# Resumen de El hombre en busca de sentido (Viktor Frankl)

Toda corriente de pensamiento se mueve por el impulso irrefrenable de la duda, lo incierto, o lo desconocido. Formular una pregunta se emparenta con la búsqueda infinita de la felicidad pues al encontrar respuesta se experimenta un descanso emocional que sólo se verá de nuevo aturdido con la llegada de un nuevo planteamiento. La filosofía busca dar respuestas a las preguntas esenciales de la vida y al igual que la ciencia o las artes no representan sino una minúscula parte de nosotros mismos. Siglos han pasado desde que en Grecia se formuló la primera duda existencial; han nacido y muerto religiones, y las fronteras se han adecuado a los tiempos de guerra. Ahora, vivimos en mundo dominado por la economía cuyo apetito bélico pone en riesgo la inalcanzable y utópica paz. ¿Qué se ha aprendido desde aquella primera pregunta? ¿Qué ha cambiado a partir de la primera respuesta? El hombre en busca de sentido fue germinado durante uno de los periodos más insólitos y aberrantes de la historia mundial. Su autor, el doctor Viktor Frankl concibió gran parte de su obra durante su estancia en el campo de concentración de Auschwitz. Ahí, entre esqueletos vivientes, trabajos forzados, condiciones de vida infrahumanas, racismo, hornos crematorios a la vista, hambre, frío, desamparo, e incertidumbre, se gestó la teoría conocida como la tercera escuela vienesa de psicología: la logoterapia.

## Parte primera: Un psicólogo en un campo de concentración

Resulta paradójico que un sobreviviente que perdió a toda su familia en un campo de concentración, haya desarrollado una tesis sobre la vida y la manera digna de vivirla. Las inquietudes intelectuales hervían por los sucesos recientes. El existencialismo afirmaba que vivir es sufrir, sobrevivir es hallarle sentido al sufrimiento. Dicho de otra forma, salvo sufrir y morir, no existía otro sentido en la vida. El Dr. Frankl cita a Nietsche antes de entrar de lleno en la primera parte que consta de sus meras experiencias: Quién tiene un por qué para vivir encontrara casi siempre el cómo.

Todo era arrancado de tajo al llegar a un campo de concentración. Se arrebataban las ideas y se fulminaban los sueños. Todo era susceptible de ser pervertido salvo la última de las libertades humanas: La capacidad de elegir la actitud personal ante un conjunto de circunstancias. Algunos por ejemplo, eligieron ser dignos de su sufrimiento, otros eligieron no volver jamás a elegir.
El médico se planteó una cuestión ante su nueva y aterradora realidad. ¿Cómo despertar en el paciente el sentimiento de responsabilidad que implica el vivir? Desde luego que el termino responsabilidad se debe de aplicar por muy adversas que se presenten las circunstancias y en un campo de concentración el límite es permanentemente puesto a prueba.

Al llegar al campo, una primera selección iba directa a la cámara de gas, el resto quedaba obligada a trabajos forzados; desde la construcción de alguna vía, hasta aquellos que se dedicaban a juntar los cadáveres y enterrarlos. Fue así como el doctor Viktor Frankl dejó toda referencia de su persona para convertirse en el reo número 119.104.
No todos los prisioneros eran iguales; hasta arriba se encontraban los capos cuya antigüedad les aseguraban trabajos administrativos y ciertos privilegios. La lucha entre prisioneros para alcanzar un rango de capo los volvía tanto o más crueles que los custodios. La gente, comprobó el reo 119.104, poco a poco comenzaba a perder los rasgos más esencialmente humanos. Habría que añadir que el autor no se desempeñó ni como médico ni como psiquiatra salvo en sus últimas semanas de cautiverio, de hecho tendiço traviesas para el ferrocarril y cavó túneles. Las anécdotas abundan, se nos narra sobre la sopa y el pedazo de pan duro que comían cada 24 horas o del prisionero que decidía fumarse sus dos cigarrillos lo cual era interpretado como alguien que ha abandonado toda luz de esperanza. Fumar un cigarro en vez de cambiarlo por un mendrugo de comida, decía mucho sobre los ánimos experimentados por el reo. La falta de voluntad de vivir se respiraba en el ambiente. ¿Cuál sería el perfil psicológico de un prisionero de un campo de exterminio? El prisionero 119.104 decidió responder a la pregunta.

