

VIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología  
XXIII Jornadas de Investigación XII Encuentro de Investigadores en Psicología  
del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos  
Aires, 2016.

# Una lectura del sentido de la vida desde Nietzsche y Frankl.

Eldahuk, Daniela.

Cita:

Eldahuk, Daniela (2016). *Una lectura del sentido de la vida desde Nietzsche y Frankl. VIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXIII Jornadas de Investigación XII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-044/112>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/eATh/dAV>

*Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.*

# UNA LECTURA DEL SENTIDO DE LA VIDA DESDE NIETZSCHE Y FRANKL

Eldahuk, Daniela

Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires. Argentina

---

## RESUMEN

El siguiente trabajo está basado en el análisis del concepto de sentido de la vida desde la perspectiva nietzscheana de *La Gaya Ciencia* (1882) y el texto *El hombre en busca de sentido* (1946) de Viktor Frankl. El objetivo principal es demostrar la estrecha relación entre ambos autores sobre la concepción de la vida. Para ello nos basamos en la articulación de las similitudes que encontramos en ambos textos, una perspectiva positiva de la vida, donde cada aspecto de ella juega un rol enriquecedor para el crecimiento personal de los individuos.

## Palabras clave

Sentido de la vida, Existencia, Creación, Risa, Dolor, Elección

## ABSTRACT

A READING OF THE MEANING OF LIFE FROM NIETZSCHE AND FRANKL  
The following work is based on the analysis of the concept of sense of life from the nietzschean perspective in *The Gay Science* (1882) and the text *The man in search of sense* (1946) by Viktor Frankl. The main objective is demonstrate the close relations between both authors about the conception of life. To this we base in the articulation of the similarities we found in both texts, a positive perspective of life, when each aspect of this plays a rewarding role for the personal growth of persons.

## Key words

Sense of life, Existence, Creation, Laugh, Pain, Choice

El presente trabajo se desarrollará en base al concepto de vida que presenta Friedrich Nietzsche en su libro *La Gaya Ciencia*, tomando, a su vez, algunos conceptos esenciales del libro de Viktor Frankl *El hombre en busca de sentido*.

El texto de Nietzsche, más allá de la crítica que realiza a ciertos aspectos de la cultura occidental como la Ciencia, la Religión y la Política, deja entrever una concepción de vida particularmente positiva, que busca resaltar lo placentero ella.

Lo que nos llevó a plantearnos esta cuestión fue la evidente falta de profundidad en las relaciones humanas actuales, la indiferencia humana ante situaciones graves y la creciente importancia al mundo virtual que deja de lado el mundo "vivencial".

En estos tiempos que se autodenominan "de avances tecnológicos", seguimos preguntándonos sobre qué es la vida y cómo deberíamos vivirla. En base a esto se intentó buscar respuestas en *La Gaya Ciencia*, ya que lo que nos dice el texto sobre esta cuestión es la contracara del estilo de vida de los tiempos contemporáneos. La decisión de incorporar el texto de Victor Frankl no fue al azar. Tanto Frankl como Nietzsche tienen una mirada particularmente positiva y enriquecedora de la vida y su sentido.

Frankl, un psiquiatra austriaco nacido en 1905 y muerto en 1997, fue el fundador de la Logoterapia, una psicoterapia que propone

como motivación de los sujetos la búsqueda del sentido. En su texto plantea su experiencia dentro de un campo de concentración, lo que lo llevó a la creación de la logoterapia como psicoterapia de la existencia.

Su conclusión es que, a pesar del sufrimiento que puede causar una situación devastadora, las ganas y esperanzas de vivir por algún objetivo particular hacen de la experiencia negativa una instancia superadora, que permite un encuentro con lo más íntimo de uno mismo, dejando no solo un aprendizaje, sino también el sentido de nuestras vidas. Lo interesante de Frankl es que desestigmatiza al sujeto que sufrió: la persona no es la poseedora de una marca psíquica que la llevara a identificarse como "víctima", no será esclava de su pasado ni se someterá a él, será libre, al igual que el sujeto nietzscheano, que lograra desembarazarse de las concepciones occidentales esclavizantes, ya no identificándose con ellas, sino, dando muerte a su propia creación, Dios.

