

El hombre en busca de sentido

Autor: Viktor Frankl

Edición: HERDERS

Año: 2015, 168 páginas

Presentación: Ronald von der Weth Fischer

Recomendar libros que nos marcan es una manera de compartir las enseñanzas que nos inspiran. Uno de esos libros esenciales es *El hombre en busca de sentido*, de Viktor Frankl, un testimonio y reflexión profunda sobre la capacidad humana de encontrar propósito incluso en las circunstancias más adversas.

Frankl, psiquiatra y sobreviviente de los campos de concentración nazis, no solo relata su experiencia, sino que a partir de ella desarrolla la logoterapia, una propuesta terapéutica que busca ayudar a las personas a encontrar un sentido en sus vidas. El texto se divide en dos partes: una autobiográfica, que narra su tiempo en los campos de concentración, y otra teórica, donde presenta los fundamentos de su enfoque psicoterapéutico. Lo más impactante de su relato es cómo, incluso en las condiciones más inhumanas, Frankl halló un sentido que lo mantuvo con vida.

En los tiempos actuales, aunque no comparables con aquellos oscuros años, enfrentamos desafíos que nos hacen cuestionar nuestro propósito y dirección. La pandemia y la crisis económica han generado un clima de incertidumbre y sufrimiento. En este contexto, la obra de Frankl nos ofrece una guía valiosa; nos recuerda que el sentido de la vida no es algo abstracto o genérico, sino algo personal que cada uno debe descubrir a través de la introspección y la confrontación con nuestros propios miedos y limitaciones.

Leer *El hombre en busca de sentido* no solo nos invita a reflexionar sobre nuestra propia existencia, sino que también nos motiva a proyectar nuestras capacidades y deseos hacia un futuro más positivo. Es un recordatorio poderoso de que, incluso en medio de la adversidad, es posible encontrar un propósito que nos impulse a seguir adelante.

