



READTREPNEUR
WORLD'S BEST BOOK SUMMARIES



RESUMEN DE

El Hombre

en busca de sentido



READTREPNEUR PUBLISHING

Readtrepreneur Publishing
Resumen De "El Hombre
En Busca De Sentido"

Содержание

Aviso legal & Descargo de responsabilidad	5
El Libro de un vistazo	7
PRÓLOGO	10
BONOS GRATUITOS	11
PREFACIO A LA EDICIÓN DE 1992	12
I: EXPERIENCIAS EN UN CAMPO DE CONCENTRACIÓN	13
Конец ознакомительного фрагмента.	18

Resumen de:

El hombre en busca de sentido

Orgullosamente traído a usted por:

Readtrepreneur Publishing

Traducido por Arturo Juan Rodríguez Sevilla

Publicado por Tektime

Copyright del texto © 2020 - Readtrepreneur

Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta guía puede ser reproducida en forma alguna sin permiso escrito del editor, excepto en el caso de breves citas incorporadas en artículos o reseñas críticas.

Aviso legal & Descargo de responsabilidad

La información contenida en este libro no está diseñada para reemplazar o sustituir ninguna forma de medicina o consejo médico profesional. La información en este libro ha sido proporcionada para propósitos educativos y de entretenimiento solamente.

La información contenida en este libro ha sido recopilada de fuentes consideradas fiables y es exacta según el mejor conocimiento del Autor; sin embargo, el Autor no puede garantizar su exactitud y validez y no puede ser considerado responsable de ningún error u omisión. Periódicamente se realizan cambios en este libro. Usted debe consultar a su médico u obtener consejo médico profesional antes de usar cualquiera de los remedios, técnicas o información sugeridos en este libro. Las imágenes utilizadas en este libro no son las mismas que las del libro real. Esta es una entidad totalmente separada y diferente de la del libro original titulado: "La búsqueda de sentido del hombre"

Al utilizar la información contenida en este libro, usted acepta eximir al Autor de toda responsabilidad por cualquier daño, costo y gasto, incluidos los honorarios legales que puedan resultar de la aplicación de cualquier información proporcionada por esta

guía. Esta exención de responsabilidad se aplica a cualquier daño o perjuicio causado por el uso y la aplicación, ya sea directa o indirectamente, de cualquier consejo o información presentada, ya sea por incumplimiento de contrato, agravio, negligencia, daño personal, intención criminal o bajo cualquier otra causa de acción.

Usted se compromete a aceptar todos los riesgos de usar la información presentada dentro de este libro. Necesita consultar a un médico profesional para asegurarse de que es capaz y está lo suficientemente sano para participar en este programa.

El Libro de un vistazo

Viktor Frankl escribe *La búsqueda de sentido del hombre* a partir de su experiencia en los campos de concentración nazis en relación con su doctrina psicoterapéutica, la logoterapia. Para hacer la conexión, en el primer capítulo proporciona un análisis profundo de lo que pasa por la mente de un prisionero —las etapas de admisión, atrincheramiento y liberación—. Expone cada fase discutiendo el shock, la apatía, la despersonalización y la desilusión; todo en el contexto de sus propias experiencias íntimas así como sus observaciones de los otros internos.

En el segundo capítulo, Frankl entra en detalles sobre la logoterapia en el enfoque psicoanalítico y dice al lector la base de todo el libro: que la búsqueda de sentido por parte del hombre es su principal motivación, y que la logoterapia tiene por objeto romper el egocentrismo del paciente en lugar de reforzarlo.

Sugiere que hay más en la mente humana que un mecanismo; y que cuando el hombre se enfrenta a la "frustración existencial", sufre de "neurosis noológica", un tipo de neurosis que Frankl había postulado al alejarse del enfoque psicogénico tradicional. Lo relaciona con el "vacío existencial" o sentimiento de falta de sentido en la vida, un fenómeno muy extendido en el siglo XX.

