

Reseña de Libros

La lección tras el libro “El hombre en busca de sentido”

“¿Por qué no se suicida usted?” Con esa pregunta apabullante, Viktor Frankl, psiquiatra y escritor judío, interpela a los pacientes que llegan a su consultorio aquejados por duelos a los que no logran sobreponerse, graves carencias afectivas o vidas plagadas de ininterrumpido sufrimiento emocional.

Y esta interrogante, a su vez hace que nos preguntemos: ¿Por qué nos aferramos tanto a la vida, si desde que nacemos la única promesa certera e impostergable es la muerte?, ¿por qué insistimos en sobrevivir, en vivir, si la gente que amamos muere, si la gente que nos ama sufre con nuestra partida física, si la rutina diaria está teñida de problemas por resolver; si el futuro siempre es incierto, si la duda nos carcome el alma, si la vida en sí misma es un gran dilema?, ¿por qué insistimos en vivir como si la existencia fuera eterna, como si no hubiera un fin, como si nuestro camino estuviera exento de pena?

Ahora bien, ¿cómo es posible que alguien desee vivir si han asesinado a su esposa, a sus padres y a su hermano?, ¿cómo se explica su actitud, cuando está inmerso en una realidad en que la muerte acecha anhelante, de tal forma que en cualquier momento su vida puede terminar a manos de un oficial nazi, en una cámara de gas o producto de la desnutrición y los trabajos forzados?, ¿de dónde sacó Viktor Frankl (el psiquiatra y escritor judío que se menciona al inicio de este artículo), fuerzas suficientes para sobrevivir a todo esto, para mantenerse vivo mientras permanecía en los macabros campos de concentración nazis, mientras varios de sus compañeros de martirio optaban por el suicidio?

Viktor Frankl sobrevivió, volvió a ejercer como psiquiatra al terminar la Segunda Guerra Mundial (se convirtió en el más famoso psicoterapeuta del siglo XX) y al darse cuenta de que su experiencia de vida podría ayudar a otros a asumir responsabilidad por la propia, escribió el libro “El hombre en busca de sentido”, en el que retrata su paso por los campos de concentración y cómo logró mantener su amor por la vida.

En el campo de concentración su filosofía de vida se enfrentó al hecho de que, como él menciona en su libro, lo único que le quedaba era “la existencia desnuda” porque ante el contacto diario con la muerte, hasta las emociones se aletargaban a tal punto que cuando un enfermo de tifus moría, los demás prisioneros se acercaban al cuerpo todavía caliente de su compañero y, uno por uno, se llevaban los restos de la hedionda comida que el enfermo no había terminado, los viejos zapatos de madera y el abrigo.

En estas circunstancias el autor cayó en la cuenta de que al hombre se le puede arrebatar todo, menos su capacidad para elegir la actitud que adoptará ante un conjunto de circunstancias, siempre estando consciente de que el sufrimiento, el dolor y la muerte son aspectos de la vida que no pueden erradicarse, por lo que hay que asumirlos como una manera de probar su fuerza interior.

No hay duda de que no es nada fácil adoptar esta percepción del sufrimiento, por lo que es necesario tener una visión de futuro, adoptar un proyecto personal por cumplir *a posteriori*. Con respecto a esto, el autor en su libro relata que en una ocasión, estando él al borde del llanto a causa de un tremendo dolor físico provocado por los trabajos forzados y abrumado por las múltiples dificultades que lo cercaban, se obligó a sí mismo a pensar en otras cosas. De pronto se vio de pie, en un salón espacioso y caliente, brindando una conferencia sobre la psicología en los campos de concentración. Esa imagen, esa visión de futuro (así como sus anhelos de reescribir un libro inédito cuyo manuscrito le fue confiscado al ser apresado por los nazis), fue la que lo mantuvo vivo.

Pero Frankl no fue el único que utilizó una visión de futuro para sobrevivir. Durante su estancia en los campos de concentración conoció a dos judíos que en algún momento pensaron en el suicidio como opción para terminar con su sufrimiento, pero que al final desistieron de tal propósito porque descubrieron que todavía tenían proyectos por realizar: Uno de ellos deseaba reencontrarse con su hijo que vivía en el extranjero; el otro era un científico que antes de ser capturado por los nazis había iniciado la publicación de una colección de libros que debía concluir.

Si tener una misión futura daba las fuerzas necesarias para continuar viviendo, perderla era una receta infalible para morir en un campo de concentración, tal y como sucedió con el jefe del barracón en el que estaba el autor. Ese hombre, quien había sido un compositor famoso, soñó que el 30 de marzo de 1945 todos serían liberados. Lastimosamente, el 29 de marzo las noticias que llegaban al campo acerca de la evolución de la guerra no arrojaban ninguna esperanza sobre una pronta liberación. Ante la pérdida de la fe y de su visión de futuro, el 30 de marzo el jefe del barracón cayó en un estado de delirio y posteriormente perdió la conciencia. El 31 de marzo falleció.

De estas vivencias y de las lecciones que se extraían sobre ella acerca del significado de la vida, Viktor Frankl creó la “logoterapia”, el cual es un método introspectivo que se centra en descubrir el significado de la existencia de cada uno de los pacientes, con el fin de que descubran cuál es la tarea inconclusa que deben llevar a cabo, cuál es su visión de futuro que les permitirá afrontar valerosamente el dolor y ayudarse a sí mismos a solventar traumas y dilemas existenciales.

Aunque a veces parezca difícil enfrentar el dolor, Frankl en su libro, dice que “En los campos de concentración, (...) *algunos de nuestros compañeros actuaban como cerdos mientras que otros se comportaban como santos. El hombre tiene dentro de sí ambas potencias (...) Después de todo, el hombre es ese ser que ha inventado las cámaras de gas de Auschwitz, pero también es el ser que ha entrado en esas cámaras con la cabeza erguida y el Padrenuestro o el Shema Yisrael en sus labios*”.¹ Tenemos la libertad para decidir cómo actuar y, al mismo tiempo, para hallar sentido a la vida tenemos la responsabilidad de crear nuestra propia visión de futuro, porque, como dijo Nietzsche “quien tiene un *porqué* para vivir, encontrará casi siempre el *cómo*”.

Ruth González

1. Frankl, Viktor, “El hombre en busca de sentido”, Empresa Editorial Herder, Barcelona, vigésima primera edición, año 2001, página 184.