



UNIVERSIDAD VASCO DE QUIROGA

RVOE ACUERDO No. LIC 100409

CLAVE 16PSU0024X

FACULTAD DE FILOSOFÍA

TITULO:

**EL SENTIDO DE LA VIDA
EN VIKTOR FRANKL**

TESIS

Para obtener el título de:
LICENCIADO EN FILOSOFÍA

Presenta:

ALÀN EDUARDO HERNANDEZ SANTOS

ASESOR DE TESIS:

PBRO. LIC. ROBERTO ESTRADA LEZA

MORELIA, MICH., AGOSTO 2017

UVAQ

M.R.

Dedicatoria

A mi gran amigo y confidente.

(+) Diacono Francisco David Palos Pizarro.

Ruega por nosotros.

Índice

Introducción.....	3
Capítulo 1: Vida y obras de Viktor Frankl.....	6
1.1. Origen de Viktor Frankl.....	6
1.2. Infancia.....	6
1.3. Adolescencia.....	7
1.4. Adulterez y obras.....	8
Capítulo 2: El hombre en busca de sentido.....	15
2.1. Logoterapia.....	15
2.2. Hombre tiende hacia la felicidad.....	16
2.3. Tres maneras para encontrar sentido a la vida.....	18
2.4. Génesis del vacío existencial.....	22
2.5. El sentido no se otorga, si no se encuentra.....	24
2.6. La fe en el sentido de la vida.....	26
Capítulo 3: El sufrimiento en el sentido de la vida.....	28
3.1. Sufrimiento y Sacrificio.....	28
3.2. La triada trágica.....	31
3.3. Valor y mérito del sufrimiento.....	32
3.4. Sufrimiento, máscaras y libertad.....	34
3.5. El sufrimiento y la muerte.....	35
3.6. El imperativo categórico.....	38
Conclusión.....	41
Bibliografía.....	44

Introducción

¿Cómo aceptar que la vida sea digna de ser vivida a pesar de todo lo adverso que hay en ella?

Este es el tema central del existencialismo de Viktor Frankl que afirma que vivir es aceptar con dignidad el desafío que plantea la vida, con su carga y adversidades.

Es común, en este tiempo, que el tema del sentido de la vida ocupe el pensamiento de las personas; algunos no encuentran un fundamento que les permita estar en este mundo disfrutando de una felicidad y alegría característica de los humanos, e incluso esto llega a orillar a las personas a desarrollar psicopatías que descontrolan su bienestar, como la depresión u otros trastornos afectivos o existenciales.

Es por eso que Viktor Frankl, un médico vienes, que vivió en carne propia las atrocidades de la segunda Guerra Mundial, en especial en los

campos de concentración nazis de <<*Auschwitz y Türkheim*>>, trata de dar una serie de explicaciones y lineamientos en el como es importante encontrar el sentido a la vida, a pesar de todo lo que puede acontecer, sea bueno o malo, pero en especial en los momentos límites de la vida, que es donde indudablemente se puede obtener lo buscado.

La logoterapia es la herramienta utilizada por Viktor para buscar el sentido de la vida. Es un método de tratamiento psicoterapéutico que parte del espíritu y está centrado en la búsqueda del sentido; de allí su nombre: el “logos” hace referencia al sentido. Su objetivo es conducir a la persona a la autodeterminación, en base a la propia responsabilidad y solidificar el sentido individual que lo lleve a causas a las que servir o personas a quienes amar.

En el primer capítulo se presentara la biografía de Viktor Frankl, para después pasar a su teoría del “Sentido de la vida” y terminar con el tercer capítulo titulado “el sufrimiento en el sentido de la vida”.

Frankl, empieza uno de sus libros diciendo: “el paciente típico de nuestros días... sufre un abismal complejo de falta de sentido, acompañado

de un sentimiento de vacío”.¹ Es por esto que me intereso abordar este tema, ya que en mi profesión de docente y psicólogo, me topo con personas, que son una mayoría considerable, que decide sufrir en lugar de disfrutar la vida, por tanto creo que es preciso poner especial atención en estos casos que cada día son más, para poder dar una respuesta aceptable a su problema de vacío existencial.

¹ Viktor E. Frankl, “Ante el Vacío Existencial”, Herder, Viena 1977, pag. 9.

CAPITULO I.

1. Vida y obras de Viktor Frankl.

1.1. Origen de Viktor Frankl.

Viktor Frankl es hijo de Gabriel Frankl, quien nació en marzo de 1861 en la Republica Checa, y de Elsa Lion, nacida en 1879 en el mismo país. Desde recién casados, los padres de Viktor, vivieron en el Distrito llamado <<*Lepoldstadt*>>, segundo Distrito judío en Viena. Hay nacieron sus hijos Walter August, Viktor Emili y Stella Josefina. A Viktor de pequeño lo llamaban “Viky”. Cuando nació Viktor, Viana era una de las capitales majestuosas de Europa y el asiento principal era el imperio Astro-Húngaro.

1.2. Infancia

Los tres hermanos Frankl asistieron a la escuela primaria <<*Volksschule*>>, Viktor era un niño frágil que se interesaba más por hablar sobre ideas que por jugar. En su niñez, el sentimiento de amparo no le vino

a través de reflexiones y cavilaciones filosóficas, sino más bien del entorno en que vivía.

Tendría cinco años, cuando despertó un día soleado durante las vacaciones en <<*Hainfeld*>>; mientras todavía mantenía los ojos cerrados, lo invadió un sentimiento de inmensa felicidad y bienaventuranza de estar amparado, custodiado y protegido. En cuanto abrió los ojos, su padre se encontraba inclinado hacia él, sonriendo.

Tenía Viktor 9 años cuando empezó la Primera Guerra Mundial (1914 a 1918), y comentaba que la familia había aprendido a sobrevivir y a saber lo que era ser pobre.

