — *conocimiento de sí* y *cuidado de sí*— y cómo se desarrollan en el ejercicio dialógico. A lo largo del texto se defenderá la postura de Sócrates como defensor de la verdad y por qué no se logra llegar a esta si no nos conocemos y cuidamos a nosotros mismos, resaltando la importancia del autoexamen, del cuidarnos de las verdades provenientes de opiniones y del autocuestionamiento.

La logoterapia es un tipo de psicoterapia humanista existencial y, como suele ocurrir en cualquier tipo de terapia, siempre hay una teoría que subyace en su práctica. Por esta razón, se abordarán las nociones filosóficas que se encuentran en la logoterapia que tienen sus raíces en Sócrates -sin dejar de lado que también hay en ellas una fuente estoica-. Se tratará así de un enfoque más filosófico que médico.

Son dos las partes importantes que Viktor Frankl, fundador de la logoterapia, toma de la filosofía para desarrollarla. Por un lado, las perspectivas fenomenológicas-existenciales de autores como Merleau-Ponty, Kierkegaard, Husserl, Heidegger, desde las que la tarea del logoterapeuta es, en este sentido, la de acudir a un análisis fenomenológico de los datos inmediatos de la experiencia real del paciente. De tal manera que, le permita poder ampliar el campo visual del consultante en lo tocante a sentidos y valores, tal como lo expone en su texto *Psicoterapia y existencialismo* (2003):

[...] a través de un análisis fenomenológico el hombre no sólo encuentra significatividad a su vida por lo que hace, sus obras, su creatividad, sino también por sus experiencias, sus encuentros con lo verdadero, bueno y bello del mundo y, por último, pero no por ello menos importante, por sus encuentros con los demás, con los seres humanos y sus cualidades únicas (29).

Por otro lado, la otra parte de la filosofía que Viktor Frankl implementa en su terapia, y de la cual se ocupará este escrito, proviene de la filosofía antigua, puntualmente de Sócrates.

En el desarrollo de las sesiones de logoterapia se llevan a cabo varias técnicas apropiadas para el tratamiento del paciente, tal como lo muestra la Sociedad Mexicana de Análisis Existencial y Logoterapia S.C. (SMAEL): la *intención paradójica*, la *derreflexión*, el *autodistanciamiento*, la *modificación de actitudes* y el *diálogo socrático* —tema central en esta investigación—. En la primera técnica, el logoterapeuta incentiva al paciente a intentar de manera voluntaria aquello que trata de evitar con ansiedad. Con la segunda técnica se busca que el paciente se olvide de su padecimiento para disminuir la tendencia a la preocupación excesiva. Con el *autodistanciamiento* se quiere que el consultante pueda observarse a sí mismo, más allá de su dificultad, que pueda lograr la separación de él mismo con su padecimiento para ir logrando una mirada objetiva de la cuestión que lo atormenta. La *modificación de actitudes* trata de apuntar al cambio de comportamiento no saludable del paciente para que fije su atención en actitudes no dañinas y, antes bien, practique comportamientos motivadores de cambio.

Como última técnica se encuentra el *diálogo socrático*, que transversaliza todo el desarrollo de las sesiones logoterapéuticas. A partir de esta técnica, se implementa un «estilo mayéutico» como proceso que puede guiar a la persona hacia el *conocimiento de sí mismo* y, por consiguiente, al *cuidado de sí*. La presente monografía se centra en esta última técnica, el diálogo socrático, y en el desarrollo de las nociones *conocimiento de sí* y *cuidado de sí* que se dan en las conversaciones que Sócrates sostenía con sus discípulos y que juegan un papel importante en la logoterapia de Viktor Frankl y su noción de *sentido de vida*.

Parece que la aplicación del diálogo socrático en la logoterapia, en un primer momento se da solamente para lograr un acercamiento profundo con el paciente, sin embargo, al analizar las partes de este tipo de conversaciones, la ironía, las analogías y paradojas que se usan para llevar al límite al paciente, tal y como lo hacía Sócrates con sus interlocutores, se encuentra que hay ciertas nociones que comparten significados, por esta razón se busca hacer una interpretación de las nociones *conocimiento de sí* y *cuidado de sí* y por el *sentido de vida* en Frankl, pues los dos pueden estar de acuerdo en que para llegar al autoconocimiento es posible un punto de partida desde cero, dado que “el hombre

sólo vuelve a sí mismo, a ocuparse de sí mismo, después de fallar su misión, tras fracasar en la búsqueda de sentido en su vida” (Frankl *Psicoterapia* 24). El reconocimiento de este punto de partida es el impulsor de una construcción clara del autoconocimiento en el caso de Sócrates o de un sentido de vida en el caso de Frankl.

CAPÍTULO I: NOCIONES SOCRÁTICAS

“Una vida sin examen no merece la pena ser vivida”

-Platón, *Apología*, 38a

1.1 La filosofía como forma de vida en Sócrates

Una de las figuras más representativas de la filosofía griega, que ha permitido ver cómo se desarrollaba el ejercicio práctico filosófico en la Antigüedad, es Sócrates. Aun cuando ha sido una labor ardua distinguir a lo largo de la historia la voz socrática y la platónica en los *Diálogos* de Platón, es precisamente ese misterio de la figura socrática, que conocemos mayormente gracias a su discípulo, lo que ha marcado de modo profundo gran parte de la historia de la filosofía. Tal como lo menciona Charles Kahn en su texto *Platón y el diálogo socrático* (2010):

Platón comenzó a escribir sus diálogos como discípulo de Sócrates para transmitir el pensamiento de su maestro, incluso quizás antes de su muerte, y fue apartándose de él para presentar su propia perspectiva en una etapa media. De modo que los primeros diálogos, de carácter irónico y aporético, recogen el pensamiento de Sócrates, centrado básicamente en la cuestión antropológica. En un período posterior Platón se distancia de él para postular su «teoría de las ideas», la desarrolla explícitamente en cinco ocasiones, y finalmente la abandona, porque ha cambiado de perspectiva (11).

No obstante, fue Platón, su más reconocido discípulo, quien trascendió con fuerza en la historia de Occidente, ya sea por agregar un valor literario a sus diálogos, o porque la Academia, escuela fundada por él, perduró por siglos y permitió conservar y desarrollar los *Diálogos*. Sin embargo, no se puede desconocer que Sócrates inspiró a personajes como Antístenes, fundador de la escuela cínica, a Aristipo, fundador de la escuela de Cirene, a Euclides, fundador de la escuela de Megara, y a Fedón y Menedemo, a cargo de Elis y de Eretria, también a Epicteto, representante del estoicismo quien al igual que Sócrates no dejó escritos, sino que su discípulo Flavio Arriano escribió gran parte de sus enseñanzas.

En todo caso, afirma el filósofo e historiador Pierre Hadot (1998), que al parecer existe un punto en común en todas estas escuelas: “con ellas aparece el concepto, la idea de

filosofía, concebida como cierto discurso vinculado con un modo de vida y como un modo de vida vinculado con cierto discurso” (36). Estas escuelas, cada una a su manera, no se limitaban a desarrollar, postular o enseñar sistemas teóricos, sino a vivir un modelo de vida.

Mientras el objetivo de muchas de las escuelas, métodos o sistemas de enseñanzas contemporáneos tienen una tendencia a ofrecer una explicación del mundo y del ser humano, el objetivo principal en la filosofía antigua era el de alterar la comodidad del otro. Hadot está de acuerdo con Victor Goldschmidt (2009) en que los *Diálogos* platónicos, aunque aborden discusiones referentes a conceptos, está al mismo tiempo con gran fuerza la intención de formar el espíritu y un cultivo constante de una determinada actitud hacia la vida.

En este orden de ideas, considero que hay una disimilitud importante con respecto a la forma de comprender la filosofía en la antigüedad marcada con los *Diálogos* platónicos. A diferencia de la filosofía actual donde la importancia radica principalmente en el discurso teórico, especializado para el mundo académico, en la época platónica la importancia radicaba en el cultivo de una sabiduría vital, en el arte del buen vivir. Esto lo podemos apreciar no solo en la escuela platónica, en la que Sócrates ejemplificó esta manera de entender la filosofía como “arte del buen vivir”, y construyó un vínculo entre teoría y práctica, sino también en escuelas posteriores como el estoicismo.

Con Sócrates la actividad filosófica podía concebirse como una forma de vida, es decir, como una actividad cotidiana acompañada de una disposición hacia el pensar, al cuestionamiento y la reflexión, aspectos que acostumbrábamos a ver, precisamente, en la filosofía griega: hombres con una actitud práctica sobre la filosofía y que la ejercían en su vida diaria. Estudiosos del tema como Hadot intentan rescatar esta manera de abordar la filosofía, retomar su «sentido original» y examinar la importancia de cultivar este modo de hacer filosofía hoy.

¿Pero de qué manera se vincula la figura de Sócrates con esta noción de filosofía? Sócrates impulsa esta noción de filosofía cuando, después de hablar con el Oráculo de Delfos, dedica su vida a comprobar uno de los aforismos griegos más importantes de la historia. Recordemos que en Sócrates es bien conocida la noción *conocimiento de sí* merced a la expresión del oráculo: «Conócete a ti mismo», quien a su vez manifestó que

Sócrates era el hombre más sabio de Atenas. Estos dos enunciados se introducen en su vida y lo llevan a indagar cuánta certeza hay en esas palabras. A través de las conversaciones que Sócrates sostenía con sus interlocutores, buscaba de manera implícita comprobar las palabras del Oráculo. Él no se consideraba sabio, pero estaba convencido de que un dios no miente.

El filósofo griego se acercaba a los hombres que se hacían llamar conocedores de múltiples temas, como los sofistas, para comprobar si las palabras del Oráculo estaban en lo cierto. Sin embargo, se encontraba con personajes que creían saber de temas que en realidad no conocían y se decía a sí mismo: “[...] también quizás en esto me diferencio de la mayor parte de los hombres y, por consiguiente, si dijera que soy más sabio que alguien en algo, sería en esto, en que, no sabiendo suficientemente sobre las cosas del Hades, también reconozco no saberlo” (*Apología* 29b).

Y es el «no saber» la primera información que suele quedarle a los interlocutores en la actividad dialógica: el saber más certero es la experiencia de conocer que no se sabe nada. La cuestión, y de la cual me ocuparé en este capítulo, nace de esa experiencia del no conocer y es el eco que queda al no conocernos a nosotros mismos. Así como lo menciona Hinojosa y López (2016) el diálogo socrático suele conducir a los interlocutores a descubrir el desconocimiento:

El mencionado ejercicio dialógico conducía la barca de sus ocupantes hacia la «bancarrota», toda vez que al final de este ejercicio, tanto uno como el otro, se descubrían ignorantes. El eco que registraba el espíritu en la puesta en marcha de la mayéutica redundaba directamente en el descubrimiento de sí de los interlocutores. El lugar que ocupaban las piezas que decoraban el mundo de los dialogantes era completamente alterado después de haberse enfrentado con Sócrates: nada quedaba en su sitio, por el contrario, cada cual se descubría desnudo, expuesto —ante sí y ante los otros— a la vergüenza (29).

Parece entonces que el camino que emprende Sócrates después de su encuentro con el Oráculo es el de hacer tomar conciencia a los hombres de su no saber. Para realizar esta misión, según autores como Raga Rosaleny (2011) —quien se ha dedicado a estudiar los aspectos semánticos y pragmáticos de la ironía en Sócrates—, el filósofo acoge la actitud irónica, simula que va a aprender algo de su interlocutor para llevarlo a descubrir que no conoce nada de lo que creía saber. En este recorrido, el filósofo no solo descubre que los

personajes que se hacían llamar sabios no conocían sobre lo que creían conocer, sino que había desconocimiento y descuido sobre ellos mismos.

