

El hombre en busca de sentido

(viktor kraft)

Primera Parte:

Un psicólogo en un campo de concentración

Introducción:

Se trata de experiencias personales, que millones de seres humanos han sufrido una y otra vez. Es la historia de un campo de concentración contada por un superviviente, en el que una vez dentro se realizaba una selección:

- Los enfermos, agotados e incapaces de trabajar, los llevaban directamente a la cámara de gas.
- Los capaces de trabajar los dejaban para realizar trabajos muy duros.

Por lo general, se mantenían con vida a aquellos que habían perdido sus escrúpulos.

Primera fase: Internamiento en el campo

El síntoma que caracteriza la primera fase es el 'shock'. Todos los prisioneros del campo fueron transportados al primer campo en tren. Al principio, el buen humor y la esperanza se notaba en los pasajeros. Lo primero que hicieron al llegar al campo fue dividir a los hombres y mujeres, y a los que iban a matar y a dejar con vida, a continuación, se lavaron y le quitaron lo poco que poseían. Tenían que dormir amontonados en literas, no se lavaban muy a menudo, ni se cambiaban de ropa en seis meses, además debían mantenerse erguidos y con buena cara para no ser llevado a la cámara de gas.

Segunda Fase: La vida en el campo

Los prisioneros sentían la añoranza de su lejana familia y de su hogar. Los castigos eran continuos, pero los prisioneros ya no se asustaban de nada, ni sentían piedad u horror.

El adormecimiento de las emociones y el sentimiento de que a uno no le importaría nunca nada eran los síntomas de esta fase. Los golpes físicos no significaban nada, solo el impacto mental causado por la injusticia, por lo irracional de todo aquello.

Los prisioneros repetían al terminar el día: – *¡Ya pasé el día!* – y por la noche venían los sueños que por muy malos que fuesen, serían mejores que la realidad de aquel campo.

El alimento era lo más codiciado en el campo, ya que todos tenían claros síntomas de desnutrición. La mayoría de los pensamientos de los prisioneros se concentraban en salvar el pellejo por lo que carecían de sentimentalismos. Los temas de conversación entre prisioneros se basaban en política y creencias religiosas.

Ya cuando todo se había perdido, cada prisionero pensaba en su familia y descubría que el amor es la meta más alta a la que puede aspirar un hombre.

Todos los prisioneros intentaban desarrollar el sentido del humor mientras dominaban el arte de vivir. En el campo de concentración todos se conformaban con poco, ya que tenían que estar satisfechos de estar aún con vida. La soledad no se dejaba notar, ya que siempre se encontraban guardias en todos lados. Después de todos

estos sentimientos, venían los planes de fuga.

Otra característica del estado psíquico de los prisioneros era la irritabilidad, ya que el hambre y la falta de sueño contribuían a su aparición. Las experiencias de la vida en el campo, demuestran que el hombre tiene capacidad de elección. La máxima preocupación de los prisioneros se resumía en una pregunta: – *¿Sobreviviremos en este campo de concentración?* – .

El destino debe ser aceptado por todos los hombres y estos pueden conservar su valor, su dignidad, su generosidad, su bondad etc. ya que en un campo de concentración, no todo puede perderse. Todos los que han asistido y estado en un campo concuerdan en señalar que la influencia más deprimente era cuanto tiempo iba a durar el encarcelamiento. En un campo de concentración, el prisionero que pierda la Fe en el futuro, está condenado. Pero el sentido de la vida en un campo de concentración era luchar contra la muerte o este sentimiento. La suerte de los prisioneros, consistía en gozar condiciones favorable o menos favorables.

Y por último la psicología de los guardias del campamento:

- En 1º lugar: existían guardias sádicos.
- En 2º lugar: guardias muy severos.
- En 3º lugar: los sentimientos de los guardias que habían sido testigos de las brutales palizas del campo.

Tercera fase: Después de la liberación

Desde un punto de vista psicológico, lo que sucedía a los prisioneros liberados podría denominarse: 'despersonalización'. La amargura tenía su origen en todas aquellas cosas contra las que se revelaba cuando volvía a su ciudad. La alegría de ser liberados no la sentían ya que esos sentimientos los tenían que volver a aprender. Pero para todos los prisioneros de un campo llega el día en que pueden volver la vista a atrás y preguntarse cómo fueron capaces de soportarlo.