1.3. Adolescencia

Viktor realizó sus estudios de bachillerato en el <<*Realgymnasium*>> de 1916 a 1924, donde manifestó una percepción aguda de la realidad humana y un interés especial por las ciencias. La orientación científica de aquel tiempo fue marcadamente mecánico-organicista.

En los años de escuela, Viktor estudia filosofía natural y se dedica a la lectura de la Psicología Aplicada (Wilhelm Ostwald, Gustav Theodor Fechner). Además crece su interés por el Psicoanálisis de Sigmund Freud, e inicia una correspondencia con él siendo aún estudiante de bachillerato. En la Revista Internacional de Psicoanálisis, Freud presentó el trabajo científico de Frankl sobre "La mímica como afirmación y negación".

Pronuncia su primera conferencia sobre "El sentido de la vida" en el grupo de estudios filosóficos de la Universidad Popular de Viena.

En 1925, se distancia del Psicoanálisis y da un giro hacia la Psicología Individual de Alfred Adler. Participa en el III Congreso de Psicología Individual en <<*Dusseldorf*>>; Frankl expone una idea "no ortodoxa" (no debe entenderse a la neurosis sólo como un medio, sino también como una expresión de la persona). Primera vez que emplea en una conferencia académica el concepto de "Logoterapia".

1.4. Adulter y obras

Funda los Centros de Asesoramiento para la juventud de Viena y otras ciudades; da conferencias en Berlín y en la Universidad de Budapest.

En 1933, en la Clínica Psiquiátrica Universitaria de Viena ejerce como Psiquiatra-Psicoterapeuta hasta 1937. Comienza a emplear el concepto "Análisis Existencial" en su escrito: "Filosofía y Psicoterapia". En 1936, obtiene la Especialidad en Neurología y Psiquiatría.

En 1938, las tropas de Hitler invaden Austria. Frankl es nombrado en 1939, jefe del Departamento de Neurología del Hospital Rothschild de Viena.

En los primeros años de la guerra Viktor trató de obtener una Visa para trasladarse a los Estados Unidos, sin embargo, la respuesta no se le dio hasta el año de 1941.

Tendría un futuro muy probablemente pacífico y desahogado en América donde podría ejercer su profesión; por el otro, estaba la realidad determinada de su presente: Austria anexada a la Alemania nazi. Además de sus numerosos pacientes de la clínica, miles de sus compatriotas experimentaron el gran holocausto de la guerra y la exterminación.

Otro elemento muy importante en esa decisión fueron sus padres ya ancianos. Su hermano mayor Walter, había sido detenido con su cuñada Elsa y enviados a <<Auschwitz>>; su hermana menor Stella había aceptado

emigrar a México para posteriormente radicar en Australia, donde murió en 1996.

En el mes de noviembre expira la Visa de salida para Estados Unidos. El 17 de diciembre de 1941, Viktor contrae matrimonio con Tilly Grosser en el registro civil de <<Leopoldstad>>, Viena. Meses después los nazis obligaron a Tilly a abortar a su primer hijo.

A los 37 años de edad, en septiembre de 1942, el Dr. Viktor Frankl, es deportado al campo de concentración de Theresienstadt junto con su esposa y sus padres. Le asignan como prisionero el número 119,104.

Su padre muere en el campo de Theresienstadt el 13 de febrero de 1943, a causa de la debilidad por hambre y dos neumonías con edema pulmonar terminal, a los 82 años de edad. En octubre de 1944, Viktor se despide de su madre porque es trasladado a Auschwitz con su esposa, posteriormente, ambos pasan a dos campos filiales de Dachau: Kaufering III y Turkheim. En este mismo mes y año, su madre es trasladada a Auschwitz y muere en la cámara de gas a los 65 años de edad.

La liberación del campo de Turkheim por las tropas norteamericanas, llega el 27 de abril de 1945. Frankl, regresa a Viena. Allí sufre sus pérdidas

familiares, reflexiona cómo escapó de la muerte y comienza a buscar un nuevo sentido. Al terminar el año es nombrado jefe del Departamento de Neurología del Hospital Policlínico de Viena.

En Auschwitz, también sería separado para siempre de su esposa Tilly, quien muere en el campo de concentración de Bergen-Belsen, después de la liberación de los ingleses en agosto de 1945.

En el mes de noviembre de 1945, el Dr. Frankl reconstruye totalmente su manuscrito de lo que fuera su primer libro y que le fue arrebatado al entrar al campo de concentración; lo rehace con base en dos docenas de papelitos en los que tomó notas taquigráficas, conteniendo el esquema general de su trabajo. Este libro apareció con el nombre de: <<Aerztliche Seelsorge Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse>>. Su título en español es: "Psicoanálisis y Existencialismo".

Poco antes de la Navidad de 1945, llamó a tres secretarias y les pidió que tomaran nota de algo importante que quería expresar. Y así, durante nueve días "entre lágrimas", fue dictando el testimonio de sus experiencias en los campos de concentración. Consideró entonces que sería conveniente

transmitir "anónimamente" y en forma de libro todo lo vivido. Los destinatarios de este libro serían todas las personas que habían sufrido y los que estaban sufriendo las consecuencias de la guerra.

También tuvo como propósito el dar su propia versión desmitificada de esa realidad. Muchas personas en ese entonces, como ahora, buscan el sentido de su propia vida. Este testimonio fue gestado para todas ellas.

Así que en 1946, publica su libro: <<Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager>> (Un psicólogo en el Campo de Concentración). En ediciones posteriores a este libro se le conoce como: "El hombre en busca de sentido".

En julio 18 de 1947, se casó por segunda vez con Elly (Eleonore Schwindt). Tienen una hija, Gabriella.

En 1947, publica su libro: "La Psicoterapia en la práctica médica". En 1949, recibe el Doctorado en Filosofía presentando su tesis: "La presencia ignorada de Dios".