Encaja el actuar de Sócrates aquí, en la definición de ejercicio espiritual como una práctica voluntaria, personal, destinada a operar una transformación en el individuo, una transformación de sí, como lo expone Hadot en *El discurso filosófico como ejercicio espiritual* (2009). Sin embargo, aunque el diálogo socrático llega a una aporía, a la imposibilidad de concluir y de formular un saber, debido a que el interlocutor descubrirá la vanidad de su saber, encontrará al mismo tiempo su verdad, es decir, al pasar del saber a él mismo, empezará a autocuestionarse. Al parecer con Sócrates lo que está en cuestión no es aquello de lo que se está hablando sino quien está hablando. Esto podemos observarlo en la generación de Alcibíades e Hipócrates (*Diálogos VII y Apócrifos Dudosos*), jóvenes que acudían frecuentemente a las clases ofrecidas por los sofistas, quienes creían que todo era enseñable. Con Sócrates lo que ocurría era que estos jóvenes como Alcibíades, deseosos de aprender, se cuestionaban en primer lugar, si era posible aprender lo que deseaban y reconocían la ignorancia sobre diversos temas, es decir, que el asunto en cuestión a aprender o discutir pasaba a un segundo plano y se partía de un autocuestionamiento del interlocutor.

En el texto *El arte de vivir* (2005), Nehamas habla sobre este enfoque subjetivista que se empieza a desarrollar en los *Diálogos* socráticos, expone que precisamente con esta búsqueda que realiza Sócrates nace la importancia de la subjetividad y la conciencia del individuo. Surge la lectura de Sócrates como uno de los primeros hombres en preocuparse por la relación *cuidado de sí - conocimiento de sí*, debido a que en el proceso de dialogar lleva a sus interlocutores a un ejercicio de autocuestionamiento y, a medida que avanza el ejercicio dialógico, ellos se ven obligados a poner cuidado sobre ellos mismos y a preocuparse por la manera como están llevando sus vidas.

1.2 Elenchus: Ironía socrática y la búsqueda de la verdad

Una de las cuestiones que preocupó puntualmente a Sócrates fue el tema de la verdad. José Alsina (1967), historiador y filósofo, afirma que el diálogo es lo único que permite un avance positivo en pos de "lo que es", de la Verdad. Para ello hay un momento importante en la actividad dialógica: hacer descubrir la importancia de conocernos a

nosotros mismos y, por consiguiente, aceptar el error en el que vivíamos. En esto tiene un rol relevante la ironía, asunto del que nos ocuparemos en este apartado.

Autores como John Bussanich y Nicholas D. Smith en el texto *Ironía Socrática* (2013) se refieren a la ironía como un “juego” que surge en los diálogos e identifican a Platón como el responsable de toda la ironía que encontramos en las conversaciones socráticas. Sin embargo, a lo largo de la historia se han planteado diferentes interpretaciones a este asunto. Algunos estudiosos del tema ven un propósito político en la ironía y no ven la necesidad de identificar si esta es platónica o socrática y también hay quienes sostiene que se trata de una actitud, de una “ironía práctica”, de un estilo cuyo carácter es genuino.

Y es que Sócrates no debe descubrir la realidad a su discípulo, a su interlocutor. Hacerlo sería traicionarse a sí mismo, obrar en contra de su misión de «partero espiritual», y así es como se ha definido Sócrates. En el *Teeteto* se puede leer:

— Soc: ¿Es que no has oído que soy hijo de una excelente y vigorosa partera llamada Fenáreta?

—Teeteto: Sí, eso ya lo he oído.

—Y, ¿no has oído también que yo practico el mismo arte?

— No, en absoluto

— Pues bien, te aseguro que es así. Pero no lo vayas a revelar a otras personas, porque a ellos, amigo mío, se les pasa por alto que poseo este arte. Como no lo saben, no dicen esto de mí, sino que soy absurdo y dejo a los hombres perplejos. [...] Lo más grande que hay en mi arte es la capacidad que tiene de poner a prueba por todos los medios si lo que engendra el pensamiento del joven es algo imaginario y falso o fecundo y verdadero. Eso es así porque tengo, igualmente, en común con las parteras esta característica: que soy estéril en sabiduría. Muchos, en efecto, me reprochan que siempre pregunto a otros y yo mismo nunca doy ninguna respuesta acerca de nada por mi falta de sabiduría, y es, efectivamente, un justo reproche. La causa de ello es que el dios me obliga a asistir a otros pero a mí me impide engendrar (149a).

La misión socrática, según las palabras expresadas en el *Teeteto*, es la de guiar a los que frecuentemente andan nublados por ideas vagas; ayudarles a descubrir la verdad que desconocen, pero que habita en su interior. Y, para tal fin, Sócrates toma una actitud

irónica que se vuelve vital en su camino de indagación, constituyéndose en una de las figuras que mejor ha representado los aspectos «pragmáticos de la ironía», actividad que conforma en este personaje, según Rosaleny (2007), una forma de vida.

Según este autor, la ironía ha sido una noción que ha acogido múltiples sentidos a raíz del devenir histórico y su uso en las diferentes sociedades, entrelazándose en una doble estructura: la semántica y la pragmática. Rosaleny afirma que Sócrates ha sido uno de los personajes que ha caracterizado ambos lados de la ironía, pero con más fuerza el lado pragmático.

Con el lado semántico se refiere a la parte del significado, a la ambigüedad del lenguaje, al empleo de mecanismos retóricos. Por el lado de la ironía pragmática, el autor nos dice que esta es concebida “como parte de un proceso comunicativo amplio, comprendida en términos meta-referenciales y articulada como mecanismo de corrección de las normas de comunicación en que reposa el sentido de un lenguaje entendido como forma de vida” (72). De allí que Sócrates sea, según Rosaleny, un gran ejemplo de este tipo de ironía, pues hace referencia a una ironía vital, a una manera de vivir, a una paradoja viviente que se mueve entre la “sinceridad y una disimulación cercana al engaño, oscilando entre ellos, estaría el ocultamiento, que no engaña, pero que tampoco revela” (79).

Pero ¿dónde nace esta manera particular de conversar? Cuando Sócrates, en busca de una respuesta, se dirige al Oráculo para averiguar si es cierto que él es el hombre más sabio, no quedando satisfecho con las palabras del dios, decide salir a indagar y toma él mismo la actitud del desconocimiento. Esta actitud ha sido reprochada por algunos de sus oyentes, como fue el caso de Trasímaco en *La Republica* de Platón:

Trasímaco: ¡Por Hércules! Ésta no es sino la habitual ironía de Sócrates, y yo ya predije a los presentes que no estarías dispuesto a responder, y que, si alguien te preguntaba algo, harías como que no sabes, o cualquier otra cosa, antes que responder [...] —Veo claro todo — protestó Trasímaco—. Lo hacen para que Sócrates consiga lo habitual: que él no responda, sino que, al responder otro, tome la palabra y lo refute (337a).

Trasímaco como otros detractores de Sócrates tenían la sospecha de que, la ironía socrática acerca de la ignorancia no era sincera y pensaban que el filósofo debía conocer muy bien el significado de los conceptos que solía tratar con sus interlocutores. Sin embargo, explica detalladamente Kahn (2010) en su texto *Platón y el diálogo socrático*

que en la *Apología* de Sócrates no se evidencia necesidad alguna de ocultar una sabiduría que posee o mostrar experticia en temas que realmente no conoce. El filósofo siente la confianza que su desempeño en la Polis fue justo y su accionar no perjudicó a nadie.

¿De dónde procede esta confianza? A nivel del texto no hay en realidad ningún misterio, la propia *Apología* da una respuesta perfectamente clara: Sócrates está convencido de que un mandato divino lo ha guiado, de que el oráculo de Delfos, junto con la voz interior y los sueños a los que hace referencia han contribuido a confirmarle que está actuando correctamente y que su destino está en buenas manos. Desde la primera mención del oráculo (en 20e) hasta la última palabra del tercer discurso, Sócrates justifica su vida y su conducta una y otra vez refiriéndose a la misión divina que realiza (113).

Nehamas (2005) es otro autor que rechaza entender la ironía socrática como ignorancia fingida, como lo han manifestado autores como Norman Gulley (1968). De acuerdo con Nehamas la ignorancia de este personaje es genuina y es el hecho más certero que conocemos de Sócrates y se niega a aceptar que este sepa, verbigracia, qué es la piedad, la virtud o la justicia, pero que finja no saberlo ante sus semejantes: “La ignorancia inconsciente del que responde también refleja la ignorancia que incitó a Sócrates, quien por lo menos es consciente de su carencia de conocimiento, a hacer las preguntas que hizo en un principio” (116).

Así, Sócrates no solo es irónico, también es honesto, como cuando afirma que él desconoce saber qué es la virtud (en el diálogo *Menón*), pero se ha dedicado con todos sus esfuerzos a encontrar a alguien que le pueda compartir este conocimiento. Nehamas en su texto *El Arte de vivir* (2005), ha nombrado la concepción de ironía de otros autores con respecto a Sócrates, “como Hegel, quien argumentó que la ironía era solamente una parte del método de Sócrates para demostrar que las preguntas morales deben ser respondidas por los individuos a través del autocuestionamiento (115).

Y, sin embargo, ¿cuál era el objetivo de mantener esta actitud irónica hacia los demás? La ironía socrática parece estar orientada al propósito de que el interlocutor se dé cuenta que desconoce los temas que cree conocer, no obstante, hay una compañía a ese interlocutor en la que se da el autorreconocimiento del *no saber* y esa es la parte más interesante de esta actitud irónica, pues Sócrates busca llevar a los interlocutores no solo a tomar conciencia de su no saber, sino que las preguntas, las analogías y la actitud con la que imparte tienden a que en el diálogo haya una necesidad de detenerse a preguntarse

por ellos mismos. Es entonces Sócrates alguien que considera que “una vida sin examen no merece la pena vivirla” (38a) como lo manifestó en la *Apología* y que, no obstante, ayudaría sin forzar, a que cada uno de sus oyentes llevara a cabo un examen de sí mismo. Un hombre que al mismo tiempo consideraba que es más grave hacer el mal que recibirlo y que, en la búsqueda de la verdad, encontrarse a sí mismo es fundamental para llegar al conocimiento.

Ahora bien, el lado pragmático de la ironía socrática busca detenerse en el autoexamen, esto sucede cuando el interlocutor cae en un estado de perplejidad que nubla la idea del conocimiento que creía tener y promueve, primeramente, el reconocer su desconocimiento hacia el tema en cuestión y, acto seguido, parte de ese desconocimiento para llegar o aproximarse a un conocimiento sólido, libre de opiniones o referencias. Sócrates toma la ironía como una tarea vital que tiene implícita una propuesta hacia el *conocimiento y cuidado de sí*. Cuando la persona que dialoga con Sócrates se encuentra en ese estado de perplejidad, se vislumbra que hay un descuido de sí mismo por creer saber algo que en realidad no sabía, de ahí que se emprenda una búsqueda de autoconocimiento y posteriormente un cuidado de sí para un mejor desenvolvimiento en la *polis* y un mejor vivir en todas las dimensiones.

Aunque no se sabe con exactitud la intención de la ironía socrática, si es fingida, genuina, o tiene un propósito de superioridad o humildad, en este trabajo se apoyará la idea contemporánea de que esta tiene intenciones terapéuticas hacia el interlocutor, esta idea se sostiene en la afirmación de Nehamas (2005) de que “Sócrates luchó contra la autoridad de los códigos externos de comportamiento y enfatizó, por primera vez, la importancia de la subjetividad y la conciencia del individuo” (114). Sócrates, mediante la ironía, se enfrentó al orden establecido de la época, su convicción subjetiva de que todo era un encargo divino lo pone ante una dificultad: la que Carlos Goñi (2001) expone en su texto *Sócrates y Kierkegaard* como la imposibilidad de no poder demostrar que su posición es objetivamente superior a la del orden establecido. “Se encuentra con una verdad subjetiva, mantenida por «la más apasionada interioridad», que debe comunicar; pero, por su carácter no objetivo, no la puede comunicar directamente, sino de forma indirecta, irónica, mayéutica” (84).