### Primera fase: Internamiento en el campo

Los internos, experimentaron tres faces mentales que el doctor Frankl dictaminó: La primera que refiere al reciente internamiento en el campo, la siguiente sería al enfrentarse a la verdadera vida en el campo, –después de todo, sólo existían sospechas de que tales sitios existieran- y la tercera sería la que le precede a la liberación. El primer síntoma del internamiento es el shock; desde el traslado en vagones repletos de personas que suponían ir con rumbo a una fabrica de municiones, hasta la llegada al campo todo lucía un macabro mal aspecto: el silbato tenía un sonido misterioso, como un grito de socorro.

Se ignoraba dónde se encontraban y corría el rumor de que habían llegado a Auschwitz. La alambrada cercaba la zona, torres de observación y columnas de harapientos humanos los recibieron. Sin embargo, al bajar del tren eran recibidos por otro grupo de reos de sonriente aspecto cuyo efecto tranquilizador no pasó desapercibido por el doctor Frankl. En efecto, aquel grupo era cuidadosamente seleccionado para inspirar confianza en los recién llegados. Luego, se separaba a las personas por género, un oficial SS. Dicho oficial mandaba a la izquierda a los enfermos e incapaces de trabajar y a la derecha a trabajos forzados. El noventa por ciento del grupo donde venía Viktor Frankl 1500, murió en un puñado de horas. Fueron conducidos a un lugar con el letrero “baño” en todos los idiomas, luego tuvieron un auténtico baño y desinfectante. Pero antes de la segunda parte, eran desnudados por completo, rasurados por igual y llevados al interior de la cámara de gas donde invariablemente morirían asfixiados.

El otro grupo era también privado de cualquier prenda, Viktor Frankl perdió un valioso trabajo personal y contempló nuestra única posesión: la existencia desnuda. Frankl dedujo que todos los libros que había leído le habían mentido por el lamentable estado con que se encontró a semejantes que contrariaban los límites humanos. Después enumera una serie de cosas que llegaron a soportar.

Las reacciones continuaron en evolución: lanzarse de lleno a la alambrada electrificada llegaba a ser seriamente considerado. Por otro lado, tampoco tenía mucho objeto suicidarse; las expectativas de vida eran escasas.

### Segunda fase: La vida en el campo

Una especie de muerte emocional se apoderó del campo con rapidez, una apatía se extendía con la velocidad de una plaga. Añoranza y repugnancia se experimentaba día con día. La segunda fase que experimentaba un interno era una gradual muerte de los sentidos. El profundo desprecio que un ser humano podía tener hacía otro ser humano había sin duda llegado a su fase más extrema. La muerte hacía sus rondas de manera permanente, cuenta el prisionero 119.104 que era incluso posible pronosticar quien moriría primero por los síntomas que se comenzaban acumular a su alrededor, todos estaban al pendiente del hecho pues las pocas prendas que llevaba servían más a un vivo que a un muerto.

Los castigos, la escasa comida, los insultos, los trabajos forzados bajo condiciones inclementes, los cientos de cadáveres que a todas horas se sacaban de los hornos, terminaban por truncar los rasgos emocionales de todos. La indispensable insensibilidad requerida para sobrevivir a un campo se germinaba de los horrores del mismo. Un necesario caparazón protegía a los presos de su realidad inmediata. Viktor Frankl recuerda que un custodio

buscó llamarle la atención lanzándole una piedra; era obvio que para él ya no era un ser humano sino poco menos que un animal domestico.

En el campo, todos hablaban y soñaban con comida, con agua caliente, con todo lo carecido y un poco más. 300 gramos de pan y un litro de agua eran la ración por jornada, cada cual sabía si lo consumía de golpe o lo extendía por el resto del día, como el caso del reo 119.104, quien por cierto, siempre guardaba un pequeño mendrugo para lo que consideraba la peor parte del día, el momento que se despertaba a la cruda realidad que enfrentaba.

Viktor Frankl fue trasladado de Auschwitz a Dachau, cruza Viena y por ironías del destino pasa exactamente por su hogar: se sintió como un muerto que regresa a los lugares por donde había pasado.

Había dos temas principales de conversación: la política y la religión; la cultura era prácticamente inexistente. Desde luego que las noticias de guerra llegaban a filtrarse a los campos más solían ser contradictorias o incompletas.

El prisionero 119.104 a menudo pensaba en su esposa, ignoraba si aún se encontraba con vida o no. Su recuerdo lo llevó a la siguiente reflexión: el amor es la meta última y más alta a la que puede aspirar el hombre. No importa el fétido olor a su alrededor, tampoco que el estómago se encuentre vacío y la piel a la intemperie. Los guardias agreden e insultan y tampoco importa, ni siquiera importa la terrible estrechez con la cual se pasará la noche y que el día de mañana será igual hasta el final. Ante el desolador panorama, el prisionero 119.104 descubre que sólo en el amor y a través del mismo se encuentra la salvación del hombre.