En 1950, funda "La Sociedad Médica Austriaca de Psicoterapia" y es elegido como su primer presidente. En base a un curso impartido a los médicos, publica su libro: "El hombre doliente. Ensayo de una patodicea",

con este tema central ayuda a sobrellevar y confortar a los que sufren. Expone sus "Diez tesis sobre la Persona".

Con su libro: "Logos y Existencia" publicado en 1951, Frankl completa su fundamentación antropológica de la Logoterapia.

En 1954, las Universidades de Londres, Holanda y Argentina, invitan a Frankl a impartir lecciones. En Estados Unidos, Gordon Allport promueve a Frankl así como la publicación de sus libros.

En 1955, es nombrado Profesor en la Universidad de Viena. En 1957, se reúne con su hermana Stella, su marido Walter Bondi y sus hijos Liesl y Peter.

Más tarde, un tratamiento sistemático del paradigma frankliano aparece en su libro: "Logoterapia y Análisis Existencial". En 1961, la Universidad de Harvard recibe a Frankl, como Profesor Invitado. En 1966, la Universidad Metodista del Sur en Dallas, Texas, recibe a Frankl como Profesor Invitado. En base a sus lecciones se publica: "La Voluntad de Sentido".

En 1970, en presencia de Frankl, la Universidad Internacional de San Diego, en California, inaugura la Cátedra de Logoterapia. En 1972, la

Universidad de Dusquensne, Pittsburgh, nombra a Viktor Frankl, Profesor Invitado. Lo mismo sucede en otras Universidades del mundo.

En 1978, Frankl hace su primera visita a México. La Universidad Iberoamericana participó de su mensaje en una conferencia magistral titulada: "La voz que clama en demanda de Sentido".

En 1987, Frankl regresa a México a participar como Invitado Especial en el congreso "Gente Nueva", en Guadalajara, Jalisco.

En 1992, se funda en Viena el "Instituto Viktor Frankl", por un grupo de amigos académicos. En 1995, parte de su autobiografía es publicada con el título: "Lo que no está escrito en mis libros".

En julio de 1996, hace su última entrevista ante un numeroso público de especialistas con motivo del Primer Congreso Mundial de Psicoterapia, en Viena. Durante el semestre de invierno, da su última clase en la Universidad de Viena. Permite la publicación de su último libro: "El hombre en busca del sentido último".

CAPITULO II

2. El hombre en busca de sentido

2.1. Logoterapia

Viktor Frankl es el fundador de una corriente psicológica llamada “Logoterapia”, que tomando el término literalmente, significa “terapéutica mediante el Logos”, mediante el sentido o curación mediante el sentido².

Esta escuela es la tercera salida de Viena, ya que antes el Psicólogo Sigmund Freud fundo el “Psicoanálisis”, quien influyo mucho en la persona de Frankl, y fue un fuerte impulso para que se interesare en la “Psique” de las personas; la segunda escuela es la Psicología Individual de Alfred Adler, con el que también tuvo contacto y tomo elementos de su pensamiento.

² Viktor E. Frankl, Psicoterapia y Humanismo, Breviarios, Fondo de Cultura Económica, México 1984, pag. 17.

Así que de este modo, con lo experimentado en su vida durante la estadía en los campos de concentración, que se dio cuenta que hace falta que las personas encuentren sentido a su vida.

El tema principal a explicar por este autor, es primero, el sentido de la vida, a pesar de todo lo que puede llegar a ocurrir en este transcurso en el mundo. Esto es en síntesis la Logoterapia.

2.2. El hombre tiende hacia la felicidad

“El hombre está siempre orientado y ordenado a algo que no es él mismo”³, es así como empieza la introducción del libro “ el hombre doliente” de Viktor Frankl, y abordaremos desde este momento el tema principal de esta presentación, que es “el hombre en busca de sentido”; y parece importante iniciar así ya que es imperativo entender que el hombre, entendido como humanidad, se pasa mucho tiempo de su vida tratando de discernir el fin último de su existencia, con preguntas muy sencillas de formular, pero difícil de responder, como pueden ser: ¿de dónde venimos?

³ Viktor E. Frankl, el Hombre Doliente, Herder, España 2000 cuarta edición, pag. 11.

Y ¿hacia dónde vamos? Estas preguntas tienen una fuerte presencia en la persona que se interesa por su vida.

Una respuesta a la segunda cuestión antes mencionada, ¿hacia dónde vamos?, es a la felicidad, aunque el autor principal de esta investigación dice que “no solo se tiende hacia la felicidad, si no hacia un fundamento para ser feliz”⁴.

La película del director *Gabriele Muccino* y protagonizada por *Will Smith*, que tenía por nombre en español “en busca de la felicidad”, en donde una escena menciona precisamente este tema, y dice el protagonista que en la declaración de la independencia de los Estados Unidos no se puso que los ciudadanos sean felices, si no que estén en búsqueda de la felicidad, ya que no es una realidad que se obtiene y permanece, sino que es momentánea; por tanto es aquí donde se debe de encontrar, en un primer momento, un fundamento para ser feliz.

Para explicar esto, Frankl cita al filósofo danés *Kierkegaard*, que afirma “que la puerta de la felicidad se abre hacia afuera y a quien intenta derribarla, se le cierra, ¿Cómo podemos explicar esto? Diciendo que lo más profundo del hombre no es el deseo de poder ni de placer si no el deseo de

⁴ Viktor E. Frankl, el Hombre Doliente. pag. 11.

sentido”⁵, esto lo fundamento Viktor con un estudio que realizo la Universidad de Viena a manos de *Elisabeth Lukas*.

2.3. Tres maneras para encontrar sentido a la vida

En otro de sus libros llamado “el hombre en busca de sentido último” Viktor expone tres maneras para encontrarle sentido a la vida, “primero, cumpliendo un deber o creando un trabajo; segundo experimentando algo o encontrando a alguien; tercero, cuando nos enfrentamos a un destino que no podemos cambiar, estamos llamados a dar lo mejor de nosotros mismos”⁶.