La concepción de la vida que tiene Nietzsche coincide en muchos aspectos con lo relatado por Víctor Frankl en su ensayo *El hombre en busca de sentido* (1946), sobre la vivencia en el campo de concentración. Ambos relatan la potencialidad del hombre y la fuerza interior necesaria para encontrar el sentido de la existencia, no como algo objetivo e igual para todos los vivientes, sino como algo personal; así lo relata Nietzsche en el párrafo 322 de *La Gaya Ciencia* (1882) creando una metáfora sobre el interior del ser humano como si fuera la vía láctea, porque son irregulares y en el fondo está el caos; dice que este caos es el laberinto de la existencia (Nietzsche,1882). Los sentimientos que afloran como explosiones repentinas: las dudas, los miedos, el asombro; las explosiones del hombre como reacciones de cambio que puede haber en los pensamientos que uno abre respecto de su propia existencia; no necesariamente vamos a pensar lo mismo de nuestra existencia en distintos momentos de nuestra vida.

La vía láctea interna del hombre es infinita, la existencia no es infinita pero si son infinitos los movimientos de los sentimientos y los pensamientos sobre la existencia durante el tiempo que estamos existiendo, también, las significaciones que podemos darle junto con otros; recordemos que existimos con otros existentes, un constante encuentro y desencuentros de poseedores de vías lácteas. Este fondo caótico interno del hombre se expresa externamente en forma artística, cuando el hombre necesita poner afuera lo que lo constituye como persona. En el párrafo 107 habla del arte como un recurso para hacer soportable la existencia, nos permite abstraernos de nuestra vida, de nuestro mundo concreto, alejarnos y tener una perspectiva diferente (Nietzsche,1882); creo que acá también el arte actúa como la risa, concepto al que siempre vuelve Nietzsche, como esta manifestación que sirve para velar una realidad indeseable. A parte de que sirva como un velo creemos que también sirve, de alguna forma, para tener el control sobre la existencia, estamos llorando o riendo de algo que nosotros mismos creamos: "...necesitamos un arte petulante, flotante, bailarín, burlón, infantil y sereno, para no perder nada de esa

libertad por encima de las cosas que espera de nosotros nuestro ideal.”(Nietzsche, F., 2007, p 104) Este fragmento se lo puede pensar con un ejemplo del texto del psiquiatra Viktor Frankl cuando expresa que más allá de que él y sus compañeros estén sufriendo ser prisioneros, tenían momentos de arte, una especie de cabaret, en donde se estaba permitido este espacio y que actuaba como un velo para negar la realidad que estaban viviendo, aunque sea por un momento (Frankl,1946). Más allá de este arte improvisado, el psiquiatra se da cuenta de que, teniendo ciertas actitudes en ese lugar supuestamente de libertad, se lo favorecían dentro del campo porque festejaba los chistes de forma exagerada (Frankl,1946). Ese pequeño espacio para tener esta libertad, seguía siendo observado, evaluado, premiado. Esa expresión de arte, de libertad, de risa, terminó cayendo ante esta imagen externa del súper yo representada en los guardias. A partir de esto dejó de tener un fin en sí mismo el arte de reír, se convirtió en una herramienta para satisfacer el deseo ajeno y silenciar ciertos miedos dentro del campo.

El concepto de interioridad, que venimos desarrollando con el nombre de “vía láctea” también se representa en el parágrafo 9 de *La Gaya Ciencia* con el nombre de “jardines secretos” (Nietzsche, 1882), la interioridad expresada nuevamente en metáfora, como explosión primaveral, belleza desconocida que al manifestarse causa sorpresa hasta en su propietario. Esto se ve claramente en algunas situaciones que describe Viktor Frankl en el campo de concentración, en esa gente que creía que nunca iba a hacer determinadas cosas, y que, en esa situación, actuaba de formas aun, desconocidas para ellos.

Podemos observar, algo de lo anteriormente mencionado en el parágrafo 58, donde Nietzsche habla sobre cómo podemos aniquilar siendo creadores, de cómo las explosiones internas no destruyen, sino que crean. Nietzsche critica el hecho de que los hombres hayan creado a Dios, pero al mismo tiempo está a favor de todo lo que es creación (arte). ¿Dios podría ser arte? Creemos que solo para su creador original, para el resto es dogma, arte que impone una voluntad, no debería llamarse arte, el arte es libertad.