Hasta la persona más desposeída del mundo puede conocer, momentáneamente, la felicidad sí contempla a un ser amado.

Viktor Frankl, soportó lo indecible invocando y evocando a su esposa, no importaba saber si estaba viva o muerta pues no cambiaba en nada su sentir por ella. Su amor había trascendido más allá del nivel físico. La contemplación de la belleza tenía sin duda cualidades estrechamente relacionadas con la felicidad.

Las anécdotas continúan: un prisionero italiano gozaba de doble ración de sopa pues cantaba arias para levantarnos el ánimo. Los chistes de humor negro que se llegaban a oír, y la inmensa alegría que representó llegar a Dachau pues era un campo exclusivamente de trabajo es decir, no había hornos crematorios ni cámaras de gas. La suerte del doctor Frankl dio un nuevo giro cuando aceptó el consejo de un colega y se enlistó de voluntario a un campo de enfermos de tifus.

En el campo de infecciosos ejerció su profesión aún con extremas carencias y pudo tener algunos lujos; como unos cuantos minutos, a la semana, de soledad.

Como médico, Viktor Frankl se enfrento a los casos más extremos que hubiera podido imaginar y a menudo, tuvo serias mortificaciones por el raquítico medicamento que disponía.

Persistentes rumores de que las líneas de batalla estaban cercas, agitaban los ánimos del campo. La evacuación de los prisioneros parecieran confirmar tal noticia. Un segundo plan de escape es fraguado durante la confusión pero esta vez, fueron detenidos por delegados de la Cruz Roja.

El día de la liberación, había finalmente llegado.

Luego de elaborar el perfil de un prisionero en un campo de concentración, se podría afirmar que el ser humano esta influido directamente por su entorno y que su conducta por lo tanto, se adecua a un conjunto de pautas. Sin embargo, el Dr. Frankl incorpora un nuevo elemento que considera importante: la libertad espiritual. El hombre, considera el prisionero 119.104, no se reduce a la suma de factores biológicos, psicológicos o sociológicos que condicionan la conducta del ser; aún en los más insuperables extremos, el hombre siempre ha tenido capacidad de elección (desde luego que el suicidio en un campo de concentración es de lo más común y es el primer ejemplo en citarse). En el campo, algunos decidían dedicar sus fuerzas a consolar a los más débiles, otros no, lo importante es conservar la elección de una actitud propia ante determinadas circunstancias. Uno decidía finalmente si se sometía o no. La pregunta era si uno iba a permitir dejarse moldear y terminar como el preso común o no renunciaría a la libertad interna, que es el ingrediente que otorga sentido y propósito a la vida.

En el campo de concentración existía una preocupación básica: ¿Sobreviviremos? De lo contrario, todo este sufrimiento carece entonces de sentido. El prisionero 119.104 pensaba de otra forma: ¿Tiene un sentido todo este sufrimiento? Y sí éste carece de sentido, entonces tampoco tiene sentido sobrevivir pues la vida dependería de la casualidad y una vida que depende de la casualidad y no de las decisiones no vale la pena ser vivida.

Desde luego que lo anterior no sólo se aplica en una situación límite sino en absolutamente todos los ámbitos pues a diario, el hombre se enfrenta a su destino. Para el Dr. Frankl, su estancia en un campo de concentración representó un desafío que enriqueció su vida interna, la otra opción era dejarse llevar y vegetar como hicieron la mayoría de los prisioneros.

Nuestra actitud ante la vida necesita un cambio radical, no importa en realidad que no esperemos nada de la vida, lo relevante es pensar qué espera la vida de nosotros. Vivir, anota Viktor Frankl, significa asumir la responsabilidad de encontrar la respuesta correcta a los problemas que ello plantea y cumplir las tareas que la vida asigna continuamente a cada individuo. Cada individuo tiene su papel en la tierra y es tan distinto como personas en el mundo, por ende, no existe un propósito único y universal, no existe una respuesta sino es la propia que cada cual se responde.

El hombre que es consiente de su responsabilidad ante el ser humano, no podrá nunca tirar su vida por la borda. Conoce el por qué de su existencia y podrá soportar casi cualquier cómo.

### Tercera fase: Después de la liberación

Paradójicamente, nadie se encontraba loco de alegría el día de la liberación. La frase ¡Son libres! No podía ser creída por nadie, aquella palabra se había repetido tanto, se había anhelado con tanto esmero que había perdido todo significado.