La primera es “cumpliendo un deber o creando un trabajo”⁷, es fácil de entender este primer camino, y es que es sencillo dar un sentido a la existencia si uno es capaz de mantenerse ocupado en algo que le cause bienestar, como lo decía vía twitter el pasado martes 29 de marzo de 2012, el reconocido periodista mexicano Pedro Ferriz de Con, “dichoso es aquel que mantiene un profesión que coincide con su afición, como quisiera que

⁵ Viktor E. Frankl. el Hombre Doliente. pag. 12.

⁶ Viktor E. Frankl, el Hombre en Busca del Sentido Último; Paidós, Barcelona, España 1999. pag. 189

⁷ Cf. *Ibíd.*

todos nos dedicáramos a lo que nos da placer”, aunque yo quitaría el final, lo del placer, y pondría lo que le da un sentido a la vida.

Como la segunda manera menciona Frankl “cumpliendo un deber o encontrando a alguien, en otras palabras, se puede hallar un sentido no solo en el trabajo, si no en el amor”⁸, es aquí donde entra lo que unos llaman sentimiento, otros una virtud, otros lo catalogan como don de Dios y otros más como una decisión; es tan sonado este término, pero si nos remontamos al inicio de este capítulo, recordaremos que el sentido de la vida no se encuentra en uno mismo, y esto no quiere decir que se debe de alienar las responsabilidades propias y vivir como si nada, más bien es darse cuenta de que el sentido no solo será personal, sino que se tendrá que apoyar en algo más para así poder encontrarlo, más adelante descubriremos a que se refiere propiamente ese segundo punto, aunque podría adelantar que puede ser el amor de pareja, amor de padre, amor de hijos, la filantropía, etc., pero mayor mente es el amor y fe en Dios. Es así como llegamos a la tercera forma.

“Cuando nos enfrentamos a un destino que no podemos cambiar, estamos llamados a dar lo mejor de nosotros mismos, elevándonos por

⁸ Viktor E. Frankl, el Hombre en Busca... pag. 189

encima de nosotros mismos y creciendo más allá de nosotros mismos; en una palabra, a través de las transformaciones de nosotros mismos”⁹. Es indudable que este tercer punto Frankl lo toma de su propia experiencia, y se basa en el sufrimiento; recordemos que él estuvo internado en dos de los campos de concentración nazis, donde es bien sabido por nosotros, las clases de barbaridades y atrocidades de las que eran presas las personas que estuvieron dentro de dichos campos; si Viktor no hubiera tomado como si este tercer punto, definitivamente las probabilidades de que sobreviviera al holocausto serian casi nulas.

Cuenta Frankl que una vez fue a dar una conferencia a una prisión en los Estados Unidos, a *San Quentin*, donde se mataba a los presos de condena a muerte en una cámara de gases, y uno de los asistentes a la conferencia, que eran presos, le dijo que los presos de alta peligrosidad no los dejaban salir para estar en su presentación, que si sería tan amable de dar unas palabras por micrófono para que las oyera Aarón Mitchell, a lo cual accedió, y esto fue lo que le dijo:

“Créame usted Mr. Mitchell, yo pudiera comprender de algún modo su situación. Yo también viví una temporada a la sombra de una cámara de gases. Pero créame Mr. Mitchell, que tampoco entonces abandone un momento la convicción de que la vida tiene un sentido en todas las

⁹ Cf. ibídem.

*condiciones y circunstancias. Porque si realmente tiene un sentido, lo seguirá teniendo hasta el final. Si no tiene ningún sentido, tampoco lo tendrá por mucho que dure. Aun una vida que aparentemente hemos malgastado puede llenarse retroactivamente de sentido superándonos a nosotros mismos mediante el autoreconocimiento”.*¹⁰

“Como ven se puede sacar sentido incluso del sufrimiento, y es la verdadera razón por la que la vida continua, a pesar de todo, teniendo un sentido potencial”¹¹, con eso no se quiere decir que es necesario el sufrimiento para encontrar sentido, si no que se puede llegar a dar un sentido a la vida a pesar del sufrimiento.

El sufrimiento es una parte importantísima del sentido de la vida, ya que esto pone al hombre en una situación límite que le causa estrés, dificultad, dolor, cansancio, etc. y es donde más se debe de sacar las fuerzas necesarias para poder seguir adelante.

Este sufrimiento es consecuencia de una vida sin sentido, menciona Frankl en otro de sus libros “ante el vacío existencial” que “el paciente típico de nuestros días sufre bajo un abismal complejo de falta de sentido, acompañado de un sentimiento de vacío, por la que me inclino a hablar de un vacío existencial”¹².

¹⁰ Viktor E. Frankl, el Hombre Doliente. pag. 22.

¹¹ Viktor E. Frankl, el Hombre en Busca... pag. 190.

¹² Viktor E. Frankl, “Ante el Vacío Existencial”, Herder, Viena 1977, pag. 9.

2.4. Génesis del vacío existencial

La génesis del vacío existencial, explica Viktor: “contrariamente al animal, el hombre carece de instintos que le diga lo que tiene que hacer, y a diferencia de los hombres del pasado, el hombre actual ya no tiene tradiciones que le digan lo que debe ser.

Entonces, ignorando lo que tiene que hacer e ignorando también lo que debe ser, parece que muchas veces ya no sabe tampoco lo que quiere en el fondo. Y entonces solo quiere lo que los demás hacen, o bien solo hacer lo que los otros quieren”¹³

Esta explicación que nos da Frankl, es muy ilustrativa, y además retrata muy bien lo que se vive hoy en día, un vacío existencial, y es aquí donde me vienen a la mente recuerdos de personas jóvenes, específicamente una de 17 años, que después de haber tenido muy buenas calificaciones en la preparatoria, no aprobó el examen de admisión de la universidad, por lo cual se desilusiono y se convirtió en una persona que ya no sabe qué hacer

¹³ Viktor E. Frankl, “Ante el Vacío... pag.11.

con su vida, si hacer lo que los demás dicen o hacer lo que los demás hacen, ya que uno de sus fines próximos se vio truncado.