Por consiguiente, para comprender la profundidad, el sentido y la función de la ironía socrática, hay que relacionarla intrínsecamente con la ignorancia como punto de partida,

y de llegada, con todo el planteamiento intelectual de Sócrates. “La misma *Apología* es para Kierkegaard, en su conjunto, una «construcción irónica», ya que el genio de Sócrates reduce a la nada todas las acusaciones, a una nada que es pura ironía, como lo fue su propia vida, su propuesta de ser arrestado en el Pritaneo, o la del pago de una multa” (como se cita en Gros 78).

Por esa razón diversos autores y comentaristas contemporáneos toman a Sócrates como una figura revolucionaria, no tanto por haber hecho algo, sino porque, a pesar de las consecuencias que le podía traer el continuar con su indagación personal, no dejó de hacerla, incluso cuando la ironía lo alejó de una reputación bien vista por el Estado. Su postura, si bien empezó como un ejercicio personal, se vuelve su *forma de vivir* hasta sus últimos años, incluso hasta minutos antes de su muerte.

Autores mencionados como Hadot (2000; 2009) se centran en la importancia de algunas conversaciones de Sócrates en las que, a través de la actitud irónica, se resalta el papel del *cuidado de sí* en la cotidianidad de la vida de las personas, a partir de verdades poco satisfactorias como reconocer que se es ignorante de las cosas fundamentales de la vida, sin embargo, destaca el ejercicio que él emprende de motivar a acercarse a las verdades y a actuar de acuerdo con estas. Sócrates fue un personaje de cierta manera útil para su ciudad y beneficioso para sus amigos, como consta en la *Apología*:

Al instigarlos a cuidar de ustedes mismos, estoy siendo útil a la ciudad como un todo. Y si trato de proteger mi vida es importante para la ciudad que lo haga; es importante para la ciudad proteger el discurso que dice la verdad, la valentía inherente al acto de decir la verdad que urge a los ciudadanos a que cuiden de sí mismos (29d).

El ejercicio de autoconocimiento que emprende el filósofo y transmite a quienes tenían la valentía de conversar con él pone de manifiesto que para poder cuidar de nosotros mismos es necesario conocerse, y esto implica tener conocimiento de la naturaleza del alma y de la realidad a la que se pertenece. Sócrates, para hacer referencia a esta inversión, utilizó las palabras *epimeleia* y *epimelesthai*, que significan «poner atención» y se correlacionan con la forma platónica de «aplicar el espíritu sobre sí» (Hinojosa y López 32). Para Sócrates, el cuidado de sí supone el conocimiento, igualmente, de sí, y semejante ejercicio involucra el cuidado de otros, puesto que el trabajo sobre sí mismo no es nunca

resultado de una reflexión aislada, sino una búsqueda constante a través de la interacción, del diálogo.

En este orden de ideas, se puede notar cómo la ironía, actitud que se vuelve imprescindible en Sócrates, por un lado, resuena en la vida de los hombres hasta el punto de hacerlos tomar conciencia de la ignorancia, de las contradicciones y de reconocer el descuido con el que han llevado su vida, y, por otro, despierta el interés del autocuestionamiento y el poner atención a sí mismo, volviéndose de esta manera la ironía una forma de trabajar sobre nosotros mismos.

1.3 Conocimiento y cuidado de sí

Como se anunció al principio del capítulo, fueron dos las premisas que impulsaron a Sócrates a una indagación que se volvió imprescindible en su vida: la primera fue el enunciado de que él era el hombre más sabio de Atenas y la segunda, la expresión «conócete a ti mismo». En este apartado nos centraremos en esta última, en cómo Sócrates implementa estas palabras en su camino investigativo y se complementan con la expresión «cuida de ti».

La ironía socrática, como se ha anunciado anteriormente, constituye una parte fundamental para llegar al tema del conocimiento y cuidado de sí socrático. Hadot (1998) sostiene que la ironía socrática no pretende encontrar como tal la verdad, sino que busca revelar la amplia distancia que hay entre el sujeto y el ideal de verdad. Esto ocurre cuando el interlocutor toma conciencia de su desconocimiento y reconoce que además de haber una distancia entre él y el conocimiento que creía dominar, también hay una distancia frente a sí mismo. Por tal razón, la actividad dialógica socrática es considerada como:

[...] la primera e insuperable forma de ejercicio espiritual consistente en la implicación activa del otro en el proceso de la duda y el cuestionamiento de las opiniones recibidas y tratando de hacer que dé a luz su verdad, con el fin de que se descubra, por así decirlo, en su desnudez, quedando el interlocutor volcado frente a sí. Este es, sin lugar a duda, el gesto divino del ejercicio mayéutico, a saber, el hombre de pronto se descubre postrado frente a sí mismo (Hinojosa y López 31).

Cuando el ser humano queda en estado de perplejidad nace la preocupación por conocerse realmente y toma conciencia del descuido con el que ha llevado su vida. Sócrates impulsa

de esta manera la importancia que trae la preocupación por uno mismo, es el legado que le deja al pueblo de Atenas, tal como lo manifiesta en varios de sus diálogos, como el *Alcibíades*. Cuando Sócrates se dirige al joven Alcibíades, quien está próximo a emprender una carrera política, y lo aconseja sobre el conocimiento que debe tener para gobernar la polis, sus palabras son «conócete a ti mismo» y «cuida de ti», pues si el joven político aplica estas palabras no solo se verá beneficiado en su vida personal, sino en la vida pública: no caerá en el error de creer saber lo que no sabe y, al tener certeza de su conocimiento, tomará mejores decisiones que beneficiarán a su pueblo (24a). *El conocimiento de sí* es, entonces, una noción que introduce con fuerza Sócrates en sus conversaciones, un cuestionamiento que debe ser retomado con fuerza en la actualidad, tal y como lo dijo en el diálogo *Alcibíades*: “Podríamos saber qué arte le hace a uno mejor si no sabemos en realidad lo que somos” (128e).

De igual manera encontramos que en el diálogo la *Apología* se hallan momentos en los que el conocerse y cuidarse a sí mismo juegan un papel fundamental en el camino de Sócrates y es prácticamente por estas nociones que entrega su vida. Claramente le dice al tribunal que no le deben perdonar la vida fundando esperanzas en que va a cambiar su forma de ser, y les afirma que mientras siga vivo les seguirá haciendo las mismas inquietantes preguntas a sus conciudadanos.

Dicho de otra forma, él solo puede invitar a su interlocutor a examinarse, a ponerse a prueba, a compartir un momento tensionante en el que se instaure un diálogo que conduzca al individuo a explicarse a sí mismo y su vida. Es menester que quien decida hablar con él acepte someterse a las exigencias del discurso y despierte el interés en sí mismo.

Sócrates expone claramente en la *Apología* que no dejará de cuestionar a los atenienses, *quienes, siendo habitantes de la ciudad más grande, prestigiosa en sabiduría y poder, no se avergüenzan de preocuparse por cómo tendrán mayores riquezas, fama y honores y, en cambio, poco se preocupan por la inteligencia, la verdad y cómo sus almas van a ser lo mejor posible*. Afirma que seguirá interrogando, refutando y examinando a aquellos que dicen haber alcanzado la virtud y conocer la verdad.

Sócrates no transmite lo que sabe, piensa o pretende conocer a otros. No tiene conocimiento que comunicar. Como bien dice Foucault recapitulado por Nehamas

(2005), les muestra con gran coraje a otros lo que desconocen y que deben prestar atención a sí mismos:

«Si cuido de ustedes», escribe Foucault, identificando de un modo extraño su voz con la de Sócrates [...] «no es para transmitirles un conocimiento del que ustedes carecen, sino que al darse cuenta de que no saben nada, aprenderán, por lo tanto, a cuidar de sí mismos». (como se cita en Nehamas 36).

Puede vislumbrarse que la finalidad del diálogo es entonces la invitación a cuidarse, a exigir a través del discurso racional el autoconocimiento, lo cual abre paso a la preocupación por uno mismo y por los demás. Cuando el sujeto en cuestión toma conciencia de que existen perspectivas diferentes a la de él y que la verdad que creía no es absoluta, trasciende su individualidad a una visión más universal, dándose la oportunidad de entrelazar su particularidad con la de otros y, de esa manera, aprende que cuidar de uno mismo es también cuidar de los demás, como lo manifiesta Sócrates momentos antes de su muerte, su último deseo, su última preocupación era que su familia y sus amigos cuiden de sí mismos, pues si cuidan de sí, podrán cuidar de mejor manera a sus hijos, a las demás personas. Este cuidado que expresa Sócrates tan profundo de uno mismo trasciende de esta manera al cuidado del otro, así como lo expresa Hadot:

El cuidado de sí mismo es, pues, indisolublemente cuidado de la ciudad y los demás, como lo vemos en el ejemplo del propio Sócrates, cuya razón de vivir es ocuparse de los demás. En él, hay un aspecto al mismo tiempo «misionero» y «popular»: «Yo soy precisamente el hombre adecuado para ser ofrecido por el dios a la ciudad. En efecto, no parece humano que yo tenga descuidados todos mis asuntos y que, durante tantos años, soporte que mis bienes familiares estén en abandono, y, en cambio, esté siempre ocupándome de lo vuestro, acercándome a cada uno privadamente como un padre o un hermano mayor, intentando convencerles de que se preocupen por la virtud». Sócrates está, en efecto, fuera del mundo y en el mundo, trascendiendo a los hombres y a las cosas por su exigencia moral y el compromiso que implica, mezclado a los hombres y a las cosas, porque no puede haber verdadera filosofía sino en lo cotidiano. Y, en toda la Antigüedad, Sócrates seguirá siendo el modelo del filósofo ideal, cuya obra filosófica no es más que su vida y su muerte (*Qué es la filosofía* 50).

La indagación inicial de Sócrates tiene alcances que van más allá de lo que él, quizás, hubiera imaginado: sin darse cuenta, las nociones que implementaba en sus conversaciones, la manera de abordar a sus discípulos, detenerse a pensar por uno mismo

y para uno mismo, se convierten en algo tan grande que llega a inspirar algunas de las prácticas psicoterapéuticas actuales, como es el caso de la logoterapia. Marcar la importancia del conocimiento de sí mismo como una condición para llevar a cabo el cuidado de uno mismo, y de esta manera poder cuidar de los demás, se convierten en tres eslabones necesarios para llevar una vida provechosa, una vida en la que no hay desgastes por preocuparse por lo que no es, en la que sabemos manejarnos a nosotros mismos porque nos conocemos, nos sabemos cuidar y dejamos que nuestra alma converse ella misma, como bien expresaba Sócrates, siendo este un ejercicio subjetivo que permite una transformación interna como lo mencionábamos anteriormente con Nehamas. De igual manera, hay que reconocer que “el hombre puede ser más, o sea, crecer más, desplegar más su ser a partir de un cuidado de sí. El mortal puede ser mejor cuando ha aprendido a cuidar de sí, es decir, cuando ha tenido el cuidado de poner en operación la virtud de conocerse a sí. Este es, literalmente, un reconocimiento, toda vez que el individuo ha sido obligado por la mayéutica socrática a poner atención sobre él mismo y sobre lo que piensa” (Hinojosa y López 33).

El ejercicio dialógico socrático logra por lo tanto sacar a los hombres de su comodidad. Después de esta experiencia queda un aire de renovación con el que pueden emprender un camino más certero, basado en la confianza de conocerse mejor y comprender mejor el sentido de su propia vida.

CAPÍTULO II: LOGOTERAPIA Y VIKTOR FRANKL

“La libertad de un ser finito como el hombre es una libertad con límites. El hombre no está libre de condicionantes, sean biológicos, psicológicos o de naturaleza sociológica. Pero el hombre es y sigue siendo libre de tomar posiciones con respecto a estos condicionantes; siempre conserva la libertad de decidir su actitud para con ellos.”