Algo se había perdido en el campo y era la capacidad de alegrarse, no había otro camino que aprenderla de nuevo. Todo parecía irreal e improbable como un sueño. Nadie se podía tomar en serio que eran libres al fin: Cuantos sueños no nos habían engañado. Se tenía que pensar en el porvenir, para hacer reaccionar al espíritu que se había sumido en un letargo profundo. La vida sin duda, estaba esperando algo de ellos –muchos se encontraron con la sorpresa de que eran los únicos sobrevivientes de su toda su familia-. El sobreviviente comprendía que sólo se tenía que temer a Dios.

## Parte segunda: Conceptos básicos de la logoterapia

Veinte volúmenes comprenden la obra de Viktor Frankl donde expone y desarrolla su teoría de la logoterapia. Así mismo, no se considera psicoanalista sino psicoterapeuta. Existe una clara diferencia entre las dos escuelas de psicología: en el psicoanálisis en el paciente se recuesta en un diván y habla de cosas desagradables mientras que en la logoterapia, el paciente se sienta derecho y frente al médico quien habla de cosas desagradables. La logoterapia resulta un método menos introspectivo y desecha la retrospección invitando más bien a reflexionar sobre el futuro. La logoterapia enfrenta al paciente con su propia vida y sentido de la misma. Logos es una palabra de origen griego que significa sentido, propósito, la logoterapia se centra en el significado de la existencia humana.

La logoterapia es reconocida como la tercera escuela vienesa de psicología, y como sus antecesores Freud y Adler, Viktor Frankl sostiene que existe una fuerza motivante que en este caso busca encontrar un sentido a la vida. Frankl lo denomina voluntad de sentido. Esa fuerza motora sería la voluntad de placer en el psicoanálisis de Sigmund Freud y voluntad de poder, según la psicología de Adler.

Esta voluntad de sentido, esta búsqueda de sentido resulta una fuerza primaria, no una mera racionalización de los impulsos, nace de uno y por eso se debe de buscar respuesta en el origen. Es una cuestión más de hechos que de fe, no nace de la existencia sino que la enfrenta y busca resolverla.

El sentido, continua Frankl, no es algo que se inventa, es algo que se descubre.

Por otra parte, la voluntad de sentido también puede estropearse y genera frustración existencial que lleva directo a la neurosis sólo que en la logoterapia se denomina neurosis noógena.

Dicha neurosis no nace de los conflictos que surgen entre los impulsos y los sentidos; la neurosis noógena es el resultado de los problemas espirituales que devienen del deseo de tener una existencia significativa y no encontrar dicho significado o la manera de lograrlo. Dicha frustración existencial no es por lo tanto, ni patológica ni patógena, es más una angustia espiritual que una enfermedad mental por lo que requiere de una terapia que se ocupe de la existencia humana como sería el caso de la logoterapia.

La logoterapia busca que el paciente encuentre lo que más anhela desde lo más profundo de su ser.

Estudios posteriores al holocausto, revelan que aquellos reclusos que sabían que les esperaba una tarea por realizar resultaron ser los sobrevivientes, el mismo Viktor Frankl perdió un documento en el cual se encontraba trabajando y desde adentro lo comenzó a reescribir. Aquellos que tienen una finalidad en la vida tendrán su finalidad por encima de todas las cosas y casi siempre encontrarán el cómo. Por otro lado, Frankl difiere de algunas teorías que consideran que el estado oportuno del hombre es un estado sin ningún tipo de tensión. La tensión, considera, debe ser un equilibrio entre lo que se tiene y lo que se podría tener, entre lo que se es y lo que se podría ser. El hombre y el terapeuta no deben de temer al peso que significa la duda existencial.

Dicha tensión, se debe interpretar como una llamada de un sentido potencial que está esperando que se cumpla. Sin embargo, identificar un propósito no garantiza su resolución. Actualmente, un sentimiento en particular, aqueja a muchas personas: el sentimiento de que su vida carece de sentido. Este vacío existencial, es un fenómeno social que se desarrolló durante el siglo XX. La razón se esconde en la naturaleza misma del hombre: cuando se convirtió en un ser humano, tuvo dos perdidas; perdió instintos animales básicos –con los cuales se fortalecía su seguridad- y aquí el autor se permite una cita bíblica como el paraíso está vedado para el hombre tiene que elegir.

Sin embargo no resulta fácil puesto que carece de un instinto que lo guíe, no cuenta con tradiciones que indiquen lo que se debe hacer, y además, no sabe, regularmente, lo que le gustaría hacer. Se podría hacer lo que todos hacen; conformismo o lo que otros quieren; totalitarismo.