Es en estos momentos de sufrimiento, donde Viktor habla de encontrar sentido a la vida.

“Se dice que Einstein afirmó cierta vez que quien considera que su vida no tiene sentido, no solo es un desdichado, si no que apenas tiene capacidad de vivir”¹⁴, por eso es tan importante el dejar a un lado ese vacío que hoy en día es más latente que en tiempos pasados.

Menciona el mismo Frankl que en sus tantas visitas a universidades estadounidenses se dio cuenta de la realidad de los estudiantes, y más se sorprendió al saber que el suicidio era presa de muchos jóvenes, que aun teniendo una buena universidad, buenas calificaciones, una vida cómoda, se daba este falta suceso de quitarse la vida a una corta edad, y era precisamente por eso, porque no se es capaz de dejar a un lado el vacío y llegar a un sentido.

Es importante recordar la estadía de Frankl en *Auschwitz* y *Dachau*, y menciona, bajo el respecto del vacío existencial, que “los que demostraban

¹⁴ Cf. *Ibíd.*, pag. 28.

tener mayor capacidad para sobrevivir incluso en aquellas situaciones límites eran los que estaban orientados hacia un futuro, hacia una tarea que los esperaba, hacia un sentido que querían cumplir”¹⁵.

Es aquí el punto central del sentido de la vida, y lo resalta muy bien Frankl en la frase anterior, ya que dice que solo son capaces de salir adelante los que tienen algo que hacer en el futuro, los que se plantean una meta que les llena y que desean cumplirla a pesar de todo, de los malos momentos de frustración o de los momentos que ocupan la vida de preocupaciones y de situaciones difíciles, teniendo un plan de vida.

2.5. El sentido no se otorga, sino que se encuentra

Ahora, “el sentido no se otorga, si no que se encuentra... el sentido es para encontrarlo y no para crearlo, ya que aquello que se pudiera crear sería un sentido subjetivo”¹⁶.

No es algo que resalta por arte de magia o se da por sí solo, sino que a base de búsqueda incansable, de insistentes momentos de meditación, es así como una persona puede tener en mente una meta que le dé sentido a su

¹⁵ Viktor E. Frankl, “Ante el Vacío... pag.28.

¹⁶ Viktor E. Frankl, el Hombre Doliente. pag. 18.

vida, pero a través del tiempo es necesaria el pulir ese ideal para que al llegar a su consecución se tenga la capacidad de no quedar estancado, si no de seguir dando un giro importante para que el sentido no termine, para que se le dé un seguimiento que trascienda a lo momentáneo, y “no solo es necesario encontrar el sentido, sino que es posible, y la conciencia moral guía al hombre en esa búsqueda”¹⁷.

Ahora bien, ese sentido, que no se da por sí mismo, sino que se encuentra, es necesario descubrirlo, y hace Viktor una analogía en este sentido, “tenemos como ejemplo una película que consiste en miles de imágenes individuales, y cada una de ellas tiene sentido, lleva un significado en sí, aunque el significado de toda la película no pueda verse antes de que se muestre la última secuencia; por otro lado, no podemos entender toda la película sin haber antes entendido cada uno de sus componentes, cada una de las imágenes individuales.

¿No sucede lo mismo con la vida? El significado ultimo ¿no se revela también al final, a las puertas de la muerte?”¹⁸.

¹⁷ Viktor E. Frankl, el Hombre Doliente. pag. 19

¹⁸ Viktor E. Frankl, el Hombre en Busca... 190 – 191.

No se trata de ser fatalista y pensar que solo en momentos límites, como lo es la muerte, se puede llegar a darle el sentido a la vida, si no que se trata de que a pesar de esto, se puede llegar a encontrar sentido, y es que, se puede tener en la mente la meta deseada y se lucha por alcanzarla, pero por su lejanía es casi inconcebible saber si será alcanzada, aunque muy seguramente lo sea, esto Frankl la formula como “cuanto más amplio es el significado, menos comprensibles”¹⁹, es decir, que se tiene que acercarse lo más que pueda hacia el final para poder entenderlo plenamente.

2.6. La fe en el sentido de la vida

En esto que se vive cotidianamente, en el fin último encontrado en el umbral del final, y puede ser concebible, aunque a veces no sea así, por más que se le intente dar explicaciones razonables, siempre se llega a un punto en que cualquier explicación quedaría corta para dar el significado de lo que se quiere o de lo que se vive, es aquí donde se encuentra una figura que es más que conocida por nosotros, y es Dios, la cual Viktor acepta.

¹⁹ Viktor E. Frankl, *el Hombre en Busca...* 191.

Y dice “cuando se acaba el conocimiento, se pasa la antorcha a la fe”²⁰, además dice que la fe pasa a formar una parte importante de la vida, aunque no menciona una definición propia de la fe, creo que es más que conocido a lo que se refiere, creer sin medida, abandonarse a expensas de otro, pero si dice algo muy interesante “creo que la creencia en Dios es incondicional o no es creencia”²¹.

Con esto menciona que la fe es lo que, en especial, hace que el sentido de la vida se encuentre, no con esto se quiere decir que alguien que no tenga fe en Dios nunca encontrara el sentido real a su vida, si no que para Frankl es más sencillo encontrárselo si se cree por fe en ese Ser superior.

Y cita así de nuevo a Einstein “ser religioso consiste en haber encontrado una respuesta a la pregunta ¿Cuál es el sentido de la vida?, y otra definición más de Ludwig Wittgenstein: creer en Dios es comprobar que la vida tiene un sentido”²²

²⁰ Cf. *Ibíd.*, pag. 194.

²¹ Cf. Viktor E. Frankl, *el Hombre en Busca...* pag. 202.

²² Cf. *Ibíd.*, pag. 204.

CAPITULO III

3.- El sufrimiento en el sentido de la vida.

