

EL HOMBRE EN BUSCA DE SENTIDO

AUTOR: VIKTOR E. FRANKL (1905–1997)

Considerado el más famoso psicoterapeuta de este siglo y el último de la gran generación de la Escuela de Viena.

Frankl nació en Viena, ciudad a la que regresó en 1945 después de la guerra, a diferencia de lo que hicieron muchos de sus compatriotas. Durante su época de estudiante estuvo en contacto con Freud y fue alumno de Adler.

Hasta 1942, en pleno apogeo de los nazis, estuvo trabajando en una clínica judía de Viena, pero finalmente él y su familia fueron internados en el campo de concentración de Theresienstadt. Fue precisamente en los campos de concentración donde perfiló su teoría basada en la búsqueda de un sentido para la vida del hombre.

Frankl fue profesor de neurología y psiquiatría en la universidad de Viena y ejerció la cátedra de logoterapia en la Universidad Internacional de San Diego, en California. Ofreció conferencias en un total de 208 universidades y veinte de ellas le otorgaron el título de doctor honoris causa. Sus libros han sido traducidos a veintidós idiomas, incluido el chino, el coreano y el japonés.

• RESUMEN DEL LIBRO

El autor mediante este relato biográfico pretende explicarnos cómo pudo aceptar que la vida fuera digna de vivirla a pesar de las condiciones a las que fue sometido en un campo de concentración.

El libro consta de una introducción y tres partes o fases por las que pasa un prisionero según nos cuenta Frankl.

- En la introducción Gordon W. Allport nos resume lo que encontraremos en las siguientes páginas. Comienza explicándonos que la logoterapia lo que busca es formar una base sólida con unos cuantos argumentos débiles. Frankl preguntaba a sus pacientes: ¿Por qué no se suicida usted?. Las respuestas eran los argumentos débiles con los que el doctor trabajaba. En la obra éste nos cuenta las experiencias que le llevaron al descubrimiento de esta terapia llamada también la tercera escuela vienesa de psicoterapia.

Allport afirma que el lector aprende lo que hace un ser humano cuando, de pronto, se da cuenta de que no tiene nada que perder excepto su ridícula vida desnuda.

La primera fase y el libro en general pretenden dar respuesta a la siguiente pregunta: ¿Cómo incidía la vida diaria de un campo de concentración en la mente del prisionero medio?

Comienza resumiéndonos la estructura básica de un campo de concentración. Los capos eran los prisioneros privilegiados, escogidos entre todos los demás para maltratar y dominar a los demás. Si no cumplían esta misión se les degradaba automáticamente. Nos explica también Frankl que cada persona interna en el campo no era más que un simple número, no tenía valor alguno. Su número era el 119.104.

- La primera fase por la que pasa un prisionero es el *internamiento en el campo*. Según nos cuenta el primer síntoma es el shock. Con su propia experiencia como ejemplo nos cuenta cómo la incertidumbre del viaje se transforma en miedo al ver el cartel de Auschwitz. Para ellos ese simple nombre significaba la muerte, la cámara de gas, los campos de concentración. Nos relata la selección por la que pasa al llegar al lugar. El

90% muere en esa primera selección (los llamados musulmanes, quienes iban a la cámara de gas por tener un aspecto miserable por dentro y por fuera) y el resto es enviado a las duchas, por las que sale agua de verdad. Así nos intenta explicar con humor el autor los primeros momentos de lo que duraría tres años.

- Segunda fase: *La vida en el campo*. La apatía, el adormecimiento de las emociones y el sentimiento de que a uno no le importaría ya nunca nada eran los síntomas que se manifestaban en la segunda etapa de las reacciones psicológicas del prisionero. Así nos explica Frankl la evolución de los prisioneros en el campo. Hay una anécdota que de alguna forma nos hace concienciarnos aun más del horror que se vivía allí cada día; esto es cuando el autor nos habla de una noche en la que uno de sus amigos sufre una horrible pesadilla y él que siempre se había sentido especialmente dolorido por las personas que padecen pesadillas quiso despertarle pero, en el momento justo de hacerlo pensó que ningún sueño podría ser peor que la realidad que estaban viviendo.

