

¿Por qué leer *El hombre en busca de sentido*?
Como una brisa sobre el rostro, refrescante y un tanto incómoda

por María Esteve (Psicóloga)

“Es propio del hombre subsistir al cobijo de la esperanza del futuro” (p. 97)

Este libro es el testimonio de un superviviente de un campo de concentración nazi. Con esta primera frase podría espantarnos la idea de leerlo por parecernos demasiado “deprimente” pero lo sorprendente está en que precisamente la sensación que deja tras la lectura es de una brisa sobre el rostro, refrescante al mismo tiempo que un poco incómoda. (Incómoda porque su lectura no deja indiferente, insta a un cambio de perspectiva).

Para entender la hondura de las afirmaciones del autor es necesario situarse en el contexto. Las condiciones de vida en el campo eran infrahumanas, los presos eran tratados como animales, eran esquilados, hacinados, maltratados y humillados. No se pueden imaginar condiciones más adversas para destruir a un ser humano. Aquí está la paradoja: **es posible elegir** no caer en el pozo de la destrucción.

El hombre en busca de sentido es el testimonio de un hombre que reivindica su **dignidad** de persona. Al escribir este libro Víktor Frankl se convierte en un profeta de **esperanza**. “*El prisionero que perdía la fe en el futuro –en su futuro- está condenado*” (p. 99)

Las **circunstancias no determinan** la destrucción o construcción del ser humano como persona.

En medio de la enfermedad, de la impotencia,...es posible coger las riendas de uno mismo y decidir encontrar el sentido de la propia existencia.

Sólo uno mismo puede **decidir vivir o dejar que la vida le viva**. Así lo expresa Víktor Frankl:

*“Al hombre se le puede arrebatar todo salvo una cosa: la última de las libertades humanas –la elección de la actitud personal que debe adoptar frente al destino- para decidir su propio camino. (...)A diario, a cualquier hora, se ofrecía la oportunidad de tomar una decisión; una decisión que determinaba si uno se sometería o no a las fuerzas que amenazaban con robarle el último resquicio de su personalidad: **la libertad interior**” (p. 90).*

Una elección que puede llevar a la autodestrucción o a la auto realización:

“Buena parte de los prisioneros del campo de concentración creyeron que en esas circunstancias el destino les liberaba de la tarea de la autorrealización, cuando en realidad allí se les ofrecía una oportunidad y un desafío. Cada uno podía convertir esa tremenda experiencia en una victoria, transformar su vida en un triunfo interior; o bien, desdeñando el reto, limitarse a vegetar, tal y como hicieron la mayoría de prisioneros” (p.97). Sólo desde este planteamiento es posible disfrutar de la belleza de una puesta de sol.

Nos podemos preguntar cómo es posible que el prisionero 119.104 (así era conocido Víktor Frankl en el campo de concentración) viviera desde estos

¹ Víktor FRANKL: *El hombre en busca de sentido*. Barcelona, 2004. Ed. Herder.

planteamientos en medio de circunstancias tan atroces. Viktor Frankl **elige vivir desde el sentido en medio del sin-sentido.**

Pero ¿cómo vivir desde el sentido?: según Frankl cogiendo las riendas de la propia existencia desde la valoración de uno mismo.

“Lo que de verdad necesitamos es un cambio radical en nuestra actitud frente a la vida” (p. 101).

“Dejemos de interrogarnos sobre el sentido de la vida y, en cambio, pensemos en lo que la existencia nos reclama continua e incesantemente “ (p. 101).

“En última instancia, vivir significa asumir la responsabilidad de encontrar la respuesta correcta a las cuestiones que la existencia nos plantea” (p. 101).

Algunas de las ideas claves que se desprenden de la lectura del texto son estas:

Es posible la vida plena aún cuando se tienen losas encima.

La felicidad, el encontrar un sentido para la vida no es sinónimo de que las cosas me vayan bien. Porque aún teniendo un buen trabajo, salud de hierro, gente cerca..., una persona puede sentirse vacía, sin sentido. No se trata de eso. No se trata de controlar las circunstancias sino de elegir vivir desde el sentido. ¿Cuál sentido? Esa es una respuesta personal. El autor lo encuentra en el amor:

“Intuí cómo el hombre, despojado de todo, puede saborear la felicidad - aunque sólo sea un suspiro de felicidad- si contempla el rostro de su ser querido” (p. 65).

Este libro infunde ánimos a todo tipo de persona y en cualquier situación. Invita a luchar por la propia dignidad, estimula a no sucumbir al poder de las circunstancias. *El hombre en busca de sentido* es como el aire que entra por una ventana en una habitación cargada. ¡Feliz brisa!