El tedio y el hastío, son los síntomas del vacío existencial, sin duda alguna, el progreso de la sociedad tiene también su cuota que pagar. El avance de la automatización de la sociedad ha regalado más tiempo libre. Paradójicamente, casi nadie sabe que hacer con su tiempo libre.

La voluntad de sentido es entonces reprimida por la voluntad de poder que se traduce en voluntad de tener dinero, o bien puede también ser eclipsada por la voluntad del placer, en este caso, se busca una compensación sexual a la frustración existencial.

Por otra parte, ningún médico podrá responderle a alguien sobre el sentido de su vida. Esta debe ser una experiencia personal capaz de diferir de un día a otro o de una hora a otra. Finalmente, reflexiona el prisionero 119.104: lo que importa no es el sentido de la vida en términos generales, sino el significado concreto de la vida de cada individuo en un momento dado. Al hombre le llega el momento en que sólo responsablemente podrá contestarle a la vida. La logoterapia considera que la esencia de la existencia se encuentra en la capacidad de ser responsables.

La logoterapia aplica la siguiente formula: se toma al presente como pasado pero con la capacidad de modificar éste pasado. El hombre se topa con la finitud de la vida ante este precepto e inevitablemente, con su propia finalidad en la vida. La logoterapia busca de esta forma que el paciente se de cuenta entonces de sus propias responsabilidades.

Explicado de otra manera, el Dr. Frankl nos presenta la siguiente metáfora: un psicoterapeuta de la logoterapia, debe de tener más de un oftalmólogo que de un pintor. El pintor representa al mundo tal como él lo ve; el oftalmólogo trata de presentarnos al mundo tal y como es. La logoterapia no impone tampoco ningún juicio pues la verdad -la realidad- siempre se impone por sí misma.

El hombre es una criatura responsable que debe aprender el sentido potencial de su vida.

Así mismo, el sentido de la vida cambia permanentemente, más nunca se detiene, siempre está en constante ebullición dentro de la psique humana.

¿Cómo se puede descubrir el sentido de la vida? El autor considera que de tres modos: realizando una acción, teniendo algún principio o por medio del sufrimiento. El primero resulta obvio de explicar. El objetivo le da sentido a la acción. Por otra parte, tener un principio equivale a sentir algo por alguien; el sentido del amor descubre potencias no reveladas en la persona amada. El sentirse amado por alguien, resulta un poderoso estímulo para realizar actor antes temidos o no tomados en cuenta. El sexo por su parte, es el medio por el cual se expresa el amor. Con respecto al sentido del sufrimiento será la actitud personal lo que ofrecerá sentido al mismo. Para entender mejor lo anterior, citó el mismo ejemplo del libro. “Un colega sufre una fuerte depresión por su esposa fallecida dos años atrás. Viktor Frankl le pregunta que hubiera sucedió de haber muerto él primero. La respuesta fue que la señora hubiera sufrido demasiado. Entonces se remata señalando que encontró un sentido a su sufrimiento al haberle ahorrado todo ese sufrimiento a su esposa más tiene que pagar por ello”. El sufrimiento, deja de ser sufrimiento al encontrarse con su sentido.

Finalmente, el doctor Frankl hace un breve resumen de los cimientos de la logoterapia con numerosos ejemplos que la ilustran, cabe terminar señalando que resulta un libro imprescindible para entender al siglo XX.

El hombre se determina a sí mismo, no se limita a existir.

**Rereferncia:**

<https://resumende.net/resumen-de-el-hombre-en-busca-sentido-viktor-frankl/>

**Instrucción:**

Despues de haber leido el resumen del libro de Viktor Frankl “El Hombre en busca de Sentido ”

1. Resume el mensaje más importante que encuentras en el documento con respecto con la búsqueda del sentido de vida y redáctalo en un archivo de Word.
2. Cita y analiza casos reales presentados en el documento que puedan aportar al resumen del tema.
3. Al final, incluye una reflexión personal sobre el sentido de vida.
4. Al terminar, guarda tu documento y envíalo a la Plataforma para su revisión.

Envíalo a través de la Plataforma Virtual.

Recuerda que el archivo debe ser nombrado:

**Apellido Paterno\_Primer Nombre\_A\_Analisis\_de\_Libro**

La actividad será evaluada de la siguiente manera:

|  |
| --- |
| Sigue las instrucciones de manera completa y se muestran de forma ordenada.  |
| Se desarrollan las actividades solicitadas de forma clara y lógica, sin errores de ortografía. |
| Los archivos están nombrados de manera correcta de acuerdo a las instrucciones de cada actividad. |
| **Total 10 Puntos** |