En respuesta a esto, Frankl describe la "responsabilidad" en la logoterapia que dirige la pregunta del significado de la vida hacia adentro, afirmando que el hombre debe responder por su

vida. Esta responsabilidad es la esencia de la humanidad. Así, el sentido de la vida se encuentra, en primer lugar, creando obras y hechos; en segundo lugar, experimentando algo o alguien (como una persona amada); y en tercer lugar, utilizando la tragedia para encontrar logros.

Al hablar de la tragedia, surge la relevancia del sufrimiento. Frankl ilumina al lector sobre la forma en que el sufrimiento desempeña un papel fundamental en el sentido de dar sentido a la vida. Comparte su encuentro con un grupo de psicodrama que lleva a la realización de lo que define la plenitud de la vida. Luego, procede a exponer sobre la logoterapia como algo que está más allá de la lógica, perteneciente al "súper-significado", junto con el aspecto transitorio de las potencialidades de la vida y su actualización.

A continuación, Frankl profundiza en las técnicas de la logoterapia con el tratamiento del miedo, tanto en formas realistas como neuróticas; lo que lleva a los conceptos de "hiperintensidad", "hiperreflexión" e "intención paradójica". Esto dio origen al deseo paradójico, en el que se alienta al paciente a invitar a su miedo al autodesprendimiento con el fin de liberarse de la ansiedad anticipatoria.

La última parte del libro trata del nihilismo contemporáneo, el "pandeterminismo" y la "tríada trágica". Aquí, Frankl afirma que la generación actual adopta el nihilismo como una neurosis colectiva y subraya que es necesaria una psicoterapia correspondiente sin influencia nihilista para abordarlo. El

pandeterminismo, por otra parte, es el desconocimiento de la capacidad del hombre para decidir según su condición. Frankl ve esto como una suposición peligrosa, pero también admite que la libertad debe ser ejercida con consideración de ser responsable.

Finalmente, la trágica tríada: dolor, culpa y muerte. Solo con "un trágico optimismo" se puede mantener una perspectiva positiva a pesar de estos tres desafíos principales en la vida. Frankl propone que la respuesta a la trágica tríada se da de tres formas: (1) convertir el sufrimiento en un logro; (2) usar la culpa para mejorar uno mismo; y (3) actuar con responsabilidad ante los aspectos transitorios de la vida. Concluye el libro contradiciendo las afirmaciones de Sigmund Freud sobre la difuminación de las diferencias individuales al compartir sus observaciones en los campos de concentración. En lugar de someterse colectivamente al imperativo del hambre, él y sus compañeros de prisión habían revelado sus diferencias y por lo tanto expuesto sus verdaderas individualidades.

PRÓLOGO

Harold S. Kushner, autor de best-sellers y rabino emérito del Templo Israel en Natick, Massachusetts, describe el significado de la Búsqueda de Sentido del Hombre y el énfasis del libro en la voluntad del hombre para sobrevivir. A través de la experiencia de Frankl en los campos durante la ocupación nazi, se da cuenta de que, además de comprender el sufrimiento de las víctimas durante este período, también es relevante preguntarse por qué y cómo los sobrevivientes lograron aferrarse a la vida.

Reflexionando sobre esto, Frankl se da cuenta de que la clave de la supervivencia es tratar la vida como una búsqueda de sentido. Una persona puede soportar cualquier cosa que la vida le arroje si comprende que tiene la libertad de elegir lo que siente en cada situación que enfrenta, sin importar cuán fuertemente se le opongan fuerzas externas que no puede controlar. La experiencia de Kushner como clérigo le permite relacionarse con estas ideas. Ha visto desesperanza y depresión entre los miembros de su congregación, así que naturalmente está de acuerdo con la noción de Frankl que dicta que tener un por qué vivir permite a un hombre soportar el cómo.

BONOS GRATUITOS

P.D. ¿Está bien si nos excedemos en la entrega?

Aquí en Readtrepreneur Publishing, creemos en la entrega excesiva más allá de las expectativas de nuestros lectores. ¿Está bien si entregamos más de la cuenta?