3.1. Sufrimiento y sacrificio

Durante la II Guerra Mundial, Viktor Frankl estuvo recluido por su condición de judío en los campos de concentración nazis de >>Auschwitz y Türkheim<<, y tuvo que soportar toda la crudeza infrahumana y la brutalidad con la que eran tratados todos los reclusos. Pero paradójicamente, fue en estas horribles situaciones límites donde adquirió plena conciencia del sentido y dignidad de la vida humana y del valor del sufrimiento, aportándonos, con ello, una gran dosis de optimismo y esperanza respecto a que la vida humana vale la pena ser vivida.

Es por ello, que el psiquiatra vienés posee la suficiente autoridad moral para hablarnos en diversas partes de sus obras de la difícil cuestión

del sufrimiento, tanto físico, psíquico o moral, como ineludible realidad humana.

No obstante se concibe como un hecho absolutamente incomprensible, motivo por el cual se pretende rechazarlo por todos los medios al desconocer e ignorar su enriquecedor significado y la fecundidad de su sentido.

Frankl considera que cualquier tipo de sufrimiento y de sacrificio que la vida nos depara, será aceptado con fortaleza por el ser humano, si sabe que detrás de él hay un sentido que puede iluminar su significado.

*“Vino a visitarme un paciente, durante muchos años dedicado a ejercer la medicina practica; hacia un año que había muerto su mujer, a la que amaba más que a todas las cosas del mundo, y se sentía incapaz de sobreponerse a esta perdida. Pregunte a ese paciente, aquejado por una grave depresión, si había reflexionado sobre lo que habría ocurrido si las cosas hubieran sucedido al revés, es decir, si él hubiera muerto antes que su mujer. Inimaginable, respondió, se habría hundido en la desesperación; entonces solo necesite hacerle caer en cuenta: vea usted, todo esto lo ha ahorrado a su mujer... En aquel momento, su sufrimiento adquirió un sentido, el sentido del sacrificio, no podía cambiar el presente, pero había cambiado la actitud”.*²³

²³ Viktor E. Frankl, “Ante el Vacío Existencial”, Herder, Viena 1977, pag. 91, 98.

El sufrimiento, según el Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española, es paciencia, conformidad, tolerancia con que se sufre algo o padecimiento, dolor, pena.²⁴

Es evidente que el sufrimiento se desprende de un dolor, y no estoy hablando de un dolor físico, sino espiritual, inmaterial, en el sentido anímico; ese dolor puede ser la pérdida de algo o alguien en el que se depositó una importancia vital personal, también puede ser en circunstancias específicas de la vida, como la pérdida de trabajo o lo vivido por Viktor, y por muchos más judíos, en los campos de concentración.

Lo verdaderamente importante, es saber que el sufrimiento no significa la pérdida del sentido, como el ejemplo antes citado, no se termina lo logrado con la pérdida de lo obtenido, si no que se tiene que afrontar con un tipo de actitud que, en lugar de entorpecer o acrecentar el dolor, ayude, a su vez, a aminorar el sufrimiento, a afrontarlo con paciencia y entereza, pero sobre todo aprender a obtener de ello un crecimiento personal que tendrá como consecuencia el sentido de la vida.

²⁴ Real Academia Española; Diccionario. [En línea], En: http://buscon.rae.es/draeI/SrvltConsulta?TIPO_BUS=3&LEMA=sufrimiento. (19/05/2011)

Comúnmente creemos que el sufrimiento es algo malo en todos los sentidos, pero si lo vemos como continuidad del sentido real de la vida, se entiende como una oportunidad de crecimiento.

3.2. La triada trágica

El hombre que se encuentra en este mundo, está en una continua búsqueda del sentido de la vida, pero en esa búsqueda se encuentra con circunstancias que frustran lo que se desea encontrar, dice Viktor, que esto trae consigo tres componentes, a los cuales llama la “trágica triada”, y ellos son, el sufrimiento, la culpa y la muerte²⁵. Y continua diciendo “nadie de nosotros puede evitar el encuentro con el sufrimiento ineludible, con la culpa inexcusable y con la muerte inevitabile”²⁶.

Cuando sucede así en la vida, cuando se topa con el sufrimiento y con la desesperación del futuro incierto, suele surgir una pregunta que resuena en el intelecto como una campana que no deja de repicar, esa pregunta es difícil de responder, pero que por más complicado que parezca, tiene

²⁵ Viktor E. Frankl, *el Hombre Doliente*, Herder, España 2000 cuarta edición, pag. 63

²⁶ Cf. *Ibidem*.

respuesta, la pregunta es ¿Cómo podemos decir sí a la vida a pesar de todo este aspecto trágico? O el de que la vida, a pesar de todo su aspecto trágico, ¿puede tener un sentido o mantener el sentido en todas las condiciones o circunstancias?

Es aquí donde expone Frankl, que a pesar de todo eso, que es más, que en esos momentos es cuando más se tiene la posibilidad de sacarle el sentido a la vida, transformándolo en algo positivo, por ejemplo, el sufrimiento en servicio, la culpa en cambio y la muerte en acicate para la acción responsable²⁷, lo que importa es la actitud con la que se enfrenta algún elemento de la triada trágica.

3.3. Valor y mérito del sufrimiento

El valor y el mérito del sufrimiento está en relación con la capacidad de saber aceptarlo, no con disposiciones tristes y desesperadas, sino con actitud positiva y de sentido, hecho que sucede cuando somos conscientes de que es un factor que incrementa y desarrolla la personalidad, la hace más fuerte y equilibrada, y también más comprensiva del dolor ajeno.

²⁷ Viktor E. Frankl, el Hombre Doliente. pag. 64

Pero esta libre y positiva aceptación del sufrimiento, no significa para Frankl, que el sujeto doliente se sumerja en sus sufrimientos, rechazando sin más, cualquier posibilidad de ser aminorado o evitado, como respondiendo a las exigencias de una personalidad masoquista y desquiciada, dice Viktor, “el mérito de aceptar libremente el sufrimiento no se debe interpretar como asumir voluntariamente un dolor o sufrimiento que se podría evitar²⁸ .