- Frankl, nombre de la obra

2.1 Viktor Frankl y El hombre en busca de sentido

Al estudiar algunos *diálogos socráticos*, nos acercamos a la forma de vida que llevaba Sócrates. De la misma manera, cuando abordamos el tema de la logoterapia, inevitablemente nos acercamos a conocer la experiencia de vida de su fundador: Viktor Frankl. Se termina, de cierta manera, conociendo las experiencias de vida de dichos autores y algunos aspectos que marcaron su pensamiento; hecho que nos posibilita una mejor comprensión de las nociones que resaltaban en sus discursos.

La logoterapia fue fundada por el médico neurólogo, psiquiatra y doctor en Filosofía, Viktor Frankl, cuyo pensamiento humanista fue expresado a través del libro *El hombre en busca de sentido* (1946), en páginas que relatan su vivencia en los campos de concentración. Su pensamiento estuvo marcado por la importancia de buscar un sentido profundo a las situaciones de dolor, con el objetivo de potenciar la resistencia humana a situaciones de mucho sufrimiento.

Frankl nació en Viena el 26 de marzo de 1905 y desde pequeño mostró gran gusto por la medicina, más tarde por la filosofía. Su interés hacia temas filosóficos-existenciales aumentó cuando un compañero de estudio se suicidó y su cuerpo fue encontrado con un libro de Nietzsche en sus brazos. Este hecho y los próximos acontecimientos de su vida potenciarían de manera profunda ese interés.

Cuando era un joven, Frankl vivió la sensación de que todo en la vida carecía de sentido. Contó a menudo su experiencia cuando estaba en la escuela media, donde se enfrentó a que la vida no era más que un proceso de oxidación: la totalidad de la vida carecía hasta cierto punto de sentido. Nos cuenta en su texto, *El hombre doliente* (2003), que su

profesor de historia natural decía, paseando por el aula de enseñanza media: “La vida no es más que un proceso de combustión, un fenómeno de oxidación”. Inmediatamente el joven estudiante se levanta, sin pedir la palabra y le lanza impetuosamente la pregunta: “¿qué sentido tiene la vida?” (7). Pregunta que estaría presente en el desarrollo de toda su obra.

En el marco de la Segunda Guerra Mundial, cuando Austria fue invadida por Alemania, la familia de Frankl fue perseguida por ser parte de la comunidad judía, su esposa, padres y hermanos murieron siendo prisioneros; por su parte, él estuvo tres años en diferentes campos de concentración. Seguramente no fue aniquilado en primera instancia por su profesión de médico o por, como lo anuncia en *El hombre en busca de sentido*, un milagro o conjunto de casualidades, pero sí tuvo que presenciar la muerte de sus seres queridos. Estando allí, a diario luchaba por encontrar un sentido a su situación, incluso ayudaba a que los presos que iban a ejecutar encontraran un sentido a su muerte. Y es ahí, en tan trágicas circunstancias, donde se fue elaborando la teoría de la logoterapia como una terapia orientada al sentido, a la búsqueda de un significado. La experiencia de Frankl le permite vivenciar en primera persona, que el ser humano tiene la capacidad de hallar un significado a cualquier circunstancia en la que se encuentre inmerso y es este mismo significado el que permite que una adversidad pueda ser soportada con más integridad gracias a la capacidad de observar el lado positivo, incluso de las peores realidades, tal y como lo vivió él mismo en los campos de concentración.

En el texto *El hombre en busca de sentido*, Frankl, además de relatarnos el impacto psicológico que tiene el haber vivenciado el holocausto, elabora una reflexión sobre cómo se puede hallar sentido a la vida, incluso en las circunstancias más desfavorables. Para él la importancia radica en hallar un propósito en cada acción y en asumir responsabilidad tanto para nosotros mismos, como con los demás. Si vivimos, debemos asumir la responsabilidad de hallar respuestas apropiadas a las cuestiones que la vida nos va planteando e ir cumpliendo con las obligaciones que se van presentando.

2.2 Surgimiento de la logoterapia y conceptos fundamentales

La logoterapia nace como alternativa a las dos grandes escuelas de la psicoterapia del siglo XX: el psicoanálisis de Sigmund Freud y la psicología individual de Alfred Adler. Según Viktor Frankl, padre de la logoterapia y discípulo por un tiempo de estas dos

escuelas, había hasta el momento un vacío en la manera como se abordaba al sujeto y se comprendía el *ser* humano. A continuación, exploraremos de dónde nace esta separación.

La teoría que subyace a la práctica de la logoterapia es una filosofía explícita de vida. Su fundamentación se da desde un enfoque más filosófico que médico bajo los tres siguientes supuestos: *la libertad de la voluntad, la voluntad de sentido y el sentido de la vida*, siendo este último el tema central de este apartado.

Frankl afirmaba que la *libertad de la voluntad* hace referencia a los datos inmediatos de la experiencia del hombre y la capacidad de elección en lo cotidiano; para él, “la libertad de un ser finito como el hombre es una libertad con límites” (Frankl *Psicoterapia* 19). Pero, aunque el hombre no esté libre de todos los condicionamientos externos, tiene una libertad inarrebatable: la manera o la actitud, como responde y afronta las circunstancias que lo condicionan.

Con la *voluntad de sentido* marca Frankl la separación respecto a las anteriores escuelas psicoterapéuticas del momento: mientras la voluntad de placer juega un papel importante en la teoría psicoanalítica de la motivación, expuesta en gran medida en *Más allá del principio de placer* de Freud (1920) y la voluntad de poder en la psicología alderiana (*El carácter neurótico* 1912), Frankl rechaza estos conceptos. Según él, la voluntad de placer es un principio contraproducente en la medida en que, cuanto más se hace esfuerzo de verdad por conseguir placer, menos se consigue:

Esto se debe al hecho fundamental de que el placer es un subproducto, o un efecto secundario, del esfuerzo realizado, pero que se destruye y vacía en la medida en que se convierte en una meta o en un objetivo. Cuanto más busca uno el placer por la vía de la intención directa tanto más fracasa en el intento (Frankl *Psicoterapia* 21).

Algo similar pasa con la voluntad de poder: resulta ser un subproducto, un medio para un fin. “Una cierta cantidad de poder como el económico o financiero es por lo general un requisito del cumplimiento del sentido. Así podríamos decir que, mientras la voluntad de placer confunde el efecto con el fin, la voluntad de poder confunde el medio para un fin con el fin en sí mismo” (Frankl *Psicoterapia* 22).

Acorde con lo anterior, estas dos escuelas que anteceden a la logoterapia dan por sentado que el hombre busca la realización de sus objetivos de manera involuntaria, guiado por principios ajenos a ellos mismos, motivaciones poco profundas y banales. Es aquí cuando el logoterapeuta se aferra al tercer fundamento: *la voluntad de sentido*. Siendo este para Frankl la motivación primaria del hombre, la tensión constante que se tiene por encontrar un significado a la existencia. Sin embargo, el ser humano puede malograr su *voluntad de sentido*, puede errar en esta búsqueda, y es allí cuando se presenta la *frustración existencial*. El tercer supuesto, y que va de la mano con el anterior, es el *sentido de la vida*; según Frankl, la vida puede cobrar sentido de tres maneras:

[...] primero, por lo que damos a la vida —en términos de obras creativas—, segundo, por lo que tomamos del mundo —en términos de nuestra experiencia de valores—, y tercero, por el planteamiento que hacemos ante un destino que ya no podemos cambiar —una enfermedad incurable, un cáncer inoperable, o cosas por el estilo—. Sin embargo, incluso aparte de esto, el hombre no puede ahorrarse encarar su condición humana, lo cual incluye lo que yo llamo la tríada trágica de la existencia humana, a saber: dolor, muerte y culpa (Frankl *Psicoterapia* 30).

A pesar de los esfuerzos por esa búsqueda de significado, es inevitable encontrarse con la tríada trágica de la existencia a la que hace referencia el autor y caer en este estado de frustración, desespero o desánimo. Y es aquí cuando resulta pertinente la aplicación de técnicas logoterapeutas, que a continuación estudiaremos.

2.3 Técnicas de aplicación de la logoterapia

La logoterapia, a través de su búsqueda de sentido, permite un consuelo para el sentir humano, un importante alivio para tomar la carga emocional que a veces provoca profunda frustración, miedo, agotamiento vital, fracaso o desesperanza. De hecho, uno de los sentimientos que tienen más espacio en el pensamiento de Frankl es la esperanza, la capacidad de mirar hacia el futuro con optimismo y prestando atención al bien que está por venir.

En oposición a la esperanza se tiene, justamente, a la desesperanza, sentimiento que debe ser combatido después de un surgimiento de desánimo en el corazón. Para abordar este tipo de frustración existencial, Frankl desarrolla una serie de técnicas para un mejor tratamiento del paciente: la intención paradójica, la derreflexión, el autodistanciamiento, la modificación de actitudes y el diálogo socrático.

Es menester aclarar que no existe un manual que dé un orden al modo de tratar al consultante, esto depende del dónde y el cómo, es decir, del lugar donde se lleve a cabo la sesión, del contexto en el que se encuentra inmerso, de las circunstancias del paciente, entre otros aspectos. A pesar de que el logoterapeuta cuente con unas bases teóricas, gran parte de su práctica depende de su creatividad y disposición hacia el consultante.

2.3.1 Intención paradójica

Consiste en hacer que el consultante agudice de manera voluntaria sus síntomas; al intentarlo, provoca que el síntoma pierda sentido. Actualmente esta técnica es utilizada para manejar dificultades como el insomnio, y ha mostrado buenos resultados porque cuando la persona pasa a desear que ocurra un suceso que normalmente le provoca ansiedad o emociones negativas, tales consecuencias asociadas no se producen. En la siguiente cita podremos ver un ejemplo detallado de la aplicación de esta técnica:

El paciente era un contable que había sido tratado por diversos doctores y en clínicas diversas sin ningún tipo de éxito terapéutico. Cuando vino a mi clínica, se encontraba sumido en la más extrema desesperación, admitiendo que estaba a punto de suicidarse. Hacía años que sufría de dolores al intentar escribir, y últimamente había llegado a tal gravedad que corría el peligro de perder su empleo. Por consiguiente, sólo una terapia inmediata a corto plazo podía aliviar la situación. Al empezar el tratamiento, mi socio recomendó al paciente que hiciera justamente lo contrario de lo que habitualmente solía hacer; a saber, en vez de intentar escribir de forma tan clara y legible, como le fuera posible, que escribiera con los peores garabatos posibles. Se le advirtió que se dijera a sí mismo: «¡Ahora demostraré a los demás que escritorzuelo tan bueno que soy!». Y en el mismo momento en que deliberadamente intentó garabatear, le fue imposible hacerlo. «Intentaba hacer garabatos, pero simplemente no podía», explicó al día siguiente. En 48 horas se liberó así el paciente de sus dolores al escribir, permaneciendo curado durante el período de observación que siguió al tratamiento. Es ahora un hombre feliz absolutamente capaz de trabajar (Frankl *Psicoterapia* 20).

La técnica de la intención paradójica busca confrontar de cierta manera el sentido común del consultante animándolo a que haga o desee que ocurra aquello que está temiendo y de esta manera provoca cambios en la actitud y reacción frente a situaciones de frustración, estrés y malestar. Con esta técnica se ataca la hiper atención que el consultante tiene ante sus síntomas y permite reestablecer la confianza.

2.3.2 Derreflexión

Hay personas que recargan su atención y todo su foco en algún objetivo o dificultad, lo que provoca una ansiedad que puede irrumpir en su vida diaria; verbigracia, en el caso de padecer insomnio es normal que la angustia se apodere de la persona al no poder dormir y que la persona se repita a sí misma «quiero dormir». Pero es precisamente ese querer dormir insistente el que evita también la conciliación del sueño. La técnica de la derreflexión consiste en redirigir esa atención de un modo apropiado y eficaz.

