



## ESPECIAL JÓVENES



### EL SENTIDO DE LA VIDA .- VIKTOR FRANKL

Parroquia Ntra. Sra. Reina del Cielo – Nº 25, 24 de marzo de 2013

Afamado psiquiatra y filósofo vienés. Fundador de la “Logoterapia”, o curación por el sentido, es uno de los pensadores del S. XX que con más amplitud y profundidad han tratado este tema.

**“El preocuparse por hallar un sentido a la existencia es una realidad primaria, es la característica más original del ser humano”.** “Una parte de los pacientes que acuden al psiquiatra o al psicólogo, lo hacen porque dudan del sentido de su vida”. “Ante mí hay una carta de la cual quisiera citar el siguiente párrafo: ‘Tengo 22 años, soy graduado universitario, poseo un coche, disfruto de una situación económica segura, y hallo a mi disposición más sexo y poder del que puedo hacerme cargo. Solamente me pregunto, ¿Qué sentido tiene todo eso?’ Nuestro paciente no sólo se queja de un sentimiento de falta de sentido, sino también de una sensación de **“vacío existencial”**. **“El cuidarse de averiguar el sentido de su existencia es lo que caracteriza justamente al ser humano en cuanto tal;**

**LA BÚSQUEDA DEL PLACER.** Una de las conductas que revelan la ausencia del sentido de la vida, es la que atribuye al placer sensible el rango de principio, como categoría suprema, y se traduce en la búsqueda desahogada de aquellos objetos que lo producen, como las drogas, el sexo, el alcohol, los juegos de azar, etc. y el goce inmediato. **“La pregunta por el sentido de la vida es expresión de madurez mental. En la sociedad de consumo y abundancia sólo hay una necesidad que no encuentra satisfacción, esa es la necesidad de sentido, la voluntad de sentido”.** Comenta al respecto Frankl: **“Mis pacientes en su mayoría están sanos, pero no están satisfechos de serlo, poseen abundantes bienes sin estar AGRADECIDOS”.** Viene aquí a cuento la bella imagen utilizada por Kierkegaard: **“La felicidad es como una puerta que se abre hacia fuera, sucediendo que aquellos que se empeñan en abrirla hacia dentro lo que hacen es cerrarla más y más”.**

**EL ABURRIMIENTO:** Es un negativo sentimiento que desemboca en la abulia y la tristeza, que se distribuye en un amplio repertorio de actitudes y comportamientos que se detectan en cuanto a la falta de ilusiones y proyectos, o en la rutinaria frivolidad e insulsez de las conversaciones nutridas con los tópicos y clichés al uso, en un ir **“matando”** y perdiendo tediosamente el tiempo. *Situaciones todas ellas, que ponen de manifiesto un vacío existencial que Frankl lo juzgará como el cáncer de nuestra época.* **“Numerosas personas viven en un vacío existencial que se manifiesta sobre todo en el aburrimiento. La gran enfermedad de nuestro tiempo es la carencia de objetivos, el aburrimiento, la falta de sentido y de propósito”.**

Hallar un sentido es algo esencial a nuestra naturaleza: **“El sentido está al alcance de la mano de todas y cada una de las personas”.** Frankl comenta que en

la medida que aumenta el peso y gravitación de nuestros deberes y compromisos y asumimos nuestras responsabilidades, **sin atribuir a los demás** las deficiencias de nuestros actos, también en esa medida, se incrementa la conciencia y el sentido de nuestra vida: **“Las dificultades cuanto más grandes sean, acentúan el carácter de deber que tiene nuestra existencia y con ello se da más sentido a la vida”.** **“El interrogante de la vida puede ser contestado si asumimos nuestra vida con responsabilidad”.** El panorama existencial que



Frankl nos traza, nos abre a una fundada y alentadora esperanza. Una vida activa, donde se mezclen, el concepto del deber, la responsabilidad, el ser útil a los demás, la capacidad de ilusionarse, de comunicación, el sentido del esfuerzo, el servicio, etc., establece las condiciones óptimas para descubrir un significado trascendente. Sigue comentando Frankl: **“La vida es potencialmente significativa hasta el último momento, hasta el último aliento”.**

Para Frankl, el ácido corrosivo que disuelve el sentido de la vida, es la psicología de inspiración nihilista, que rechaza la dimensión espiritual y libre del ser humano y se niega a aceptar que la vida tenga un sentido de significación trascendente. El auténtico y verdadero sentido, el que responde a las exigencias más hondas e íntimas del ser humano, es el sentido que se inspira en la dimensión trascendente de la persona. Frankl reproduce la frase de Einstein en la que dice: **“preguntar por el sentido de la vida significa ser religioso”**, e interpretar el verdadero sentido, dirá el psiquiatra vienés supone ser espiritual: **“La interpretación del sentido supone que el ser humano es espiritual. El hecho antropológico fundamental es que el ser humano remite siempre más allá de sí mismo, hacia algo que no es él, hacia algo o hacia alguien, hacia un sentido. El ser humano se realiza a sí mismo en la medida que se trasciende”.**

“El hombre – sostiene Frankl – siempre está orientado hacia algo que él mismo no es, bien un sentido que realiza, bien otro ser humano con el que se encuentra. El hecho de ser hombre va más allá de uno mismo, y esta trascendencia constituye la esencia de la existencia humana”. **“A la entraña del hombre pertenece la libertad y la responsabilidad, no menos que la espiritualidad, y prescindir de alguno de estos aspectos falsea la verdadera imagen del hombre, como ser que tiende a un sentido”.**

**“El sentido de la vida hay que descubrirlo en medio de todas las situaciones o circunstancias, sin excluir las que son más adversas”.** “El sufrimiento no destruye el sentido de la vida. El sufrimiento ayuda al hombre a ser realmente hombre. Dándole muchas oportunidades – incluso bajo las circunstancias más difíciles – para añadir a su vida un sentido más profundo”. Lo que determina el valor de la vida es la **RIQUEZA DE SU CONTENIDO**. **“Pues no existe persona alguna para quien la vida no tenga preparada una tarea, y no hay situación en la que la vida deje de ofrecernos una posibilidad de sentido”.** **“La vida, dice Frankl, es tanto UN DON COMO UNA MISIÓN, y cuando mejor comprende el hombre el carácter de MISIÓN que la vida tiene, tanto mayor sentido tendrá su vida para él”.**