Y es que estamos acostumbrados a aceptar sufrimientos innecesarios, y solemos decir, es que es mi cruz, esa extraña pero tan común afirmación introyectada en nuestra mente desde edades tempranas, llega a hacer inconsciente la aceptación del sufrimiento innecesario, cuando a veces, si se pone uno las pilas, se puede llegar a evitar.

El dolor es inevitable, pero el cómo lo enfrentemos es la manera en la que se llega a sublimar la propia humanidad.

²⁸ Viktor E. Frankl, La Voluntad de Sentido, Herder, Barcelona 1983, pag. 23.

3.4. Sufrimiento, máscaras y libertad

Cuando el sufrimiento que se coloca en nuestra existencia se concibe como algo inexplicable y causante de miedo, como un mal absoluto sin posible justificación, causante de traumas y trastornos psíquicos, se intenta cubrirlo con máscaras por todos los medios.

Pero estas prácticas de ocultar y que silencian la realidad del sufrimiento en sus propias vidas y en la de los demás, para establecer falsas y erróneas ilusiones de una supuesta vida sin padecimientos, al no verse cumplidas, hacen insoportable su aceptación, desaprovechando con ello, la oportunidad para hacernos más humanos y más sensibles con el dolor ajeno; dice Frankl, “el sufrimiento necesario es un sufrimiento que tiene sentido, eximirle al ser humano de él sería inhumano²⁹”.

El sufrimiento humaniza más al hombre, ya que le otorga el sentido de la libertad, sabemos bien que la libertad es algo inherente al ser humano, es una de las características más sobresalientes en el homo sapiens, y lo humanizan en el sentido de que tiene la elección de sufrir o no sufrir, de aceptar darle sentido a ese episodio de desesperación o de dejarlo pasar y llevarlo consigo el resto de la vida.

²⁹ Viktor E. Frankl, el Hombre Doliente. pag. 129

Rechazar el sufrimiento y el sacrificio que la realidad nos demanda, se puede conseguir al precio de aceptar una vida falsa en sus cimientos, que al precio de deshumanizarse paulatinamente, engendra personalidades afectivamente débiles e inestables.

Estas frágiles personalidades, solamente encuentran la seguridad afectiva de su vacío interior, buscando modos de conducta que apenas ofrezcan resistencia y esfuerzo para lograr sus tibios propósitos. Este tipo de personas son las que salen solo por el día, de las que poco se espera que lleguen a reflexionar, a preguntar sobre sus inquietudes, solo están en el mundo por estar.

3.5. El sufrimiento y la muerte

Uno de los principales momentos de la vida que nos pone en contacto con el sufrimiento en la máxima expresión, es el tercer punto de la triada trágica, es decir, la muerte, que es un acontecimiento cotidiano de la vida, pero sumamente difícil de pensar y más de aceptar, ya que se puede llegar a pensar, si no se tiene la creencia y la certeza de la trascendencia, que con la muerte termina todo, así como lo afirmo el día 16 de mayo del presente año,

el gran científico inglés Stephen Hawking, que dice que después de la muerte no hay nada, que el cielo es un cuento de hadas, ya que cuando se apaga el cerebro humano todo termina³⁰.

En este sentido podemos hacer un cuestionamiento, ¿puede la muerte anular o menoscabar el sentido de la vida?, a lo que Frankl afirma “por el contrario, en efecto ¿Qué ocurriría si nuestra vida no fuera finita en el tiempo, si no temporalmente ilimitada? Si el hombre fuese inmortal, podría con razón demorar cada uno de sus actos hasta el infinito, no tendría menor interés en realizarlo precisamente ahora, podría dejarlo perfectamente para mañana o pasado mañana, para dentro de un año o diez.

En cambio, viviendo como vivimos en presencia de la muerte con el límite infranqueable de nuestro futuro y la inexorable de todas nuestras posibilidades, nos vemos obligados a aprovechar el tiempo de la vida limitado de que disponemos y a no dejar pasar en balde las ocasiones que solo se brindan una única vez en la vida³¹.

³⁰ América Economía; El cielo es un cuento de hadas, dice el físico Stephen Hawking. [En línea], En: <http://www.americaeconomia.com/politica-sociedad/mundo/el-cielo-es-un-cuento-de-hadas-dice-el-fisico-stephen-hawking>. (16/05/2011)

³¹ Viktor E. Frankl, Psicoanálisis y Existencialismo, Breviarios, Fondo de Cultura Económica, México 1987, pag. 117.

Por esto, la finitud de la vida, es lo que exige que se le encuentre el sentido lo más temprano posible en la vida, para que de esta manera se puede disfrutar todos y cada uno de los instantes que se nos pueden llegar a presentar.

Aunque siempre se llega a la idea de que la muerte es el termino, que no tiene sentido lograr cosas si al final todo se queda, pero en realidad, es por eso que es imperativo lograr sacar lo bueno de todo, sacarle sentido antes de que la vida termine, ya que fuimos puestos en este mundo para ser felices, para estar en un constante bienestar, no quiero decir que libres de problemas o sufrimientos, si no con la capacidad y actitud de lograr salir adelante a pesar de todas y cada una de las adversidades que le mundo y las circunstancias nos deparan para nuestro ser.

La muerte, entonces pasa a ser un factor constitutivo del sentido de la vida.

3.6. Imperativo categórico

El imperativo categórico de Viktor Frankl, reza lo siguiente:” vive como si vivieras por segunda vez, y como si la primera vez lo hubieras echo todo de un modo tan falso como te dispones a hacerlo ahora³².

Es por esto, por la finitud de la vida, que se debe de encontrar el sentido, diferenciando, no es lo mismo darle sentido a la vida, que encontrarle sentido, ya que la vida por sí mismo lo posee, y quien intenta dárselo, es como si estuviera fabricándolo a su modo, y no responsabilizándose de lo propio.