2.3.3 Autodistanciamiento

Busca reforzar la capacidad de la persona de, precisamente, autodistanciarse de su padecimiento o dificultad, o sea, poner distancia de la situación que lo atormenta, para así asumir una perspectiva objetiva y más clara de su circunstancia. Cuando el consultante se pone en posición de observador se ubica en una mejor perspectiva para distanciarse de las cosas que lo atormentan. A continuación, un ejemplo:

En una ocasión un médico internista ya mayor vino a mi consulta por padecer una depresión grave. No podía superar la pérdida de su esposa ocurrida dos años antes a quién él había querido por encima de todo. ¿Cómo podía ayudarlo? ¿Qué es lo que debía decirle?, bueno, me guardé de empezar a contarle cosas y más bien le puse ante una pregunta: «¿Qué habría sucedido, doctor, si usted hubiera muerto primero, y su esposa hubiera tenido que sobrevivirle?». «Oh», dijo él, «para ella hubiese sido terrible; ¡cómo habría sufrido la pobre!». A lo que yo repliqué: «Ya ve, doctor, a ella le ha sido ahorrado este sufrimiento, y usted es la causa de habérselo ahorrado; pero ahora, usted debe pagar por ello sobreviviendo y llorándola». No dijo nada, me dio la mano y tranquilo salió de mi despacho. El sufrimiento deja de serlo en cierta manera en el momento en que se le encuentra un sentido, como puede serlo el de un sacrificio (Frankl *Psicoterapia* 40).

Poner en práctica una actitud de autodistanciamiento, facilitará recursos para obtener una mirada objetiva de la situación que se está viviendo, pues, estimula la capacidad de autoconciencia respecto al dolor y sufrimiento que se está padeciendo y si este resulta sano o insano para la persona que se está aferrando a ese sentir.

2.3.4 Modificación de actitudes

Apunta al cambio de comportamiento no saludable del paciente para que fije su atención en actitudes no dañinas y practique comportamientos motivadores de cambio. Por

ejemplo, cambiar hábitos que no contribuyan a su bienestar, estos pueden hacer referencia a su tipo de alimentación, pasatiempos, personas que no aportan desde lo constructivo, qué tanta actividad física esté haciendo la persona, el tipo de rutina que está llevando, entre otras.

2.3.5 Diálogo socrático

El diálogo socrático es la técnica que transversaliza las sesiones de logoterapia, con la pretensión de que el consultante encuentre sus propias respuestas al estilo mayéutico. Empero, la ejecución de tan importante noción filosófica va más allá, con ella se implementan conceptos con los que Sócrates interpelaba a sus interlocutores y que la logoterapia acoge para fortalecer su práctica. A continuación, nos detendremos a analizar esta cuestión central.

2.4 Diálogo socrático, autoconocimiento y autocuidado en la logoterapia

En la logoterapia el diálogo socrático busca que el hombre descubra por sí mismo sus respuestas, y para ello el logoterapeuta asume el papel de “comadrona”, haciendo alusión justamente a la metáfora de Sócrates, cuando él refiere en el *Teeteto* que hace el mismo trabajo de su madre, el de partera, el de hacer parir. De ese modo el logoterapeuta ayuda al consultante, orientándolo en la búsqueda de sus respuestas, en el “parir” su verdad. Un ejemplo de cómo se logra esto, lo podemos ver en un diálogo que Sócrates sostiene con Menón:

Sócrates: dicen que el alma humana es inmortal; que tan pronto desaparece, que es lo que llaman morir, como reaparece, pero que no parece jamás. Por esta razón es preciso vivir lo más santamente posible, porque Perséfone, al cabo de nueve años, vuelve a esta vida el alma de aquellos que ya han pagado la deuda de sus antiguas faltas. De estas almas se forman los reyes ilustres y célebres por su poder y los hombres más famosos por su sabiduría, y en los siglos siguientes, ellos son considerados por los mortales como santos héroes. Así pues, para el alma siendo inmortal, renaciendo a la vida muchas veces, y habiendo visto todo lo que pasa, tanto en esta como en la otra, no hay nada que ella no haya aprendido. Por esta razón, no es extraño que, respecto a la virtud y a todo lo demás, esté en capacidad de recordar lo que ha conocido. Porque como todo se liga en la naturaleza, y el alma, todo lo ha aprendido, puede recordando una sola cosa, a lo cual los hombres llaman, encontrar en sí misma todo lo demás, con tal de que tenga valor y que no se canse en sus indagaciones. En efecto, todo lo que llama buscar y aprender no es otra cosa que recordar. Ninguna fe debe darse al tema, fecundo en

cuestiones, que propusiste antes, porque solo sirve para engendrar en nosotros la pereza, y no es cosa agradable dar oídos sólo a hombres cobardes. Mi doctrina, por el contrario, los hace laboriosos e inventivos. Así pues, la tengo por verdadera y quiero, en consecuencia, indagar contigo lo que es la virtud.

Menón: Consiento en ello, Sócrates. ¿Pero te limitarás a decir simplemente que nosotros nada aprendemos, y que lo que se llama aprender no es otra cosa que recordar? ¿podrías enseñarme cómo se verifica esto?

Sócrates: Ya te dije, Menón, que eres muy astuto. En el acto mismo en que sostengo que no se aprende nada y que no se hace más que acordarse, me preguntas si puedo enseñarte una cosa, para hacer que inmediatamente me ponga en contradicción conmigo mismo.

Menón: En verdad, Sócrates, no lo he dicho con esa intención, sino por puro hábito. Sin embargo, si puedes demostrarme que la cosa es tal como dices, demuéstremelo.

Sócrates: Eso no es fácil, pero en tu obsequio haré lo que me sea posible. Llama a alguno de los muchos esclavos que están a tu servicio: el que quieras, para que te demuestre con él, lo que desees.

Menón: con gusto. Ven aquí. (Llama a un joven esclavo).

Sócrates: ¿Es heleno y sabe griego?

Menón: Muy bien, como que ha nacido en casa.

Sócrates: Atiende y observa si el esclavo recuerda o aprende de mí.

Menón: Fijaré mi atención.

Sócrates: Dime, joven: ¿sabes que esto es un cuadrado? Esclavo: Sí.

Sócrates: El espacio cuadrado, ¿no es aquel que tiene iguales las cuatro líneas que ves?

Esclavo: Seguramente.

Sócrates: ¿No tiene también estas otras líneas, tiradas por medio, iguales?

Esclavo: Sí.

Sócrates: ¿No puede haber un espacio semejante más grande o más pequeño?

Esclavo: Sin duda.

Sócrates: Si este lado fueras de dos pies y este otro también de dos pies, cuantos pies tendría el todo. Considerándolo antes de esta manera. Si este lado fuera de dos pies y este de un pie sólo, ¿no es cierto que el espacio tendría una vez dos pies?

Esclavo: Sí, Sócrates.

Sócrates: Pero como este otro lado es igualmente de dos pies, ¿no tendrá el espacio dos veces dos?

Esclavo: Sí.

Sócrates: ¿Luego el espacio tiene dos veces dos pies? Dímelo después de haberlos contado.

Esclavo: Cuatro, Sócrates.

Sócrates: ¿No podría formarse un espacio, el doble de este y del todo semejante, teniendo como él todas sus líneas iguales?

Esclavo: Sí.

Sócrates: ¿Cuántos pies tendrá?

Esclavo: Ocho.

Sócrates: Vamos, procura decirme cuál es la longitud de cada línea de este otro cuadrado. Las de este son de dos pies. ¿De cuánto serán las del cuadrado doble?

Esclavo: es evidente Sócrates, que serán dobles.

Sócrates: ya ves Menón que yo no le enseñé nada de todo esto y que no hago más que interrogarle. Él imagina ahora que sabe cuál es la línea con que debe formarse el espacio de ocho pies. ¿No te parece así? (Menón 81d)

La frase de Sócrates a Menón «yo no le enseñé nada de todo esto» es una guía para la técnica del «diálogo socrático» que se emplea en la logoterapia, en cuanto se busca que sea una técnica psicoterapéutica poco directiva en relación con otras: “[Se parte] de la base de que, de todas maneras, no hay una técnica “neutra” o completamente no directiva en la psicoterapia” (Luna 92).

Arturo Luna hace referencia al diálogo socrático como una técnica poco directa en la medida en que hay una divagación alrededor del tema al iniciar la sesión, con el fin de que el consultante sea espontáneo hasta llegar al punto de interés. Sócrates influye al logoterapeuta en que no se trata de enseñar, ni dar discursos animadores al consultante, la idea es ir construyendo con él, incentivarlo a conocerse mejor, descubrir sus capacidades y cómo ese conocerse le da pautas para solidificar un sentido, un significado propio.

El consultante puede pedir al psicoterapeuta, al igual que Menón a Sócrates, que le enseñe, cómo acercarse a conocer eso que desconoce, a obtener respuesta, sin embargo, no es posible dárselas. En vez de esto, recibe una orientación para que en el proceso de indagación el consultante sea cuidadoso de sí mismo y vaya construyendo a partir de su experiencia y el razonamiento, respuestas. Así como Sócrates guía a Menón, El logoterapeuta debe ser una guía en la sesión, y no la persona que ofrezca respuestas acabadas.

2.5 Frankl: sufrimiento y sentido en la logoterapia

La logoterapia se ha dedicado en gran parte al análisis del sufrimiento humano. Como se pudo notar en el apartado anterior, la reflexión hacia el sufrimiento nace con la experiencia extrema que tuvo Frankl en los campos de concentración. Él considera que el ser humano no nace con la capacidad de sufrimiento. Al contrario, debe adquirirla, debe aprender a sufrir. Pero aquí surge un impedimento que plantea la sociedad actual para aprender a asumir el sufrimiento: la ilusión de poder corregir todo, de conseguir todo.

La sociedad contemporánea quiere solucionar todo, no acepta las limitaciones, no enseña cómo vivir con nuestra finitud, por eso, cuando nos enfrentamos a un imposible, a una enfermedad que no tiene cura, a la pérdida de un ser querido, a situaciones inevitables, no lo aceptamos, así en nuestro interior sepamos que no hay solución a la situación. La logoterapia, en este sentido, no incita al conformismo o algo por el estilo, la invitación de esta es a la de aceptar lo inmodificable, a asumir lo imperfecto y darle un sentido:

Pensemos en una situación extrema como la del cautiverio de guerra o el campo de concentración: en esa situación el ser humano se halla en el límite de dependencia de condiciones que le son impuestas; de circunstancias que le son dictadas. Pero resulta que esas circunstancias y condiciones sólo lo hacen dependiente en lo que respecta a su acción y su pasión —la única acción era cavar y la única pasión, golpes, hambre y frío— pero libre para adoptar una actitud u otra ante esta situación de extrema dependencia (Luna 27).

Es decir, el hombre es dependiente en cuanto está sujeto a un dominio externo del destino, pero libre respecto a su dominio y respuesta interna. Según Luna (1996) la logoterapia no cree que el sufrimiento lleve necesariamente al desarrollo de patologías psicológicas, sino que puede potenciar el desarrollo del aumento de la tolerancia a la frustración, “adquiriendo más “defensas” que doten al ser humano para confrontarse ante futuras adversidades inevitables” (27).

El ser humano debería tener presente que el sufrimiento es un planteamiento inevitable de la vida y, dependiendo de cómo lo asuma, el hombre sufre más o sufre menos. Según la experiencia de aplicabilidad de la logoterapia, Luna asegura que, cuando una persona no le encuentra sentido a un dolor inevitable, sufre más y entra en estado de desesperación, en tanto que otra, que le encuentra sentido a su dolor, sufre menos y evita

caer en estado de desesperación y además ve su situación como un proceso de aprendizaje significativo.

Frankl trabajó precisamente contra los sentimientos de insensatez y sufrimiento sin sentido: “[...] y esta lucha finalmente ha logrado penetración, y estoy en contra de mi propio nihilismo contra-veneno”, como lo manifestó en *El hombre en busca de sentido* (1991). Este antídoto contra la insensatez es la convicción de Frankl de que el hombre no es solo un ser psicofísico determinado, es decir, no es solo un proceso de oxidación, sino que lo verdaderamente humano consiste en la dimensión espiritual que busca el significado y que también se puede encontrar en las situaciones más difíciles. Este sentimiento sin sentido, sin embargo, no era una enfermedad para él, pues creía que la sensibilidad es natural en los hombres, y no todos soportamos de la misma manera las adversidades que trae la vida.

