

Resumen del Hombre en busca de sentido

El libro comienza narrando la llegada del autor, Viktor Frankl, al campo de concentración de Auschwitz en 1944. Describe con todo lujo de detalles la selección inicial, donde la gran mayoría de los recién llegados fueron enviados directamente a las cámaras de gas. Los que lograron salvarse, fueron despojados de todas sus pertenencias, sus cabezas rapadas y sometidos a terribles condiciones de hambre, frío y enfermedades.

Explica pormenorizadamente las distintas reacciones psicológicas por las que iban pasando los reclusos conforme avanzaba su cautiverio. Inicialmente, la mayoría experimentaba apatía como mecanismo de defensa ante la cruda realidad y para proteger su salud mental. Pero con el transcurrir de los días y semanas, se producía una progresiva deshumanización, al ir "normalizando" las constantes humillaciones, ultrajes y sufrimientos a los que eran sometidos.

Describe la radical transformación que se operaba en las personalidades de los prisioneros, olvidando sus vidas previas y centrándose únicamente en la mera supervivencia. Pese a ello, ante situaciones límite, algunos eran capaces de hallar fuerzas para consolar a sus compañeros de infortunio o levantarles la moral con sesiones improvisadas de "logoterapia".

No obstante, la gran mayoría terminaban rindiéndose física y moralmente ante las extremas penalidades. Viktor analiza con todo detalle sus reacciones psicológicas, como la irritabilidad permanente, las obsesiones por conseguir cualquier migaja de comida, la progresiva indiferencia emocional ante cualquier tipo de sufrimiento, tanto propio como ajeno.

También describe la organización sociológica de los campos, donde los reclusos "prominentes" o capos gozaban de ciertos privilegios, mientras que los presos rasos eran tratados como animales. Asimismo relata varios episodios dramáticos, como las dolorosas marchas forzadas por el frío y el hambre, los intentos de algunos por conservar su dignidad y sentido del humor incluso ante lo absurdo de la situación, o los castigos colectivos que debían soportar ante cualquier mínima infracción.

Más adelante, Viktor es trasladado a otros campos de trabajos forzados hasta que finalmente es liberado cuando las tropas aliadas llegan a Dachau en 1945. Explica las enormes dificultades psicológicas que encuentran muchos reclusos para disfrutar de la libertad, después de años de horror y sufrimientos extremos. Incluso algo tan simple como saborear el canto de los pájaros o el olor de las flores se habían convertido en experiencias prácticamente inasimilables.

En la segunda parte del libro expone los conceptos fundamentales de la logoterapia, la terapia psicológica que desarrolló inspirándose en sus vivencias en los campos de concentración. Esta se basa en la creencia de que la principal motivación de los seres humanos es la búsqueda de sentido y que incluso en las peores condiciones es posible hallarlo. También explica varias técnicas terapéuticas, como la intención paradójica, para ayudar a los pacientes a sobreponerse a sus neurosis y angustias. El libro concluye con una

defensa de la capacidad de autodeterminación del ser humano y de su libertad interior, incluso en las circunstancias más adversas.