Otra afirmación que hace Viktor es que, el tiempo de la vida es corto, y que se puede llegar a pensar que por más esfuerzos que se hagan hay veces que no se logra llegar a obtener el éxito deseado, *“pero la falta de éxito o el no conseguirlo, no significa falta de sentido”*³³, y dice también que *“no es la duración de una vida humana en el tiempo lo que determina*

³² Viktor E. Frankl, Psicoanálisis y Existencialismo. pag. 118.

³³ Viktor E. Frankl, Psicoanálisis y Existencialismo, Breviarios. pag. 161.

la plenitud del sentido”³⁴. Es como una biografía, lo que importa no es lo larga que pueda ser si no el contenido sustancial que posee.

Y si aun así sigue la idea de que la vida hundida en el sufrimiento no tiene sentido, Frankl expone otra idea: *“o bien, la vida tiene un sentido, en cuyo caso lo conservara, ya sea larga o corta, ya se propague o no; o bien no tiene sentido alguno, y en este caso no la adquirirá tampoco por mucho que dure o se propague ilimitadamente; lo que carece de sentido de por si no lo adquiere por el simple hecho de que se entenece”*.

Aun cuando la antorcha se apague, no quiere decir que su resplandor, mientras alumbro, no tuviese sentido alguno, lo que no tiene sentido, en cambio, es el irse pasando una antorcha apagada, lo que ha de alumbrar tiene que arder, tiene que sufrir, tiene que consumirse, arder hasta el final.³⁵

Con este ejemplo de la antorcha queda muy claro que con la muerte no termina todo, hace una muy buena analogía, la vida tiene que iluminar, tiene que tener sentido y dar luz a los demás, pero en ese dar luz se llega por consecuencia a irse apagando poco a poco, consumiéndose, sufriendo con el paso del tiempo hasta llegar al momento definitivo de la extinción, pero con

³⁴ Cf. *Ibíd.*, Pag. 119.

³⁵ Cf. *Ibíd.*, Pag. 121.

esto no quiere decir que no dio luz cuando lo tenía que hacer, y además siempre se le recordara que a pesar de estar sufriendo, consumiéndose, que a pesar de darse a los demás, siempre fue luz.

Conclusión

El hombre es el único animal en el mundo que sabe que va a morir, aunque no sabe cuándo, así que con esta certeza, y también sabiendo que el tiempo es muy corto para desperdiciarlo en nada, se tiene que dar cuenta de que hay que sacarle provecho a todo lo que se vive, y este provecho será más fácil encontrarlos si se tiene un sentido en la vida

La afirmación de Viktor Frankl, es que la vida siempre tiene un sentido, a pesar de todo lo desagradablemente malo que pueda suceder, a pesar de que a una persona se le quite todo, a pesar, incluso de la propia muerte. La vida tiene sentido, y encontrarlo es una de las tareas primordiales de cada persona, de cada uno de los que experimentamos la chispa de la vida.

Y es especialmente en las situaciones límites en donde el hombre se da cuenta que es imperativo voltear a ver hacia sus adentros para sacar lo mejor de sí, es de ahí donde el doctor Frankl demuestra de una forma brillante que el ser humano aún puede encontrar un cierto sentido a su vida cotidiana, incluso con las personas con las que cargan pesadas cargas existenciales y morales o sufrimientos inevitables. Estos disponen oportunidades para convertir sus sufrimientos en logros, o dicho diferente, su tragedia personal en un triunfo de la humanidad.

Nosotros muchas veces creemos que cuando una cosa es difícil de hacerse es más fácil no llevarla cabo, darte por vencido pero sería bueno descubrir un sentido definitivo a la vida, encontrar objetivos y razones para realizar cualquier actividad.

Para lograr tener una vida integra, estable, feliz y exitosa debes ser llena de optimismo pero no infantil, debes tener metas realistas, vivir en lo que es posible, cosas que puedan pasar si te esfuerzas, además sería muy bueno incluir valores como tolerancia, fortaleza, perseverancia entre otros, así se complementaría la forma de actuar de las personas.

Estamos viviendo en una sociedad con una cultura en la que se siguen manejando conductas negativas tales como el racismo, discriminación y demás. Ya que aunque esto ya pasó hace muchos años, muchas personas siguen llevando acabo dichas injusticias.

Por último, y tomando en cuenta todo lo expresado en la pregunta inicial ¿Puede el ser humano encontrarle sentido a su vida, en los momentos más difíciles de su existencia según lo argumentado por Viktor E. Frankl?

La respuesta es si, no solo lo explica y lo pone en práctica con la logoterapia, sino que lo vivió en carne propia, dio testimonio de lo que expone, por tanto la respuesta afirmativa tiene que resonar en la mente de todos, se puede tener sentido de vida a pesar de todo lo que sucede, sea bueno o malo.

A. M. D. G.

Bibliografía

FRANKL, Viktor E.; “Ante el Vacío Existencial”, Herder, Viena 1977

Casa Viktor Frankl, México;” *¿Quién es Viktor Frankl?*”. [En línea], En:
<http://www.casaviktorfrankl.com/viktorfrankl.html>

CARDENAS, Alberto; Instituto Colombiano de Análisis Existencial y Logoterapia Viktor Frankl. “*Viktor Frankl, biografía*”. [En línea], En:

http://www.iclogoterapia.com/index.php?option=com_content&view=article&id=49:viktor-frankl-biografia&catid=3:newsflash

FRANKL, Viktor E.; Psicoterapia y Humanismo, Breviarios, Fondo de Cultura Económica, México 1984

FRANKL, Viktor E.; el Hombre Doliente, Herder, España 2000 cuarta edición.

FRANKL, Viktor E.; el Hombre en Busca del Sentido Último; Paidós, Barcelona, España 1999.

FRANKL, Viktor E.; Psicoterapia y Humanismo, Breviarios. Fondo de Cultura Económica; México 1978.