Frankl diagnosticó esta sensación de falta de sentido influenciada entre otras cosas en el tipo de sociedad en la que vivimos, en la era de la insensatez. Para él en una sociedad de abundancia —de bienes materiales, de información, de estímulos—. Y si una persona quiere persistir en este estímulo, debe saber lo que es importante y lo que no es, en una palabra, lo que tiene significado y lo que no tiene.

La falta de sentido en las personas lo llama Frankl un “vacío existencial”, y proporciona una explicación vivida de este fenómeno: Las personas tienen suficiente de lo que pueden vivir, pero apenas saben nada de lo que ellos son capaces de vivir. Acerca de ello Frankl expresa: “Me atrevería a afirmar que, aun en las peores condiciones, nada en el mundo ayuda a sobrevivir como la conciencia de que la vida esconde un sentido. Hay mucha sabiduría en las palabras de Nietzsche: «Quien tiene un *porqué* para vivir puede soportar casi cualquier *cómo*» (Frankl *El hombre* 80). Y el fundador de la logoterapia ve en esas palabras un motor válido para la psicoterapia.

CAPÍTULO III: FUNDAMENTOS SOCRÁTICOS DE LA LOGOTERAPIA

3.1 La filosofía en la logoterapia

Viktor Frankl se encuentra en la categoría de médico-psiquiatra-filósofo. Desde joven tuvo gran interés por la filosofía, en su adolescencia participaba en grupos de estudios filosóficos y con tan solo diecisiete años, nos cuenta el doctor Almada (2015), ofreció su conferencia inicial sobre el sentido de la vida. A pesar de sus estudios en medicina y psiquiatría nunca dejó de estudiar cuestiones filosóficas, tenía la certeza de que su afición a estos temas no quedaría solo en lecturas y reflexiones personales, sino que ocuparía un lugar muy importante en su quehacer terapéutico. Se preocupó por encontrar una herramienta que le permitiera ampliar su capacidad de comprender al ser humano, para de esta forma desempeñar el ejercicio psicoterapéutico de la mejor manera posible, y al parecer vio en la filosofía una luz que las demás ramas del saber no le ofrecían.

Autores como Noro (2016) consideran que Frankl es deudor de la tradición filosófica occidental (por formación), pero a partir de su creciente proceso de autonomía intelectual (formación universitaria) entró en diálogo con la filosofía de su tiempo, con los filósofos y autores coetáneos, y con algunos de ellos tuvo diálogos, correos o discusiones directas, mientras que de otros conoció sus obras y las líneas de su pensamiento (7). De esta manera se fue despertando en él la preocupación por una buena comprensión de la filosofía que pudiera tener implicaciones más allá de lo teórico y rescatara la parte transformadora del pensamiento filosófico.

Frankl retoma los pensamientos de Kierkegaard, Heidegger y Scheler para elaborar una antropología que permita orientar mejor la práctica psicoterapéutica. El autor está de acuerdo con Kierkegaard en que la libertad condicionada del hombre le produce angustia y alegría, como lo expresa Luna: “angustia porque, por ejemplo, en el caso de una elección nunca tendrá la certeza absoluta de que ha escogido la mejor y quedará la angustia de que las otras opciones no elegidas las destinó al “no ser”: aquello que pudo haber sido y no fue” (21). Frankl implementa estos pensamientos para fundamentar su teoría de la triada trágica de la existencia humana: dolor, muerte y culpa que desarrollaremos más adelante.

Pero Frankl no solo se centró en estudiar autores que se dedicaban a abordar conceptos, encontró pertinente también mirar el lado práctico de la filosofía. Autores que le permitieran crear posibilidades de abordaje frente a la inevitable tríada trágica que enfrenta el ser humano en diferentes circunstancias de la vida. Fue allí cuando vio a Sócrates como uno de los mayores representantes de la aplicabilidad de nociones filosóficas.

El padre de la logoterapia da una mirada a la filosofía antigua y rescata la vivencia socrática como una forma de vida que busca el bienestar interno, de tal manera que muchos de sus lectores afirman que la logoterapia es una forma de vida al estilo socrático. En el propio término *logoterapia* se halla a primera vista la noción griega: λόγος. El *logos* en la logoterapia hace referencia al sentido, al significado: “El logos según Frankl tiene que ver con la parte noética, espiritual, que se distingue de lo psíquico. De esta forma, logoterapia quiere indicar terapia por medio del “sentido”, o del “significado” (Luna 17). Así, Frankl constituye una psicoterapia que procura la búsqueda del *logos* de la existencia. En este orden de ideas el logoterapeuta debe manejar no sólo las bases de la psicoterapia en general, sino los fundamentos filosóficos que subyacen a la práctica de la logoterapia, debido a que sin el manejo de estas bases y fundamentos, difícilmente podría lograr un acompañamiento óptimo al consultante y su búsqueda de significado. Pues como lo menciona Almada (2015):

Este tipo de terapia funciona como una cosmovisión filosófica; es decir, representa un estilo de vida que toma sus principios de la gran filosofía griega. *Logos, nous, destino*, son palabras rescatadas por Frankl en esa tradición para integrarlas en una visión completa de la vida y de la persona humana. Y, obviamente, para después ser usadas como remedio a los males de la época contemporánea (6).

Es interesante notar cómo este tipo de terapia resalta el potencial práctico y transformador de la actividad filosófica de la época socrática y lo traslada a una época demandante de alternativas nuevas para abordar las dificultades psicofísicas que enfrenta el ser humano a lo largo de la vida. Observemos cómo se implementa el diálogo socrático en una sesión de logoterapia en un caso del doctor Martínez (2009) expuesto en su texto *El diálogo socrático en la psicoterapia centrada en el sentido*:

- T: ¿En este momento qué sientes con eso?
- C: Me siento triste como abatido.
- T: ¿Qué es sentirse abatido?
- C: Como terminado.
- T: ¿Te has sentido así en otra oportunidad?
- C: Claro, así fue cuando perdí mi anterior trabajo también.
- T: ¿Cómo actúas cuando estás en esa situación?
- C: Trato de disimular que estoy nervioso.
- T: ¿Y para qué haces eso? (ingenuamente)
- C: Para que la gente no se dé cuenta que me da pena.
- T: ¿Y qué es lo penoso de ello?
- C: Es que me sudan las manos
- T: ¿Hay otras circunstancias en las que te pasa lo mismo?
- C: Siempre que estoy en reuniones o que hay mucha gente.
- T: ¿Qué pasa allí en estas situaciones que te genera esa sensación?
- C: Bueno, me pasa cuando me siento un poco observado
- T: Entiendo, te sudan las manos porque te sientes un poco observado, sin embargo, me pregunto ¿cuál es el peligro que corres?, es decir, ¿qué crees que podrían llegar a descubrir estas personas que te están observando?
- C: Pues que me sudan las manos...
- T: Claro, pero si te sudan las manos, ¿estas personas podrían llegar a pensar qué cosas de ti?
- C: Que soy nervioso
- T: ¿Y qué es lo penoso de ser nervioso?
- C: Que seguramente pensarán que no soy bueno en mi trabajo.
- T: ¿Cómo te describirían tus familiares en este momento de tu vida?
- C: Creo que dirían que soy un poco tímido.
- T: ¿Qué es ser un poco tímido?
- C: Bueno, que casi no hablo, ni comparto mucho, no tengo muchos amigos...
- T: ¿Qué otras personas podrían estar de acuerdo con esto que dicen tus familiares?
- C: Mis profesores también.
- T: ¿Podría haber alguien que piense lo contrario? (9)

Podemos notar en el anterior caso cómo la implementación de esta técnica filosófica promueve el autodistanciamiento del padecimiento del consultante, para lograr una

mirada objetiva del mismo. Frankl refuerza conceptos como la autocomprensión (comprenderse a la luz de su dificultad) y la auto objetivación (verse más allá de su dificultad), respaldado por la mayéutica socrática. El diálogo socrático en busca del despliegue de la espiritualidad, según autores como Martínez (2015):

1. Ayuda al solicitante a ponerse en contacto con su inconsciente noológico.
2. Le capacita para ser consciente de sus poderes internos que se hallan ocultos.
3. Le dirige a encontrar un significado en la vida.
4. Le capacita para revisar su experiencia pasada y prever el futuro.
5. Actualiza experiencias cumbres del pasado, que una vez fueron significativas para el individuo.
6. Proporciona oportunidades para que el solicitante reevalúe su situación presente, su poder y capacidad para manejar los problemas a los que se enfrenta. (2)

Viktor Frankl encontró en la filosofía socrática, su búsqueda por ampliar la capacidad de comprender y abordar al ser humano, en uno de los personajes más influyentes de toda la filosofía, ese personaje que es conocido por decir *solo sé que nada sé*, lo inspiró a fundamentar un tipo de terapia, del hombre para el hombre.

3.2 ¿Sócrates y la logoterapia?

Sócrates parece estar convencido de que la verdad del interlocutor se encuentra en su interior, y que él solamente estimula mediante la conversación esa verdad que habita internamente, pero de la cual no se es consciente. En ese sentido, Frankl tiene mucho de socrático, dado que, para él, el significado de la vida también se encuentra en nuestro interior y el logoterapeuta solo se encarga de orientar la búsqueda del sentido que habita en nosotros mismos pero que no vemos o hemos perdido. Para Almada (2015) Sócrates hizo de cierta manera que:

...la filosofía bajara del cielo a la tierra y la dejó morar en las ciudades y la introdujo en las casas obligando a los seres humanos a pensar en la vida, en las buenas costumbres, en el bien y en el mal. Frankl aprende de Sócrates a fundamentar su enseñanza en la propia coherencia moral; el estilo pobre y austero de su vida; el humorismo y la no prescripción de la verdad a lo que se corresponde con una fe incondicionada en el hombre como generador de verdad y de sentido (19).

En este orden de ideas, se puede sostener que lo que Frankl implementa de la filosofía griega no es solamente el diálogo socrático como técnica de abordaje del paciente, asunto del que puede versar cualquier libro referente a la logoterapia; el apoyo que toma de la filosofía socrática va más allá de introducir un estilo mayéutico a su práctica psicoterapéutica. El estilo de vida que llevaba Sócrates en su época caló profundamente en la visión de vida de Frankl, fue una inspiración para la forma como debe desenvolverse el logoterapeuta. En sus sesiones, se puede estar imitando a un Sócrates que desea saber qué tanto saben sus discípulos sobre ellos mismos. Se implementa asimismo un estilo irónico de corte socrático en el cual se busca poner en duda el conocimiento del consultante frente a las dificultades o su carencia de sentido.

En la logoterapia se tratan las dificultades que son o se creen inevitables en la vida y para ello se dispone de un procedimiento práctico. Este tipo de psicoterapia suele ser asociada con un método de relación interpersonal y de análisis psicológico cuyo objetivo es estimular un conocimiento de sí mismo y una autonomía suficiente y responsable para asumir y desarrollar libremente la propia existencia. Se ha llegado a otro punto fundamental de la filosofía socrática y de la logoterapia: la noción de *conocimiento de sí* que dará paso a un *cuidado de sí*. Se estudiará cómo se implementan estas nociones en la teoría de Frankl y su relación con la noción *sentido de vida*.

3.3 Conocerse a sí mismo en la logoterapia

El diálogo socrático fue una forma en la que Sócrates se dirigió hacia el autoconocimiento. Las palabras del oráculo de Delfos *conócete a ti mismo*, se quedaron en su vida, hasta el punto de que la indagación por comprender estas palabras y llevarlas a los demás se volvió su forma de vivir. Para Sócrates, cuando logramos conocernos a nosotros mismos se logra ver de modo más claro nuestra realidad, libre de opiniones o creencias externas. Por su parte, en la logoterapia, Frankl aplica esta noción en cuanto a la manera en la que se pueden conocer nuestras capacidades, fortalezas y debilidades, la realidad en la que nos encontramos inmersos, nuestras limitaciones y lo aprendido a través de nuestras experiencias y valores.