Los prisioneros se apoyaban en diversos sueños o deseos que en cierto modo les ayudaban a sobrevivir; esto es por el ejemplo: el amor, la religión, el humor, el arte, la esperanza de libertad. Ahora explicaré alguno de ellos para que se comprenda mejor:

- ♦ El amor ayudó al autor en muchos momentos a escapar de la realidad, lo que le hizo entender según nos dice que: El amor es la meta última y más alta a la que puede aspirar el hombre.
- ♦ La religión fue algo en lo que muchos se apoyaron para darle sentido al sufrimiento que estaban viviendo, así explicaban que todo lo que pasaban era por algo, y porque su Dios así lo quería.
- ♦ El humor es otra de las armas con las que el alma lucha por su supervivencia. Con esta misma frase Frankl nos cuenta que la risa les ayudaba a evadirse de los males que sufrían. Ciertamente es que duraba unos segundos o como mucho minutos.
- ♦ Por último destacaré la esperanza de libertad, ya que considero la más importante de todas. Los prisioneros se apoyaban en alguna o en todas las anteriores pero su gran meta era ser liberados algún día.

Fue trasladado de Auschwitz a un campo filial del de Dachau. Cabe destacar la gran alegría que sintieron al ver que les llevaban a un lugar sin hornos crematorios ni duchas de gas.

Más tarde fue a un campo de reposo como voluntario. Muchos le compadecieron ya que pensaron que no volvería con vida, él mismo lo dudó. Pero tuvo la suerte de irse a tiempo, ya que más tarde apareció el canibalismo.

Fue muy importante según nos destaca Frankl el yo personal, lo que desarrollaré al hablar de la lección que corresponde con este libro.

Como ya expliqué anteriormente la esperanza de libertad estaba o había estado presente en la mayoría, por no decir en todos, los prisioneros del campo. Por ello la pregunta que se hacían era: ¿sobreviviremos al campo de concentración? Sin embargo, para el psicólogo había algo aún más importante, una preguntaba que le angustiaba aún más: ¿tiene algún sentido todo este sufrimiento, todas estas muertes? Nos dice que si la respuesta es negativa esto es que tampoco tenía sentido alguno sobrevivir al internamiento.

El destino. Este conlleva sufrimiento sin duda alguna. En el libro se plantea con ejemplos de su propia experiencia o algún caso que conocía. Nos explica cómo el hombre, aceptando su destino, puede conservar su dignidad y su orgullo a pesar de su sino, como ocurre en su situación. Quien no esperaba nada de la vida, quien no aceptaba su destino moría, como ocurrió, según nos cuenta Frankl, en las navidades de 1944–1945 cuando los prisioneros perdieron su valor y les venció el desaliento. Esto se resume en una frase que aparece bastante en el libro: Quien tiene algo por qué vivir, es capaz de soportar cualquier cómo.

- Y llegó el día en que se izó la bandera blanca a la entrada del campo. Esto es ya la tercera fase: *Después de*

la liberación. Nos cuenta su propia experiencia. Llegó el día en que por fin salieron del campo y miraron al exterior con mirada de hombres libres, creyendo que esto les llenaría de una alegría indescriptible; pero habían pronunciado tantas veces la palabra libertad que no podían aprehender que esa palabra les perteneciera.

El prisionero corre un gran peligro tras la liberación, sobre todo cuando cesa la presión tan de repente. Es quizás cuando más cuidados necesita la persona.

Un tipo de prisionero, más primitivo, no podía escapar de la brutalidad a que había sido sometido por lo que pensaba que podía hacer uso de su libertad sin medida alguna.