En referencia a que podemos aniquilar siendo creadores se encuentra también es su texto *Así hablo Zaratustra* (1883) en donde la transformación del hombre pasa por tres estadios, uno que carga con pensamientos impuestos y esclavizantes (el hombre como camello); otro en el que se rebela contra estos dogmas, destruyéndolos con la fuerza de su voluntad (representado en la figura del león) y el tercero y último, que muestra al hombre como un niño, en el cual la creatividad y el arte afloran del interior al exterior; el hombre pasa del sometimiento, a la destrucción y la creación. En este caso, sería la creación del propio sentido de la vida, destruyendo los sentidos impuestos desde el exterior. Desde Frankl podemos decir que no es creación y búsqueda errática e incoherente, uno tiene la responsabilidad de crear su propio sentido de la vida, porque no sería un objetivo igual para todos, no tendría relación con los fines impuestos por alguna institución; él propone que los objetivos para el sentido de la vida sean diferentes para todos, y ni siquiera, tal vez, haya que crearlo sino descubrirlo, y descubrir también es arte, es el artes de *des- cubrir* lo oculto de nuestro jardín secreto.

En la *búsqueda-creación* el dolor es inevitable. Nietzsche cree que los que sufren este dolor siguen intactos gracias a su borrachera (Nietzsche, 1882), la alegría de estar vivos nos hace fuertes ante la adversidad.

Dicho autor no nos da recetas para ser felices, es una actitud, que no se enseña, pero que se puede aprender a partir de uno mismo como introspección solitaria; a través de esto el miedo a vivir se irá disipando por la fortaleza interna que vayamos ganando, “(...) vivir

es infinitamente más arriesgado, somos de cristal. ¡Pobres de nosotros si apenas chocamos! Una caída, ¡y todo se acaba!” (Nietzsche, F., 2007, p 133) En este fragmento, con un tono irónico, realiza una crítica a los que tienen miedo de vivir, a los que prefieren no vivir por miedo a morir; lo que ellos ignoran es que al negarse a vivir, ya están muertos. Dicha pasividad se refleja también en el parágrafo 164: “Quien quiere dormir deja a oscuras su habitación o se mete en una cueva. ¡Esto va para los que ignoran lo que buscan con más empeño y les gustaría saberlo!” (Nietzsche, F., 2007, p 134) Esta frase pareciera tener tintes platónicos, el conformismo de los prisioneros a los que refiere Platón en la alegoría de la caverna, sujetos no dispuestos a abandonar las comodidades de la caverna por ir en búsqueda de objetivos más elevados o no buscar otras alternativas posibles a su existencia. A su vez, esta situación de comodidad se la puede pensar con el hecho de que si el sentido de la vida es impuesto, en este caso, diría Nietzsche, por una religión, uno se queda cómodamente con ese sentido que le impusieron, no hará falta arriesgarse porque ya se le está dando a los hombres eso que actúa como una ley, como una meta que al estar impuesta hasta deja de tener un sentido, el sentido de la vida debería entenderse como algo propio y para uno mismo, no debería ser de otro para mí. Nuevamente entra en juego la creatividad, ya que sin ella sería imposible lograr salirse de una perspectiva determinada y encontrar algo diferente, algo genuino, Nietzsche lo expresa del siguiente modo en el parágrafo 196: “Solo oímos aquellas preguntas a las que podemos encontrar respuesta” (Nietzsche, F., 2007, p 139) Pareciera que nuestra “capacidad auditiva” estaría acotada a ciertas condiciones, ni siquiera estaría permitido escuchar lo que está por fuera de nuestro campo auditivo; por eso es necesaria la voluntad de crear, ya que nos permite flexibilizar y ampliar nuestro campo. Podemos observar también lo que nos dice Nietzsche en el parágrafo 232: “Hay que aprender a estar despierto igual, a no estar despierto si no es de un modo interesante” (Nietzsche, F., 2007, p 143) Creo que esto se relaciona nuevamente con el tema de la creatividad, el estar abierto a diferentes perspectivas nos estimula la creatividad, lo que crea lo “interesante”, al poner en juego nuestra interioridad para encontrar ese sentido.