El ser humano no solo es un producto de las circunstancias del pasado, también tiene metas y proyecciones. Cada vez que un individuo mira a su propio yo, da también una mirada al sentido. La logoterapia no desconoce la máxima socrática: *Conócete a ti mismo*,

por el contrario, la retoma y aspira a que sus pacientes puedan decir *Yo sé quién soy*. El autoconocimiento es un proceso permanente en tanto que somos seres en constante construcción y transformación y nos vamos develando a lo largo del tiempo, y frente a distintas vivencias.

A través del análisis del tema logoterapéutico y su influencia filosófica socrática, se puede afirmar en este punto que la búsqueda de sentido en Frankl equivale a la búsqueda socrática del conocimiento de nosotros mismos: ambos incentivan esta búsqueda a través del diálogo, mediante la implementación de elementos, tales como: la ironía, las analogías o las paradojas. Ambos autores están de acuerdo con que para vivir una vida bien vivida es necesario partir de la certeza de conocernos, sobre todo porque esta noción implica el cuidarnos, cuando nos conocemos, sabemos cómo cuidar de nosotros, lo que ayudará a conocer cómo tratar con las situaciones difíciles e inevitables de la vida y cómo confrontarlas sin hacernos daño a nosotros mismos ni a las personas que nos rodean.

Un tema importante en el *conocimiento de sí* Frankleano, y que podría alejarse del sentido socrático, es el de identificar el significado del sufrimiento, para la logoterapia no solo la felicidad debe ser significativa, las situaciones de sufrimiento deben serlo también, ya que es un aspecto que hace parte del vivir de todos los seres humanos y no puede simplemente eliminarse. Cuando damos cuenta de nosotros mismos, no caemos en la reducción de ser solo seres pensantes, sino que, además, ponemos en práctica la capacidad de autodistanciarnos cuando el sufrimiento es insoportable y autotrascender cuando superamos nuestros propios límites para superar dificultades y buscar nuevos sentidos de vida. Cuando las personas aplican el autoconocimiento, afirma Frankl, “el hombre es una esencia en busca de sentido” (27).

3.4 Los herederos de Sócrates y Frankl: Sufrimiento y logoterapia

El abordaje del sufrimiento y de la angustia que realiza Frankl resulta conectada con una escuela posterior a Sócrates: el estoicismo. Generalmente los estoicos, quienes en su mayoría fueron discípulos de Sócrates y veían en él sabiduría y un modelo moral de la época (Zenón, Cleantes y Crisipo y Epicteto) influyó en un principio en el desarrollo de esta escuela, sobre todo como lo manifiesta Boeri (2012):

Encontramos en los restos fragmentarios del estoicismo antiguo tres tesis típicamente “socráticas” que están claramente documentadas y argumentadas en varios diálogos

platónicos: (i) la virtud es conocimiento (*Menón* 87c-d; *Teeteto* 176c), (ii) entre las virtudes hay unidad (Platón, *Protágoras*, 331e; 359b; 361a-b) –lo cual es reformulado por los estoicos en términos de su “implicación recíproca” (αντακολουθία) de las virtudes–, y (iii) la virtud y la felicidad son lo mismo (83).

En especial Epicteto es conocido por enseñar, al igual que Sócrates, de manera práctica que *la virtud es el único bien* para las personas, tal como lo manifiesta en el texto *Manual para una vida feliz* (2015), rechaza la fundamentación de las acciones humanas en lo externo; como el placer, la riqueza, las opiniones que tienen los demás sobre nosotros, considerando todo esto como asuntos que no nos pertenecen. Por el contrario, consideran que sí son nuestros asuntos y dependen de nosotros, el juicio de valor, el impulso a la acción, el deseo y la aversión. Es importante tener en cuenta como lo menciona Hadot que “en la Antigüedad se apreciaba el valor del desinterés, y en el caso de filósofos como Aristóteles, por ejemplo, el valor del conocimiento desinteresado, es decir, del conocimiento que no tiene otro fin que el propio conocimiento, o el valor de la acción desinteresada en el caso de los estoicos: una acción que no tiene otro fin, precisamente, que ella misma” (*Qué es la filosofía* 68). En este orden de ideas, tanto los estoicos como Sócrates solían pensar que la mejor indicación de la filosofía de vida de un individuo no era lo que una persona decía o mostraba a través de lo material sino a través de sus acciones en la cotidianidad.

Ahora bien, al parecer según el estoicismo *en la conducta humana todo depende del juicio*, esto quiere decir que actuamos de acuerdo con los juicios que emitimos, las pasiones se vuelven juicios, por ejemplo, “la pasión por el dinero supone, en efecto, un juicio de valor (*hypolepsis*) que sugiere que el dinero es algo bueno, y lo mismo ocurre en el caso de la ebriedad, la intemperancia y las demás pasiones” (70). De hecho, enfatiza Epicteto (1993) que nos hacemos infelices a nosotros mismos por causa de nuestros propios juicios. La facultad del juicio que es la razón se transforma, puede ser buena o mala dependiendo de los juicios que se emiten y esto incide en el actuar cotidiano, pues no nos afectan las cosas como tal, sino los juicios que se hacen sobre estas.

El estoicismo se distancia de Sócrates, en el momento que se propone buscar un dominio y control de las pasiones con las que respondemos a diferentes acontecimientos y hechos que nos envuelven. En las disertaciones de Epicteto, encontramos un camino que puede ayudar a evadir la desdicha que nos pueden traer nuestros propios juicios y con el cual

podemos alcanzar la imperturbabilidad y acercarnos a la *eudamónia*. Se trata de un proceso racional en el que se hace la distinción entre lo que depende de nosotros y lo que no depende de nosotros. Si concentramos nuestro esfuerzo y energía vital solamente en lo que depende de nosotros obtendremos como resultado la desaparición de sentimientos de frustración e insatisfacción. A continuación, podremos evidenciar desde el *Manual de Epicteto* (1993) cómo el filósofo a partir de un ejemplo de la vida cotidiana nos invita a acoger este proceso racional que puede resultar como una guía para la acción:

Quando vayas a iniciar una acción, recuerda aquello en lo que en realidad esta consiste. Si vas a bañarte, ten en mente lo que suele suceder en los baños públicos: alguno habrá que te salpique, otro que te empuje, otro que te insulte, otro que te robe. Emprenderás esa acción con mayor seguridad si te dices: «Quiero bañarme y al mismo tiempo quiero que mi elección vital permanezca conforme a la naturaleza». Y así con cada acción. De este modo, si en los baños sobreviene alguna contrariedad, ten presente esto: «Pero yo no quería solamente bañarme, sino también, y a un tiempo, actuar de modo que mi elección vital quede preservada en conformidad con la naturaleza; sin embargo, no lo conseguiré en este estado, si monto en cólera a causa de lo que ocurre» (13).

Este ejemplo es equiparable con una actividad cotidiana en nuestra época, como tomar el transporte público, podemos hacer el ejercicio de cambiar la palabra “baño” por “transporte público” y reflexionar sobre si es posible día a día mantener una disposición estoica en esta acción de la vida cotidianidad de las personas.

En ese caso nos volvería a aconsejar Epicteto que cuando nos enfrentamos a situaciones incómodas o difíciles, primero, no debemos hacer responsables a los otros, sino a nosotros mismos, la responsabilidad aquí caería sobre nuestros juicios. No deberíamos dejarnos afectar por aquello que no depende de nosotros. A mi parecer esta es una postura difícil de sostener en la actualidad, preservar nuestra elección vital y mantenernos imperturbados en el caótico mundo de hoy parece muy difícil de alcanzar.

Un ejemplo interesante para estudiar y completar esta sección sería el expuesto por Lisa Tessman (2005) en el capítulo *Entre la indiferencia y la angustia*, donde habla sobre experiencias de extrema sensibilidad hacia el sufrimiento de los demás. La autora en este apartado hace una reflexión sobre el estado moral incómodo en la esfera de la sensibilidad al sufrimiento de las demás personas, identificando que los polos que se encuentran en

los puntos distantes de esta esfera son moralmente inaceptables; tanto la indiferencia es moralmente horrorosa y la sensibilidad extrema es psíquicamente insostenible. A grandes rasgos podemos decir que el estoicismo en este sentido estaría ubicado en el primer polo de la esfera, donde salvaguardar el bienestar interno y mantener la *ataraxia* sería lo más importante. En el *Manual* de Epicteto podemos encontrar las siguientes reflexiones sobre la importancia de guardar serenidad ante el sufrimiento propio y el de los demás:

Si deseas que tus hijos, tu mujer y tus amigos sigan vivos, eres un necio, pues pretendes que aquello que no depende de ti dependa de ti, y que lo ajeno te sea propio. [...] comienza, por tanto, por las cosas más pequeñas: si se derrama un poco de aceite, si te roban un poco de vino, di para ti mismo: «A este precio se vende la imperturbabilidad, a este otro la serenidad. Nada es gratuito» [...] Ten presente cada día la muerte, el exilio y todo aquello que parece temible, pero sobre todo la muerte. De este modo no habrá mezquindad en tu pensamiento ni exceso en tus deseos. (19)

Siempre habrá énfasis primero que todo en salvaguardar nuestra energía vital sobre todas las cosas, el sufrimiento de los demás en este sentido no depende de nosotros y debemos aceptar lo inevitable de la vida con serenidad.

Así, diversas áreas de la psicoterapia han intentado rescatar estos principios estoicos para abordar pacientes que manejan mucha ansiedad o dificultad para sobrellevar situaciones retadoras de la vida, y de esta manera hallar sentido al sufrimiento inevitable del vivir. A pesar de ello, sostener en su totalidad una actitud estoica en la actualidad podría parecer imposible o, al menos, bastante difícil. Freud, consideró que una vida estoica impide la satisfacción material, sin embargo, resaltaba la moral estoica como la más eficaz para neutralizar experiencias negativas. Pero fue Viktor Frankl quien vio en la filosofía estoica una herramienta fundamental para desarrollar esta parte de su logoterapia.

De hecho, el mismo texto *El hombre en busca de sentido* puede ser considerado como una lección estoica, pensar en el ejemplo de los baños de Epicteto o la manera en la que habla sobre la muerte y el exilio nos ubica en la conocida expresión de Frankl: *Cuando ya no podemos cambiar una situación, tenemos el desafío de cambiarnos a nosotros mismos*. En la fuerte experiencia que el padre de la logoterapia vivió en los campos de concentración, aprendió a ser indiferente ante las circunstancias en las que se encontraba inmerso. Tomó una postura estoica al estilo de Epicteto y eligió una actitud imperturbable

que lo ayudó a sostenerse por mucho tiempo. Asumió que, si su condición de vida en ese momento era la de sufrir, el significado de su vida en ese instante era hacer lo que fuera significativo para él en ese preciso momento a pesar de su situación.

El pensamiento de Frankl estuvo marcado por la importancia de buscar un sentido profundo a las situaciones de dolor, con el objetivo de potenciar la resistencia humana que, justamente, involucra la capacidad de resistir a situaciones de mucho sufrimiento. Frankl implementó pensamientos del estoicismo para poder sobrellevar lo que él denomina la tríada trágica de la existencia humana: dolor, muerte y culpa. El padre de la logoterapia da una mirada a la filosofía antigua y rescata la vivencia socrática y estoica como una forma de vida que busca preservar el bienestar interno.

CONCLUSIÓN

Hablar de filosofía en la antigüedad requirió además de un acercamiento al pensamiento coherente y profundo, un acercamiento a las prácticas de vida, a ejercicios espirituales destinados a transformar al sujeto. Y es que, en la época de Sócrates, tal como lo vimos, la filosofía solía provocar cambios en las personas que la practicaban, una transformación que partía de la reflexión, el autoconocimiento, la búsqueda de la verdad y el sentido de la vida.

Fueron justamente estos cambios productos del diálogo socrático los que despertaron el interés de los terapeutas de corte humanista existencial, muchos de los conceptos que estaban en juego e ideas filosóficas han sido tomadas para fundamentar la buena práctica psicoterapéutica contemporánea, tal como lo hizo la logoterapia de Viktor Frankl.

