



El hombre en busca de sentido

Autor: Frankl, Victor

Título: *El hombre en busca de sentido*

Edita: Herder. Barcelona, 2004

La pregunta por el sentido de la vida es probablemente la primera que se hizo el hombre. Ser consciente de las propias limitaciones, ser consciente de que la vida es frágil y de que tiene un final inevitable, ha hecho que el hombre tenga que dar sentido a su existencia; por otra parte, una vida con estos condicionantes sería insoportable.

Las reflexiones testimoniales de Victor Frankl, psiquiatra judío de orientación freudiana que sufrió las atrocidades de los campos de concentración nazis son para mí dignos de toda credibilidad, puesto que parten de la contemplación del hombre en su precariedad más absoluta. Cuando Frankl afirma que la dignidad de la persona está al margen de todo valor utilitario lo hace desde la propia experiencia de sentirse aniquilado.

La lectura del libro invita a adentrarse en el día a día de la vida en Auschwitz. Es un relato conmovedor como muchos de los que podemos leer sobre este tema. Frankl no se queda en la mera descripción de los hechos sino que, de inmediato, invita a hacer de los mismos una lectura reflexiva analizando las emociones y sentimientos que afloran en situaciones como aquella. La curiosidad fría por el propio destino, las estrategias para salvar lo que queda de vida, las imágenes entrañables como forma de sobrevivir a la humillación, al hambre y a la injusticia, la religión, el

sentido del humor, la contemplación de la belleza de la naturaleza... todas estas estrategias ayudaban a aliviar los momentos de sufrimiento.

Un día, desnudo y solo en una pequeña habitación, empezó a tomar conciencia de lo que denominó "libertad última". Los que le encarcelaban tenían más libertad exterior pero él tenía más libertad interior, más poder interno para decidir como le podía afectar todo aquello. Entre el estímulo y la respuesta, el ser humano tiene la libertad de escoger. Éste fue su gran descubrimiento. La autoconciencia humana va acompañada de la imaginación como gran capacidad creadora que nos permite ir más allá de la realidad presente.

Para sobrevivir conviene encontrar sentido incluso en el sufrimiento. Ésta es la gran lección que transmite Frankl citando a Nietzsche: "Quien tiene un *por qué* para vivir, casi siempre encontrará el *cómo*". Ésta es la clave, encontrar un sentido a la propia vida, y aquí es donde Frankl nos aporta una de las reflexiones más interesantes: existe un reducto de libertad interior en cada persona que nadie le podrá arrebatar. Cuando te lo han quitado todo, lo único que te queda es esta libertad interior. En el campo de concentración no todos respondían igual ante las agresiones: unos eran capaces de compartir el único mendrugo de pan que tenían, otros ayudaban a los que estaban peor que ellos mismos, otros se dejaban llevar por las circunstancias... incluso en aquellas circunstancias había posibilidad de escoger.

Ni los animales más inteligentes tienen estos recursos, no pueden cambiar su *programación* ni tan solo tienen conciencia de que exista. Los humanos nos elevamos por encima del mundo animal gracias a esta capacidad de ejercer la propia libertad y de tuar sobre la base de la autoconciencia.

Encuentro recomendable esta lectura para los profesionales de la acción social que se encuentran ante personas que quizás necesitan que alguien les ayude a recuperar el protagonismo de su propia vida.

Enric Benavent