El estar “despierto” tiene que ver con el tener la capacidad de ver las oportunidades que da la vida y de las que somos capaces de elegir por cual quisiéramos ir, estar atento a esos pequeños cambios; Frankl nos dice en su texto que “A diario, a todas horas, se ofrecía la oportunidad de tomar una decisión, decisión que determinaba si uno se sometería o no a las fuerzas que amenazaban con arrebatarle su yo más íntimo, la libertad interna; que determinaban si uno iba o no iba a ser el juguete de las circunstancias, renunciando a la libertad y a la dignidad, para dejarse moldear hasta convertirse en un recluso típico.” (Frankl, V. 1991, p. 40)

Una especie de consejo que nos da Nietzsche respecto de cómo vivir lo encontramos en el parágrafo 26: “Vivir quiere decir arrojar todo el tiempo lejos de uno aquello que tiende a morir (...)” (Nietzsche, F., 2007, p. 49) Si nos guiamos a rajatabla por este consejo, también habría que alejar al deseo, porque el deseo, no tiene un objeto fijo, es cambiante a medida que cambian los ánimos de hombre; entonces tienen un fin, pero al mismo tiempo si el hombre aleja el deseo, aleja el mismo sentido de la vida. Este sería un dilema existencial al que Nietzsche solo nos arroja a la duda.

A lo largo del trabajo dimos cuenta de varios conceptos que sirvieron para puntualizar el tema principal; tales como, el sentido de la vida, el dolor, el placer, la felicidad, la libertad, la responsabilidad, el decidir, etc.

Podría decirse que se vieron varios puntos de coincidencia entre la

concepción de vida nietzscheana de *La Gaya Ciencia* y los principios básicos que propone Frankl que darán inicio a la creación de la Logoterapia.

Principalmente se vieron estas coincidencias en el papel preponderante que se le asigna al dolor, no como prueba de vida, sino como oportunidad de abrirse camino hacia nuevos horizontes, tanto como posibilitador de toma de decisiones, como favorecedor del reencuentro con uno mismo.

No quisimos dar a entender que el dolor es un sentimiento agradable, claro que no, no creemos que el señor Frankl haya disfrutado su estadía en el campo de concentración por varios años. Tratamos simplemente, de encontrar un sentido positivo a ese “sin-sentido” que pareciera tener el dolor; como dijimos, todos nos preguntamos por las causas del dolor, y si necesitamos respuestas es porque crea un corte en la subjetividad que necesitamos tapar, aunque sea con religiones e imperativos.

La pregunta es agujero de la existencia, imposible de llenar (¡por suerte!), pregunta que no pretendemos responder sino resignificar desde lo más humano que tenemos: la razón, expresada en palabra y los sentimientos.

El sentido de la vida, finalmente, se encontrara en la aceptación de la vida tal cual es, no es una aceptación conformista, todo lo contrario; gracias a nuestra posibilidad creadora podemos aceptar activamente, buscando en nosotros la felicidad mas allá de no tener el control sobre todo lo que nos rodea.

## **BIBLIOGRAFÍA**

- Frankl, V. El hombre en busca de sentido. Ed. Herder, Barcelona, 1991
- Freud, S. El chiste y su relación con el inconsciente. Ed. Biblioteca Nueva, Buenos Aires, 2006
- Nietzsche, F. La Gaya Ciencia. Ed. Gradifco, Buenos Aires, 2007
- Nietzsche, F. Así hablo Zarathustra. Ed. Centro Editor de Cultura, Buenos Aires, 2011
- Stolkner, A. “Teórico N° IV. El concepto de salud de la OMS. Cátedra II Salud Publica/ Salud mental, Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires. Buenos Aires, 2003. Disponible en: [http://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios\\_catedras/obligatorias/066\\_salud2/material/unidad1/subunidad\\_1\\_1/stolkner\\_teorico\\_4\\_concepto\\_salud\\_oms.pdf](http://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios_catedras/obligatorias/066_salud2/material/unidad1/subunidad_1_1/stolkner_teorico_4_concepto_salud_oms.pdf). 01 de Noviembre de 2014