El presente trabajo abordó precisamente los puntos filosóficos que se encuentran en la logoterapia. El primer paso en la investigación se acercó a las nociones *conocimiento* y *cuidado de sí*, desde las fuentes del diálogo socrático. Nos remitimos a algunas conversaciones de Sócrates, para averiguar cómo nace esta forma particular de conversar y de dónde nace la inquietud de Sócrates por el autoconocimiento y autocuidado, para posteriormente ver su aplicabilidad en la noción *sentido de vida* de la logoterapia.

Encontramos que para Sócrates la indagación de él como el hombre más sabio de Atenas se convierte en un ejercicio vital que, a pesar de llevarlo a crear enemistades, solo quería cumplir la labor divina del oráculo. En esta búsqueda no solo logró darse cuenta que las personas que se hacían llamar sabios, en realidad desconocían los temas que creían saber, también notó que había un desconocimiento sobre ellos mismos, un descuido sobre sí, que no dejaba ver el conocimiento que poseían pero que estaba nublado por banalidades. Siguió su camino indagativo promoviendo la inscripción que se encontraba en el templo del oráculo “conócete a ti mismo”, pues al aplicar estas palabras en nuestra vida, encontraríamos el conocimiento verdadero, y además llevaríamos una vida mejor vivida.

En la actualidad, el diálogo socrático es un método no sólo en la enseñanza filosófica, también se ha empezado a introducir en algunas prácticas de la psicoterapia. Como se ha visto, un representante e impulsador del diálogo socrático en el ejercicio terapéutico fue

Viktor Frankl. El diálogo socrático en la logoterapia se vuelve un arte más que una técnica, —tal como lo manifiestan logoterapeutas como Luna, Almada y Martínez— para observar juntos las circunstancias, cuestiones y dificultades que posee el consultante y de esta manera buscar una unidad de sentido, de significado a su vacío o frustración existencial que esté padeciendo.

Ayudando las conclusiones de este trabajo según la propuesta de Fabry (2001) señala cinco caminos donde el diálogo Socrático es implementado para la búsqueda de sentido, veamos:

1. **Autodescubrimiento.** Mientras más averigüemos sobre nuestro ser real, detrás de todas las máscaras que usamos para protegernos, mayor sentido descubriremos.
2. **Elección.** Mientras más alternativas de elección se contemplen en una situación dada, el sentido se hará altamente accesible.
3. **Unicidad.** Hay más posibilidades de encontrar el sentido en situaciones en las que uno no puede ser reemplazado fácilmente por alguien.
4. **Responsabilidad.** Nuestra vida será mayormente significativa si aprendemos a asumir responsabilidades en situaciones en que se tiene la libertad de elegir, y si se aprende a no sentirse responsable cuando se enfrenta uno a un destino inalterable.
5. **Autotrascendencia.** El sentido viene a nosotros cuando salimos de nuestro egocentrismo y llegamos a los demás. (2)

Los caminos descritos como resultante de un análisis filosófico dejan ver cómo en el *autodistanciamiento* se quiere que el examinado pueda observarse a sí mismo, más allá de su dificultad, que pueda lograr la separación de él mismo con su padecimiento para ir logrando una mirada objetiva de la cuestión que lo atormenta. Y el *diálogo socrático*, como evidencia, como interlocución, que indaga el desarrollo de las sesiones en tanto, estilo mayéutico que guía a la persona hacia el conocimiento de sí y, por consiguiente, al cuidado de sí.

Es ideal completar este análisis resaltando que el logoterapeuta al igual que Sócrates toma una actitud irónica, pues no puede caer en el error de imponer sentido a la persona que cuestiona socráticamente al consultante, este según Martínez (2009):

es, en parte, un maestro filósofo que en sus simulaciones juega con las ideas y creencias de su interlocutor exagerándolas o simplemente logrando con su actitud, mostrar la inadecuación de las mismas, esta máscara busca desenmascarar el saber engañoso convirtiéndose en un sembrador de dudas y cuestiones que faciliten al consultante captar realmente las preguntas que la vida le hace (20).

En consecuencia, el diálogo socrático nos muestra innumerables casos donde la aplicación del mismo logra el autodistanciamiento del sujeto, ampliación de horizonte de posibilidades, disminución de síntomas, acercamiento a la esencia o raíz de las dificultades y el descubrimiento de nuevos sentidos de vida. Sin embargo, en el apartado de experiencias y contraindicaciones del artículo *El diálogo socrático en la terapia centrada en el sentido* de Martínez (2009), el autor nos expone que, si bien el diálogo socrático es una herramienta esencial, destaca posibles dificultades a considerar en la utilización de la ironía y la ingenuidad. Aclara que, en teoría, no se recomienda su utilización en pacientes con depresión profunda o con tendencias suicidas. Sin embargo, a partir de su experiencia, afirma que, dependiendo de su uso y en las condiciones terapéuticas apropiadas, no se presentarían dificultades en su práctica.

Finalmente, encontramos que el diálogo socrático y la logoterapia no buscan únicamente trabajar en la capacidad de autoconocimiento y autocuidado, sino en acompañar el proceso de descubrimiento del sentido de la vida y que el sujeto en cuestión sea consciente de su capacidad de significar lo vivido. Se sugiere que a partir del diálogo socrático implementado en las sesiones de logoterapia las personas puedan descentrarse de los síntomas, focalizar la dificultad que padecen, es decir, definir la esencia de sus problemas y ampliar la visión de vida.

Este trabajo quiso de manera general resaltar los aportes de las escuelas Helenísticas a la psicoterapia contemporánea centrándonos específicamente en Sócrates y cómo la aplicación del diálogo Socrático amplía los recursos psicoterapéuticos del terapeuta, en la medida que ayuda al reconocimiento de la ignorancia frente al conocimiento y verdades absolutas y este es un primer paso fundamental para desarrollar las sesiones. Actualmente los logoterapeutas se han apropiado de este estilo y lo han subdividido según las necesidades de sus pacientes, así podemos encontrar: *Encuentro y diálogo socrático*, *El método socrático en la praxis grupal*, *El Diálogo Socrático como eje del entrenamiento*

en la percepción de sentido y toma de decisiones, entre otros, que día a día van surgiendo con las nuevas necesidades en el campo terapéutico.

Viktor Frankl y la logoterapia son un ejemplo de la profundidad teórica que brinda a la psicoterapia la implementación de conceptos filosóficos, pues no solo solidificó su teoría a partir de nociones filosóficas, sino que las llevó a la práctica, y logró una transversalización de estas en su quehacer terapéutico. La logoterapia no solo fijó su mirada en el diálogo socrático como recurso que transversaliza las sesiones terapéuticas, también rescató nociones como *conocimiento de sí* y *cuidado de sí* en su búsqueda por ampliar la capacidad de comprender y abordar al ser humano.

ANEXO

Relación logoterapia - diálogo socrático

Viktor Frankl	Sócrates
El sentido de vida del paciente no viene del exterior, sino que está dentro de él.	La verdad no viene del exterior, sino que está en el individuo, pero nublada por la ignorancia.
La sesión de logoterapia no crea el sentido de vida del sujeto, pero ayuda a que este pueda encontrarla.	El diálogo con Sócrates no crea la verdad, pero encamina al individuo a encontrarla.
Encontrar el sentido de vida se puede llegar a dar a través del proceso de reflexión que se desarrolla en la sesión.	Encontrar la verdad se da a través del proceso de reflexión que ejerce el interlocutor al intentar responder las preguntas de Sócrates.
El logoterapeuta busca adaptarse al paciente, presentado temas que sean de su inquietud para que la conversación fluya y así pasar a la dificultad central, razón de la consulta.	Sócrates se moldea hacia su interlocutor, presentando un tema de su interés, para así encontrar un punto de partida para la conversación.
Al inicio, las ideas del paciente pueden ser vagas; el logoterapeuta no las rechaza, no las refutas, las examina y pule de la mano del paciente a través de la confrontación de experiencia de vida del mismo y la reflexión.	El interlocutor suele comunicar ideas imperfectas y confusas, Sócrates no las refuta de manera radical, procura examinarlas de la mano del estudiante para liberarlo de la confusión que padece.

Tabla 1. Relación logoterapia - diálogo socrático. Fuente: elaboración propia.

Bibliografía

- Almada, R. Fundamentos filosóficos de la Logoterapia. 2015.
- Alsina, José. "Sócrates, Platón y la Verdad." *Boletín del Instituto de Estudios Helénicos* 1 (1967): 39-43.
- Cowen, S. Viktor Frankl: persona, filósofo y terapeuta. *Revista de Judaísmo y Civilización* (2005)
- Epicteto, Hadot Pierre. "Manual para una vida feliz", 2015.
- Fabry, J. *Señales del camino hacia el sentido*. México. Ed. LAG 2001.
- Frankl, Viktor. *El hombre en busca de sentido*. Herder 2004.
- Frankl, Viktor. *Psicoterapia y existencialismo*. Herder, 2003.
- Frankl, Viktor. *El hombre doliente*. Herder, 1983.
- González Hinojosa, R. y López Santana, L. Pierre Hadot: "El cuidado de sí y la mayéutica socrática como ejercicio espiritual." *CIENCIA ergo-sum: revista científica multidisciplinaria de la Universidad Autónoma del Estado de México* 23.1 (2016): 26-34.
- Hadot, P. ¿Qué es la filosofía antigua? Fondo de cultura económica, 2000.
- Hadot, P. El discurso filosófico como ejercicio espiritual. En *La filosofía como forma de vida*. Alpha Decay, 2009.
- Hadot, P. La filosofía como vida y como búsqueda de la sabiduría. En *La filosofía como forma de vida*. Alpha Decay, 2009.
- Hoffman, E. *Victor Frankl a los noventa: una voz para la vida*. América, 1995.
- Kahn, Charles. *Platón y el diálogo socrático*. Cambridge University Press, 2010.
- Luna, J. *Logoterapia: un enfoque humanista existencial*. San Pablo, 1996.
- Nehamas, A. El arte de vivir: Reflexiones socráticas de Platón a Foucault. Pre-textos, 2005.
- Noro J. Filosofía, logoterapia y análisis existencial. 2016.

Nussbaum, Martha. "La terapia del deseo: teoría y práctica en la ética helenística". 2011.

Nails, D. The trial and death of Socrates. *A Companion to Socrates*. Blackwell Publishers, editado por Ahbel-Rappe, Sara & Kamtekar, Rachana, Blackwell Publishers, 2005, pp. 254–272.

Martínez, E. El dialogo socrático en la terapia centrada en el sentido." *Revista Latinoamericana de Psicología* 42.3 (2010): 497-501.

Platón, Diálogos VII y Apócrifos Dudosos. "Cartas, trad." Juan Zaragoza y Pilar Gómez Cardó, Gredos, Madrid. 1992.

Platón. Fedón. En El banquete. Fedón. Fedro (trad. L. Gil.). Buenos Aires: Orbis, 1983.

Platón. Alcibíades. En Diálogos VII. Dudosos, apócrifos, cartas (trad. J. Zaragoza y P. Gómez Cardó). Madrid: Gredos, 1992.

Platón. Menón. En Diálogos II (trad. J. Calonge Ruiz, E. Acosta Méndez, F. J. Oliveri y J. L. Calvo). Barcelona: Gredos, 2007.

Rosaleny, Vicente Raga. "Montaigne, Sócrates y la ironía, por una lectura aporética del rostro socrático." *XVII CONGRÉS VALENCIÀ* (2009): 209.

Rosaleny, Vicente Raga. "La ironía socrática como arte de vivir." *Endoxa* 69-85. 2007.

Tessman, Lisa. "Burdened Virtues". New York: Oxford University Press, 2005.

Zubieta, Carlos Goñi. "Sócrates y Kierkegaard." *Espíritu: Cuadernos del Instituto Filosófico de Balmesiana* 50.123 (2001): 75-99.