Ahora hablaré algo de la *amargura* y la *desilusión* que sentían al volver a su antigua vida, ya que según nos cuenta el psicólogo eran otras experiencias mentales que amenazaban con dañar el carácter del prisionero liberado:

- La *amargura* tenía su origen al regreso cuando, después del sufrimiento vivido no obtenía el apoyo ni la comprensión que esperaba.
- La experiencia de la *desilusión* se da cuando el hombre descubre que el sufrimiento no tiene límites y que él que creía conocer su límite absoluto se encuentra con que esto no es así y aún puede sufrir mucho más.

Muchos otros se encontraron que todo aquello con lo que habían soñado y en lo que se apoyaban cada día había desaparecido. Fue un duro golpe y con el tiempo no entendieron cómo podían haber soportado aquel sufrimiento.

Termina diciendo que para el hombre que regresa a su hogar la experiencia final es que ya no hay nada a lo que tenga que temer, excepto a su Dios.

PROBLEMAS QUE PRESENTA EL LIBRO

El libro presenta, en mi opinión, diversos problemas de los que quiero resaltar cuatro:

- ◆ Racismo
- ◆ Violencia y agresividad
- ◆ Sentido de la existencia
- ◆ Supervivencia

En el libro se trata la identidad personal (propia) de los prisioneros.

En el tema se explica que el ser que posee dicha identidad, es aquel que tiene su propio terreno cerrado desde donde da su visión de la realidad por encima de todas las influencias externas. Para los prisioneros, la mayoría, no existía su realidad, sólo lo que les habían impuesto. Les robaron su identidad, su capacidad de decisión, su libertad; convirtiéndolos en simples cuerpos que vagaban por el campo.

La segunda parte de la lección habla de los sentidos de la existencia humana, y creo que es uno de los temas principales del libro. Preguntas de ese tipo rondaban la cabeza del prisionero cada día. ¿Qué sentido tiene mi vida y el mundo? ¿Para qué este sufrimiento? ¿Por qué este dolor? Muchos que se suicidaron eran de la opinión de que nada tenía sentido ni el mundo valor alguno. Según el tema 7 eso es el existencialismo. Otros se apoyaban en dios y la religión, y si sufrían sería por algún motivo. Dios está por encima de nosotros y nos pone duras pruebas que debemos afrontar y superar, así pensaron muchos allí.

El *racismo* y la *violencia* creo que aún son grandes problemas que afectan a nuestra sociedad actual. Ya sea a

nivel mundial o particular las diferencias son notables, prevaleciendo el fuerte frente al débil. Aprovechándose aquel de éste.

El *sentido de la existencia* también creo que es importante para las personas, aunque no todas se lo planteen es lo que mueve nuestras vidas. Todos tenemos un pequeño campo de concentración, es decir, alguna situación en la que no hemos encontrado nada en lo que apoyarnos ni que dar sentido, y como hay prisioneros que no pudieron superarlo también nosotros a veces nos quedamos en el camino.

No sabría decir cuál es la verdadera intencionalidad del autor. Nos explica muchas cosas, nos da a conocer su terapia y diversos comportamientos del ser humano. Es un relato autobiográfico que contiene algo de historia y nos acerca más a todas aquellas personas que vivieron en los campos. Acostumbrados más que fechas y datos estadísticos fríos, con este libro podemos sentir o más bien imaginar lo que realmente sentían todas aquellas personas, que hasta ahora no habían sido más que datos para mí.

La obra me ha parecido excepcionalmente buena. He aprendido comportamientos del ser humano desconocidos para mí. La logoterapia me ha parecido muy interesante y seguiré leyendo sobre ella. Ya que me parece realmente la solución a muchos de nuestros problemas.

Es tal vez algo fuerte en ocasiones, y muy impactante pero lo creo necesario para realmente intentar entender los sentimientos del autor, aunque nunca podremos llegar a conocer lo que sintió. Recomendaría sin duda esta obra, corta, sencilla de leer y muy educativa.