Segunda parte:

Conceptos básicos de la logoterapia

- Logoterapia: del 'logos' = 'sentido', 'significado', 'propósito'. La función consiste en ampliar y ensanchar el campo visual del paciente.
- Voluntad de sentido: La búsqueda del hombre del sentido de la vida constituye una fuerza primaria. Es la libertad del hombre para elegir entre aceptar y rechazar una oferta.
- Frustración existencial: Éste término logoterapéutico denota algo que pertenece a la personalidad humana y consiste en una terapia que se atreva a penetrar en la dimensión espiritual de la existencia humana.
- Noodinámica: Es la salud mental y el equilibrio interno.
- El vacío existencial: puede deberse a la doble pérdida en un verdadero ser humano al cual no dicen lo que tiene que hacer, por lo que el hombre posee conformismo y totalitarismo.
- El sentido de la vida: Éste difiere de un hombre a otro, de una hora a otra, de un día a otro etc. lo que importa es el significado de la vida de cada individuo en un momento dado.
- El suprasentido: Es el sentido que excede y sobrepasa la capacidad intelectual del hombre, en logoterapia se llama suprasentido.
- La logoterapia como técnica: Ésta técnica coge como punto de partida la ansiedad anticipatoria. El miedo hace que suceda lo que uno teme. Puede observarse esta intención en los casos de neurosis sexual, ya que el placer es un efecto secundario.
- La neurosis colectiva: Cada edad tiene su propia neurosis colectiva, y cada edad precisa su propia psicoterapia para vencerla.

- Crítica al pandeterminismo: Se culpa con frecuencia al psicoanálisis de lo que se llama pansexualismo. Analógicamente, todo ser humano tiene la libertad de cambiar en cada instante.

Vocabulario

- Chamizas: hierba gramínea que crece en lugares húmedos.
- Argüir: Exponer argumentos o razones para demostrar o justificar algo o para atacarlo.
- Jaculatoria: Oración breve y fervorosa.
- Homeostasis: Conjunto de mecanismos que aseguran el control automático de las constantes biológicas de los seres vivos, manteniéndola fija dentro de límites muy estrechos, a pesar de las variaciones del ambiente externo.

Opinión personal

Una de las cosas que más me ha gustado de este libro es que, a mi entender, da igual en que época de la historia esté escrito porque en otras épocas y otros tiempos, aunque no fuese en modo de campo de concentración las penurias y salvajadas por las que los prisioneros han pasado a lo largo de la historia de la humanidad, merece una reflexión sobre el daño que nos estamos haciendo a nosotros mismos fabricando objetos para autodestruirnos como en este caso, la cámara de gas, y en otros como la guillotina, el garrote Bill, las bombas etc. todo esto sirve para demostrar que el hombre vive para morir por él mismo o a manos de sus semejantes, lo que hace crear una sociedad cada vez menos piadosa y solidaria.

Biografía del autor: Viktor Kraft

Esta considerado como el más famoso psicoterapeuta de este siglo y el último de la gran generación de 'La escuela de Viena'. Kraft nació en 1905 en Viena (Austria), 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 Sigmund Freud y fue alumno de Adler, lo cual no le impidió crear la logoterapia, denominada la tercera escuela vienesa de psicoterapia. Fue precisamente en los campos de concentración donde perfiló su teoría basada en la búsqueda de un sentido para la vida del hombre, superando así la interpretación de las disfunciones emocionales y psíquicas del individuo como una consecuencia de desajustes instintivos o subconscientes. Kraft fue profesor de neurología y psiquiatría en la universidad de Viena y ejerció la cátedra de logoterapia en la Universidad de San Diego, en California. Ofreció conferencias en un total de 218 universidades y 20 de ellas otorgaron el título de doctor 'Honoris Causa'. Sus libros han sido traducidos a 21 idiomas, incluido el chino, el coreano y el japonés.