Este es el trato, le daremos un resumen en PDF extremadamente condensado del libro que acaba de leer y mucho más...

¿Cuál es la trampa? Tenemos que confiar en usted... Verá, queremos entregar más de lo necesario y para ello tenemos que confiar en que nuestro lector se guarde este bono en secreto... ¿Por qué? Porque no queremos que la gente reciba nuestros resúmenes exclusivos en PDF incluso sin comprar nuestros libros. No es ético, ¿verdad?

Bien... ¿Están listos?

En primer lugar, recuerde que su libro es un código: "READ56".

A continuación visite este link: <http://bit.ly/exclusivepdfs>

Todo lo demás se explicará por sí mismo después de que visite: <http://bit.ly/exclusivepdfs>.

¡Esperamos que disfrute de nuestros bonos tanto como nosotros hemos disfrutado preparándolos para usted!

PREFACIO A LA EDICIÓN DE 1992

Viena, 1992 - Frankl escribe sobre cómo ve el éxito del libro como un reflejo de la búsqueda continua de la sociedad por el significado de la vida. En lugar de celebrar este logro, lo señala como una oportunidad para la contemplación. Comparte cómo pretendía publicar de forma anónima, que solo planeaba identificarse con su "número" 119.104; que su escritura tenía el único propósito de transmitir sus experiencias y realizaciones al lector. No esperaba que el libro tuviera tanto éxito, pero con esto, llegó a comprender que el éxito no puede ser perseguido por la fuerza. Es sólo a través de la dedicación de uno que el éxito puede y debe ocurrir naturalmente.

Frankl escribe que podría haber salido de Austria a tiempo para escapar de los horrores del campo de concentración, que podría haber aprovechado las oportunidades en América para escribir sobre su hijo del cerebro, la logoterapia. Sin embargo, eligió quedarse, porque no podía dejar a sus padres ancianos a su mala suerte. Sabía entonces que su primer deber era ser un chico responsable con su madre y su padre.

I: EXPERIENCIAS EN UN CAMPO DE CONCENTRACIÓN

A diferencia de la mayoría de los libros de historia, esta obra no se basa en los grandes horrores de los campos de concentración, sino en las experiencias personales dentro de ellos; detalladas en el intento de satisfacer la pregunta de cómo estos eventos se habían reflejado en la mente del prisionero común. Estas historias reflejan la situación en los campos de concentración más pequeños donde tuvo lugar el verdadero exterminio, dando voz a la gran multitud de víctimas desconocidas. Estos fueron los prisioneros comunes que más sufrieron bajo los guardias y guardas del campo. Contrariamente a la creencia popular sobre la vida en los campos, cada día no solo estaba lleno de imágenes lamentables. Era una lucha constante por la existencia. Frankl comparte cómo los Capos, prisioneros con privilegios especiales confiados por las SS, podían fácilmente volverse en contra de sus compañeros y tratarlos más brutalmente de lo que lo harían los soldados. Ha sido testigo de cómo, durante la selección de los prisioneros para ser enviados a la cámara de gas, cada uno dejaba que otro "número" tomara la caída para salvar su propio pellejo. Frankl admite que los mejores de ellos fueron los que no regresaron.

Los relatos que aquí se presentan contienen experiencias muy

íntimas y el contenido del libro puede contribuir a la psicología de la vida en prisión. Para aquellos que son sobrevivientes de los campos, este libro presentará sus experiencias en la perspectiva actual. Para aquellos que tuvieron la suerte de evitar la experiencia por completo, este trabajo les ayudará a entender las experiencias de los internos. Al estudiar los materiales recopilados sobre las experiencias de los prisioneros, queda claro que hay tres fases en las reacciones mentales de un recluso ante la vida en los campos. La primera viene después de la admisión; la segunda cuando está bien arraigado en la rutina del campo; y la tercera fase sigue después de la liberación.

El principal síntoma que caracteriza la primera fase es el shock, que se hizo evidente por la propia experiencia de Frankl. Llegó en tren a Auschwitz para ver a algunos prisioneros que parecían bien tratados, lo que le llevó a creer que su propia situación no podía ser tan horrible como él pensaba. Frankl llama a esto la "ilusión del indulto", una condición psiquiátrica que aflige al condenado, llevándolo a asumir que se salvará en el último minuto. Todos los prisioneros se aferraron a esta última esperanza, sin saber que los prisioneros que los acogieron eran una élite seleccionada - Capos - prisioneros a los que las SS les confiaron trabajar para ellos contra sus compañeros cautivos a cambio de privilegios especiales.

El destino de un prisionero se decidió al entrar en el campo. Aquellos que parecían enfermos o incapaces de trabajar eran enviados inmediatamente a las cámaras de gas, mientras que el

resto eran segregados en una cola diferente. Alrededor del 90 por ciento de los que estaban con Frankl en el transporte ya habían sido condenados a muerte solo por este método. Las SS parecían encantadoras al principio, pero Frankl se dio cuenta de que esto era para persuadirlos de entregar sus objetos de valor sin pelear. Algunos prisioneros no habían comprendido cuánto se les quitaría, que se quedarían sin nada más que una existencia desnuda - de nuevo, la ilusión del indulto. Frankl se encontró adoptando un manto de curiosidad, creyendo que estaba ansioso por ver qué pasaría después, para protegerse de la temida realidad. Quinientos cautivos fueron mantenidos en un cobertizo destinado a doscientos, y tuvieron que sufrir condiciones extremas de una escala que nunca habían visto antes. Frankl se dio cuenta de lo mucho que un hombre podía soportar, que un hombre podía acostumbrarse a cualquier cosa, como afirma Dostoievski. Aunque los pensamientos de desesperanza, depresión y suicidio habían entrado en la mente de algunos, él prometió que nunca "correría hacia el alambre". El shock de la admisión no le había agobiado tanto como a algunos de los otros.

Como psiquiatra, Frankl entiende que una situación anormal desencadena naturalmente una reacción anormal. Esto era evidente cuando los prisioneros pasaban de la primera a la segunda fase de la reacción psicológica —apatía relativa o muerte emocional—. Aparte de los tormentos físicos por los que pasaron, había un sentimiento de nostalgia y asco por toda la suciedad que los rodeaba, física o de otro tipo. Estas eran sólo

algunas de las emociones dolorosas que trataban de adormecer, especialmente cuando las reacciones injustificadas se trataban con castigos. Eventualmente, un prisionero era capaz de soportar la vista de su compañero cautivo siendo torturado. Frankl sabe esto muy bien, especialmente cuando presencié una muerte tras otra en su turno de atención a los pacientes de tifus, mientras que los demás buscaban los pequeños objetos que podían obtener de los cuerpos aún calientes.

Esta segunda etapa, el embotamiento de las emociones, era particularmente necesaria, ya que sirve como una cáscara protectora contra la confusión emocional que viene con las frecuentes palizas. Frankl comparte cómo él, y otros, habían sido golpeados por la más pequeña de las infracciones, y a veces sin ninguna razón. Lo que más dolía no era el trauma físico, sino la injusticia de todo ello. Cuando no pudo soportar el insulto, empezó a mostrar indignación y ya no le importaba lo que le hicieran por ello. Lo que le salvó la vida en este encuentro fue el favor de un capo en particular al que había escuchado y al que había dado consejos psicoterapéuticos.

Esta apatía era una forma necesaria de autodefensa. En lugar de detenerse en los dolores soportados, un prisionero probablemente suspiraría con alivio al final del día, agradecido de haber preservado su propia vida durante todo el tiempo que había logrado hacerlo. Un cautivo era reducido a su nivel más primitivo —una especie de "regresión" psicológica— en la que sus deseos se reducían a las cosas más simples manifestadas en

los sueños de realización de deseos. La situación de los campos era tan horrible que, como dijo Frankl, no despertaría a un hombre que sufriera una pesadilla, sabiendo que cualquier sueño habría sido mejor que su realidad.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.